

**PERBEDAAN TINGKAT STRES SISWA DITINJAU DARI  
SISTEM BELAJAR *FULL DAY* DAN SISTEM BELAJAR  
*HALF DAY* DI MAN 2 MODEL MEDAN DAN SMA SWASTA  
AL-ULUM MEDAN**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area

**Oleh:**

**ELVI SAHRIANA SARI**

**14.860.0032**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2018**

Judul Skripsi : Perbedaan Tingkat Stres Siswa ditinjau dari Sistem Belajar *Full Day* dan Sistem Belajar *Half Day* di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan

Nama : Elvi Safriana Sari

NPM : 14.860.0032

Bagian : Psikologi Pendidikan

Disetujui Oleh  
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Hasanuddin, PhD)

Pembimbing II

(Andy Chandra, S.Psi, M.Psi)

Kepala Bagian

Dekan

Psikologi Pendidikan

(Hasanuddin, PhD)

(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Sidang Meja Hijau : 15 September 2018

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian  
dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S-1)  
Psikologi

Pada Tanggal

15 September 2018



Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area

Dekan

(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Dr. Nur'aini, M.S
2. Istiana, S.Psi, M.Psi
3. Hasanuddin, PhD
4. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi

TANDA TANGAN

## 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 plagiat dalam skripsi ini

Medan, 15 September 2018



*Elvi Sahriana Sari*  
Elvi Sahriana Sari

14.860.0032

## **MOTO**

Barang siapa yang menyulitkan (orang lain) maka Allah akan mempersulitkan pada hari kiamat

**(HR Al-Bukhari: 7152)**

Maka janganlah sekali kali engkau membiarkan kehidupan ini memperdayakanmu

**(Q.S. Fathir: 5)**

Bertaqwalah kepada Allah, maka Dia akan membimbingmu.

Sesungguhnya Allah mengetahui segala sesuatu

**(Q.S. Al Baqarah: 282)**

Berterimakasihlah Pada Segala Yang Memberi Kehidupan

**(Pramoedya Ananta Toer-Bumi Manusia)**



## PERSEMBAHAN

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Sujud syukur ku persembahkan pada Allah SWT, berkat dan rahmatnya, putaran roda kehidupan yang diberikan-Nya telah memberikan ku kekuatan, membekaliku dengan ilmu serta memperkenalkan ku dengan cinta.

Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan.

Kepada Bapak Saifuddin Rambe, SH dan Ibu Ariana

Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasihku yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Mama dan Bapak yang telah memberikan kasih sayang, segala dukungan, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat kubalas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata cinta dan persembahan.

Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Mama dan Bapak bahagia karna kusadar, selama ini belum bisa berbuat yang lebih.

Untuk Mama dan Bapak yang selalu membuatku termotivasi dan selalu memberi kasih sayang, selalu mendoakanku, selalu menasehatiku menjadi lebih baik.

Dan untuk adik-adik ku, tiada yang paling mengharukan saat kumpul bersama kalian, walaupun sering bertengkar tapi hal itu selalu menjadi warna yang tak akan bisa tergantikan.

Terima kasih atas dukungan yang kalian beri, dan maaf belum bisa menjadi panutan seutuhnya, tapi aku akan selalu menjadi yang terbaik untuk kalian.

**THE DIFFERENCES OF STUDENT STRESS LEVELS REVIEWED  
FROM FULL DAY LEARNING SYSTEM AND HALF DAY LEARNING  
SYSTEM IN MAN 2 MODEL MEDAN AND AL-ULUM MEDAN  
PRIVATE HIGH SCHOOLS**

**By:**

**ELVI SAHRIANA SARI**

**14.860.0032**

**ABSTRACT**

This study aims to determine differences in student stress levels in terms of the full day learning system and the half day learning system in MAN 2 Model Medan and Al-Ulum Medan Private High School using quantitative research methods. To get data about stress levels, researchers used several research subjects in MAN 2 Models and Al-Ulum Private High Schools. The number of samples in this study were 132 students of MAN 2 Model and 38 students of Al-Ulum Private High School. Data collection techniques in this study were using a Likert scale, which was arranged based on three stress levels, namely, mild stress, moderate stress, and high stress. The three stress levels are arranged into seventy-two items distributed to students in MAN 2 Model schools and Al-Ulum Private High Schools. The data analysis method used in this study used the Pathway Variant Analysis method to test the hypothesis of differences in student stress levels in terms of the full day learning system and the half day learning system. Based on the analysis, the results showed that there were differences in stress levels between students with full day learning systems and students with the half day learning system, with the value of Variant Analysis 1 Path  $F = 1,112$  with  $p = 0,000 < 0,050$ . With the stress level students with full day learning system are in the moderate category with an empirical mean of 129,67, and the stress level of students with the half day learning system is in the low category with an empirical mean of 79,55.

**Keyword:** Stress Level, Learning System, Full Day, and Half Day

**PERBEDAAN TINGKAT STRES SISWA DITINJAU DARI SISTEM  
BELAJAR *FULL DAY* DAN SISTEM BELAJAR *HALF DAY* DI MAN 2  
MODEL MEDAN DAN SMA SWASTA AL-ULUM MEDAN**

Oleh:

**ELVI SAHRIANA SARI**

**14.860.0032**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres siswa ditinjau dari sistem belajar *full day* dan sistem belajar *half day* di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Untuk mendapatkan data mengenai tingkat stres, peneliti menggunakan beberapa subjek penelitian di MAN 2 Model dan SMA Swasta Al-Ulum. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 132 siswa MAN 2 Model dan 38 siswa SMA Swasta Al-Ulum. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah menggunakan skala *Likkert*, dimana disusun berdasarkan tiga tingkat stres yaitu, stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Ketiga tingkat stres tersebut disusun menjadi tujuh puluh dua aitem yang disebar kepada siswa-siswi di sekolah MAN 2 Model dan SMA Swasta Al-Ulum. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode Analisis Varian 1 Jalur untuk menguji hipotesis perbedaan tingkat stres siswa ditinjau dari sistem belajar *full day* dan sistem belajar *half day*. Berdasarkan analisis yang dilakukan maka diperoleh hasil bahwa adanya perbedaan tingkat stres antara siswa dengan sistem belajar *full day* dan siswa dengan sistem belajar *half day*, dengan nilai Analisis Varian 1 Jalur  $F = 1,112$  dengan  $p = 0,000 < 0,050$ . Dengan tingkat stres siswa dengan sistem belajar *full day* berada pada kategori sedang dengan mean empirik 129,67, dan tingkat stres siswa dengan sistem belajar *half day* pada kategori ringan dengan mean empirik 79,55.

**Kata Kunci:** Tingkat Stres, Sistem Belajar, *Full Day*, dan *Half Day*



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur saya ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dengan judul “Perbedaan Tingkat Stres Siswa ditinjau dari Sistem Belajar *Full Day* dan Sistem Belajar *Half Day* di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus diselesaikan untuk mendapat gelar kesarjanaan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Skripsi ini dimaksudkan agar mahasiswa dapat menerapkan ilmu yang didapat dibangku kuliah dalam bentuk skripsi dari tinjauan pustaka.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak keterbatasan dan kelemahan, sehingga masukan dari berbagai pihak sangat diharapkan. Besar harapan penulis semoga Skripsi ini dapat bermanfaat. Dalam menyelesaikan skripsi ini saya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, masukan, dan kerja sama dari beberapa pihak yang turut membantu saya. Pada kesempatan ini saya ingin menghadiahkan ucapan rasa terima kasih dan penghargaan yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Allah Subhanahu Wa Ta’ala.
2. Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim Universitas Medan Area.
3. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Unoversitas Medan Area.

4. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dan juga selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan dan nasihat kepada saya.
5. Bapak Dr. Hasanuddin, selaku pembimbing I (satu) yang telah memberikan bimbingan dan arahan, serta memberikan solusi terbaik dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing II (dua) yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan arahan, serta saran-saran yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini. Saya sangat-sangat berterima kasih kepada bapak, sudah banyak membantu dan membagi ilmunya kepada saya.
7. Ibu Istiana, S.Psi, M.Pd selaku sekretaris penguji yang telah memberikan masukan, saran, dan nasihat kepada saya.
8. Bapak Azhar Azis, S.Psi, MA yang telah berbaik hati meluangkan waktunya untuk memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
9. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi kepada saya.
10. Seluruh staf tata usaha yang turut memperlancar proses administrasi dan penyelesaian skripsi ini.
11. Kedua orang tuaku, Bapak Saifuddin Rambe, SH dan Ibu Ariana, yang tak henti-hentinya memberikan semangat, doa, kasih sayang, nasihat, dan pengorbanan yang sangat berarti.

12. Kedua saudara kandungku, Dwi Yanti Sahriana dan Azzahra Sahriana yang membantu merusuhkan dan menghibur kakaknya dalam mengerjakan skripsi.
13. Egi Novian, S.Psi yang banyak sekali membantu saya, tempat bertukar pikiran, menemani selama penelitian ini berlangsung, tak henti memberi semangat dan doa. Susah dijelaskan dengan kata-kata, *but thank you so much for everything*.
14. Untuk sahabat tercinta Balqish Sarah Lubis, S.Psi, dan Lulu Adisty, dari masa baru masuk kuliah sampai kita skripsi bareng, terima kasih banyak sudah tetap denganku dari masa senang dan masa sulitku, kalian tetap yang terbaik. Semoga kita selalu bersama didunia maupun diakhirat Aamiin.
15. Untuk sahabat SMA ku Jean Michellen Sidabutar, S.Kep., Yeni Rehulina Ginting, Amd.Kom., dan Ivana Videlia Hutagalung yang gak pernah berhenti memberi ku semangat, walau kita jarang ketemu tapi semangat yang kalian beri menjadi motivasiku selalu.
16. Untuk para pejuang tangguhku Dinda Roy Syahputra, dan Cholik Abdillah, yang sama-sama berjuang menyelesaikan skripsi. Bagi yang belum selesai harus tetap semangat dan disegerakan menyusul.
17. Teman-teman kelas A Psikologi 2014 yang dari awal terus bersama. Mendapatkan banyak pelajaran saat kenal dengan kalian. Dan kalian sungguh luar biasa, terimakasih untuk semua duka, suka, ceria, sedih, tangis dan tawa kalian selalu menjadi yang paling baik.

18. Bapak Marsidi, S.Pd selaku WKM Kesiswaan MAN 2 Model Medan yang sudah meluangkan waktunya untuk membantu saya dalam penelitian ini, dan untuk seluruh staf tata usaha yang memberi saya kemudahan untuk bisa melakukan penelitian di MAN 2 Model Medan.
19. Siswa-siswi kelas XII MAN 2 Model Medan yang telah membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
20. Bapak Zulfan, S.Pd selaku PKS Kesiswaan SMA Swasta Al-Ulum Medan yang juga memberi kemudahan bagi saya saat melakukan penelitian, dan untuk seluruh staf tata usaha yang sudah memberi izin bagi saya untuk melakukan penelitian di SMA Swasta Al-Ulum Medan.
21. Siswa-siswi kelas XII SMA Swasta Al-Ulum Medan yang telah membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
22. Semua pihak yang telah membantu saya untuk menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang terlibat membantu menyelesaikan skripsi ini. Hanya Allah SWT yang dapat membalas bantuan dan kebaikan yang kalian berikan.

Medan, September 2018

Elvi Sahriana Sari

14.860.0032

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTO.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>

### **BAB I: PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Masalah.....	8
F. Manfaat Masalah.....	9



1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	9

## **BAB II: TINJAUAN PUSTAKA**

A. Siswa .....	10
1. Pengertian Siswa .....	10
2. Tugas Perkembangan Siswa .....	11
B. Stres .....	13
1. Pengertian Stres .....	13
2. Jenis Stres .....	14
3. Tingkat Stres .....	17
4. Tahapan Stres .....	20
5. Ciri-ciri Stres .....	24
6. Aspek Stres .....	26
7. Faktor-faktor Stres .....	27
C. Sistem Belajar .....	32
1. Pengertian Belajar .....	32
2. <i>Full Day School</i> .....	33
3. <i>Half Day School</i> .....	35
D. Perbedaan Tingkat Stres Siswa ditinjau dari Sistem Belajar <i>Fullday</i> dan Sistem Belajar <i>Halfday</i> .....	35
E. Kerangka Konseptual .....	38
F. Hipotesis .....	39

### **BAB III: METODE PENELITIAN**

A. Tipe Penelitian .....	40
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
C. Definisi Operational Variabel Penelitian .....	40
1. Stres.....	40
2. <i>Full Day School</i> .....	41
3. <i>Half Day School</i> .....	41
D. Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel.....	41
1. Populasi.....	41
2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	42
E. Metode Pengambilan Data .....	43
F. Validitas, Reliabilitas Alat Ukur.....	43
1. Validitas .....	43
2. Reliabilitas .....	45
G. Metode Analisa Data.....	46

### **BAB IV: HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Orientasi Kancan Penelitian.....	47
1. MAN 2 Model Medan.....	47
2. SMA Swasta Al-Ulum Medan .....	50
B. Persiapan Penelitian .....	53
1. Persiapan Administrasi.....	53
2. Persiapan Alat Ukur .....	54
C. Pelaksanaan Penelitian .....	55
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	58
1. Uji Asumsi .....	59

2. Hasil Penelitian Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	61
E. Pembahasan.....	64

**BAB V: SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	71
B. Saran.....	72

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>
-----------------------------	-----------



## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel I. Distribusi Butir Skala Tingkat Stres (sebelum uji coba) .....	54
Tabel II. Distribusi Skala Tingkat Stres (setelah uji coba).....	56
Tabel III. Hasil Uji Reliabilitas.....	57
Tabel IV. Hasil Uji Normalitas Sebaran .....	58
Tabel V. Hasil Uji Homogenitas Varians .....	59
Tabel VI. Rangkuman Hasil Analisis Varian 1 Jalur .....	60
Tabel VII. Hasil Perbandingan Nilai Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	62
Tabel VIII. Hasil Perbandingan Nilai Mean Hipotetik dan Mean Empirik ditinjau dari Sistem Belajar <i>Full Day</i> dan <i>Half Day</i> .....	62

## **DAFTAR LAMPIRAN**

<b>LAMPIRAN A</b>	<b>Skala Tingkat Stres dan Skoring</b>
<b>LAMPIRAN B</b>	<b>Uji Validitas dan Reliabilitas</b>
<b>LAMPIRAN C</b>	<b>Analisis Data Penelitian</b>
<b>LAMPIRAN D</b>	<b>Surat Bukti Penelitian</b>





## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Belakangan ini tuntutan atas perkembangan zaman semakin meningkat, mulai dari perkembangan teknologi, sosial ekonomi bahkan dalam pendidikan. Untuk membentuk individu yang berkualitas dan dapat mengungguli pesatnya perkembangan zaman dibutuhkan suatu sistem pendidikan yang berintegrasi dengan permintaan zaman. Di Indonesia berdasarkan UU Sisdiknas 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. Pendidikan dianggap menjadi solusi dalam penyelesaian segala problematika yang ada di negeri ini baik pendidikan formal maupun non formal. Pendidikan formal merupakan pendidikan yang diselenggarakan melalui prasarana terlembaga seperti sekolah, akademi, universitas. (Rizky, 2015)

Namun ada beberapa kendala mengenai sistem pendidikan yang ada di Indonesia, diantaranya adalah perubahan kebijakan pemerintah. Ada saja kebijakan baru pemerintah yang menyangkut dunia pendidikan. Mulai dari perubahan kurikulum hingga perubahan sistem pembelajaran, sering dilakukan

pemerintah khususnya oleh kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (dalam <http://www.nu.or.id>). Dikutip dari Brilio.net (<https://www.brilio.net>, 2015), setidaknya sudah terjadi sebelas kali perubahan kurikulum di Indonesia. Terhitung sejak Indonesia merdeka yaitu mulai dari tahun 1947, 1952, 1964, 1968, 1975, 1984, 1994, 2004, 2006, 2013, dan 2015. Salah satu alasan mengapa kurikulum terus berubah diantaranya adalah adanya kesempatan dan tantangan perubahan dunia yang semakin luas. Oleh karenanya, kurikulum harus menyesuaikan perubahan (dikutip dari <http://www.unnes.net>, 2015).

Ada dua jenis sistem pendidikan di Indonesia berdasarkan dengan jumlah waktu pembelajaran disekolah. Kedua jenis tersebut adalah sistem *full day school* dan *half day school*. Definisi *full day school* seperti dikatakan oleh Rizky (2015) *school* merupakan sekolah 1 hari penuh, *full day school* memiliki kurikulum inti yang sama dengan sekolah umumnya, namun mempunyai kurikulum lokal. Dengan demikian kondisi anak didik lebih matang dari segi materi akademik dan non akademik. Sekolah dengan sistem *full day school* dianggap sebagai solusi yang tepat untuk menjembatani keseimbangan antara pengetahuan umum yang seringkali diidentikkan dengan penyelenggaraan pendidikan kognitif, yang digandengkan dengan pendidikan agama secara seimbang. Dan hal ini sejalan dengan Permendikbud No. 23 Tahun 2017 mengenai hari sekolah yang baru diterbitkan. Dalam pasal 2 ayat 1 disebutkan bahwa hari sekolah dilaksanakan 8 (delapan) jam dalam 1 (satu) hari atau 40 (empat puluh) jam selama 5 (lima) hari dalam 1 (satu) minggu. Sedangkan *half day school* adalah sebuah sistem pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar, yang dilaksanakan setengah hari, dimulai dari pukul 07.00 pagi sampai pukul 12.00 siang, akan tetapi

kegiatan belajar hanya dilaksanakan di ruang kelas yang tetap, dan proses pembelajaran yang terus-menerus dengan waktu istirahat yang sebentar. (Hidayah, 2012).

Dengan diterbitkannya Permendikbud No. 23 Tahun 2017 mengenai hari sekolah, menimbulkan pro kontra dalam penerapannya di Indonesia. Mendikbud Muhadjir Effendi meyakini bahwa porsi pendidikan karakter di level pendidikan dasar dan menengah belum memadai, sehingga perlu ada penambahan dengan menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler. Rencananya, anak pulang sekolah pukul lima sore mengikuti rata-rata jam pulang kerja orang tua. Mereka diharapkan bisa pulang bersama-sama orang tua, atau setidaknya ketika mereka pulang sekolah ada orang tua yang mengawasi kegiatan mereka (Winurini, 2016). Namun KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) meminta Mendikbud mencabut Permendikbud No. 23 Tahun 2017, karena melanggar hak dasar anak. Kemudian KPAI mengusulkan untuk mewujudkan sekolah yang ramah anak jauh lebih mendasar dari memanjangkan jam sekolah. Memanjangkan waktu sekolah, tanpa disertai pewujudan lingkungan yang ramah anak justru akan memperbesar potensi terjadinya kekerasan terhadap anak.

Dampak yang ditimbulkan dari penerapan sistem *full day school* diantaranya adalah kejenuhan dan stres siswa akibat terlalu lama berada disekolah. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rina Refliandra dan Zidni Immawan Muslimin pada tahun 2008 di Jogjakarta menyatakan bahwa siswa dari SD *full day* memiliki tingkat stresnya lebih tinggi dibandingkan dengan siswa SD *half-day* (misalnya SD Negeri). Namun bukan berarti siswa yang bersekolah dengan sistem *hal day* tidak mengalami stres dalam belajarnya, hal ini

sesuai dengan pernyataan (dalam Oktamiati dan Putri, 2013) menyebutkan faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres anak di sekolah, yaitu aspek lingkungan sekolah (lokasi dan kondisi sekolah) dan elemen sekolah (perilaku guru, metode pengajaran, kurikulum, tugas, dan ujian).

Hal ini yang menarik bagi peneliti adalah melihat tingkatan stres yang ditimbulkan oleh siswa yang belajar dengan sistem *full day school* dan sistem *half day school*. Khususnya adalah ditingkat yang ke berapa siswa yang mengalami stress dengan penerapan kedua sistem tersebut. Menurut Richard (2010) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh: kematian keluarga). Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalam lingkungan (Sunaryo, 2004). Sedangkan stres menurut Priyoto (2014) merupakan pengalaman subjektif yang didasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya.

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti ke dua sekolah berbeda yang menerapkan sistem *full day* dan *half day*, ditemukan bahwa ada kecenderungan siswa mengalami stres disekolah, hal ini nampak dari perilaku yang ditampilkan siswa. Di sekolah yang menerapkan sistem *full day* terlihat siswa merasa jenuh ketika memasuki jam pelajaran diatas jam 12 siang, dengan menunjukkan perilaku yang tidak konsentrasi dikelas, gelisah, gugup, cemas,

sering lupa bawa buku, dan mood mereka yang berubah-ubah. Sedangkan di sekolah yang menerapkan sistem *half day* terlihat siswa mengalami stres akibat beban mata pelajaran yang sulit, dengan menunjukkan perilaku yang hampir sama dengan siswa di *full day*, seperti gugup saat guru memberi tugas untuk presentasi di kelas, gelisah, lupa membawa buku paket maupun buku catatan, dan kurangnya konsentrasi akibat banyaknya beban tugas yang mereka dapatkan dari guru tersebut.

Berikut adalah kutipan wawancara dengan salah seorang siswa MAN 2

Model Medan yang menerapkan sistem belajar *full day*:

*“Biasanya kami emang pulang sore kak, sebenarnya capek sih kak kalau kek gini. Tapi ya mau gimana lagi kak. Udah tuntutan nya seperti ini jadi ya harus dijalanin ikhlas. Biasanya mulai terasa kali capeknya pas siang ke sore kak. Itu jam-jam rawan kalau menurut saya. Karena kelas juga panas, jadi gerah kak. Udah gitu biasalah kalau siang kan ngantuk. Nah kalau uda ngantuk ini kadang gak fokus sama apa yang dibilang guru. Kalau udah gak fokus, tiba-tiba disuruh guru untuk jelasin kedepan kelas materi yang tadi disampaikan. Udahlah kak ngeblank, takut salah kak. Belum lagi kalau kami udah banyak kegiatan. Bisa aja lebih lama pulangnya kak. Belum lagi kalau pulang sore, naik angkot berebut, macet dijalan, saya aja sering pusing kalau udah kek gitu kak. Belum lagi sampai rumah ada tugas dari sekolah, harus dikerjain kan. Belum lagi tugas-tugas rumah. Disuruh-suruh mamak ini itu. Kadang bawaannya pengen marah aja kak. Jengkel udahlah awak capek disuruh suruh lagi. Tapi yang anehnya kalau udah capek kepengen tidur cepat gak bisa. Kayak payah kali mata ini tepejam kak.” (wawancara1.23.07.2018)*

Berdasarkan kutipan wawancara diatas, terlihat ciri-ciri siswa yang mengalami tingkat stres sedang. Diantara ciri yang didapatkan adalah, siswa mulai mengalami kelelahan ketika memasuki jam pelajaran pada siang hari, kemudian kehilangan daya konsentrasi dengan perilaku yang terlihat adalah siswa mulai tidak fokus ke materi pelajaran yang disampaikan oleh guru, mulai mengalami



kecemasan dan mudah marah, koordinasi tubuh mulai terganggu dengan perilaku yang terlihat adalah siswa sering mengalami pusing ketika pulang sekolah. Ciri selanjutnya yang tergambar dalam wawancara tersebut adalah mengalami gangguan pola tidur. Hal ini terlihat dari siswa yang menyatakan bahwa dirinya sulit untuk tertidur pada malam hari meskipun tubuhnya sudah lelah. Banyak faktor yang menyebabkan stres atau yang disebut stresor pada siswa. Diantaranya adalah stresor fisik-biologik, stresor psikologik, stresor sosial (Yusuf, 2004).

Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara dengan salah seorang siswa dengan sistem belajar *half day*. Berikut adalah kutipan wawancara dengan salah seorang siswa SMA Swasta Al-Ulum Medan:

*“Kami pulang sekolah siap sholat Zuhur kak. Kalau udah pulang ya langsung pulang kerumah kak, jarang ada kegitan. Kalau ada yang les ya les, kalau enggak ya enggak. Paling ngerjain pr aja lah kak kalau sampai rumah. Kalau udah mati lampu ginilah kak panas kali. Apalagi kalo siang. Gak tenang jugak belajar asik bekipas aja kan kak. Terus karena ruangan kami dilantai tiga jadi capek kalau naik turun kak. Bisa kurus jugak kami naik turun tangga terus hahaha. Kalau pagi-pagi bekringat juga naik sampai lantai tiga kak. Cuma itu ajasih yang buat kami capek kak.” (wawancara2.24.07.2018)*

Berdasarkan kutipan wawancara tersebut, ciri yang paling terlihat adalah ketidaktenangan siswa ketika belajar apabila sudah memasuki jam pelajaran siang hari. Ciri ini terdapat pada tingkat stres ringan (Priyoto, 2014). Selanjutnya sumber stres yang paling mempengaruhi adalah stresor fisik yaitu suhu ruangan yang panas ketika siang hari dan ditambah ketika terjadi pemadaman listrik. Kemudian lokasi ruangan yang berada pada lantai tiga mengakibatkan siswa harus naik turun dari lantai dasar hingga ruangan kelas mereka.

Dari fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai tingkat stres yang terjadi pada siswa yang berada di *full day school* ataupun *half day school*. Sejauh mana perbedaan tingkat stres siswa diantara kedua sistem tersebut. Untuk itu peneliti mengajukan judul penelitian yaitu “Perbedaan Tingkat Stres Siswa Ditinjau dari Sistem Belajar *Full Day* dan *Half Day*”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Ada banyak permasalahan yang terjadi mengenai sistem pendidikan di Indonesia, salah satu permasalahannya mengenai sistem jam belajar siswa. Ada dua jenis penerapan sistem belajar siswa berdasarkan dengan jumlah waktu pembelajaran disekolah. Kedua jenis tersebut adalah sistem *full day school* dan *half day school*. *Full day school* adalah sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran satu hari penuh, atau delapan jam selama satu hari. Sedangkan *half day school* adalah sekolah yang menerapkan sistem pembelajaran setengah hari, dimulai dari jam tujuh pagi hingga jam satu siang. Penerapan kedua sistem belajar ini memiliki dampak bagi siswa. Salah satu dampak yang tampak adalah timbulnya stres pada siswa. Pada penerapan sistem belajar *full day* siswa stres akibat terlalu lamanya berada disekolah. Sedangkan pada penerapan sistem belajar *half day* siswa tampak stres akibat beban pelajaran yang diberikan.

Stres adalah suatu peristiwa atau pengalaman yang negatif sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan individu yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang, suatu

keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis. Menurut Priyoto (2014), ada 3 tingkatan stres yaitu, stres ringan, stres sedang, dan stres berat

### **C. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini dibatasi permasalahan yang akan diteliti adalah “*Perbedaan Tingkat Stres Siswa Ditinjau Dari Sistem Belajar Full Day Dan Half Day*”. Dengan batasan masalah hanya kepada tingkat stres yang dialami siswa *full day* di MAN 2 Model Medan, populasi sebanyak 878 orang, sampel yang akan diambil 132 orang dan *half day* di SMA Swasta Islam Al-Ulum Medan, populasi sebanyak 252 orang, sampel yang akan diambil 38 orang. Dengan total sampel sebanyak 170 orang.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “*Apakah ada perbedaan tingkat stres siswa ditinjau dari sistem belajar full day dan half day?*”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres siswa ditinjau dari sistem belajar *full day* dan *half day*.

## **F. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan pengembangan perusahaan pada umumnya. Khususnya dalam psikologi pendidikan.

### **2. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis yang didapat dari penelitian ini adalah dapat memberikan gambaran secara umum kepada masyarakat, khususnya kepada sekolah yang menerapkan sistem *full day* dan *half day* mengenai perbedaan tingkat stres siswanya. Dengan mengetahui hal tersebut diharapkan kepada sekolah untuk mempertimbangkan solusi terbaik bagi perkembangan peserta didiknya.

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### **A. Siswa**

##### **1. Pengertian Siswa**

Menurut Hamalik, 2001 (dalam Wulandari, 2014) siswa atau murid adalah salah satu komponen dalam pengajaran, disamping faktor guru, tujuan dan metode pengajaran. Sebagai salah satu komponen maka dapat dikatakan bahwa murid adalah komponen yang terpenting diantara komponen lainnya. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, menjelaskan bahwa Siswa adalah “Anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu (dalam Vamela, dkk, 2012). Sedangkan menurut Wulandari (2014), murid atau anak didik anak adalah salah satu komponen manusiswi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar yang ingin meraih cita-cita, memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas disimpulkan bahwa, siswa adalah salah satu kompenen terpenting dalam proses belajar-mengajar disamping faktor guru, tujuan dan metode pengajaran yang memiliki tujuan mengembangkan potensi diri melaluo jenis pendidikan tertentu.



## 2. Tugas Perkembangan Siswa

Dilihat dari usia perkembangannya, siswa SMA berada pada fase usia remaja (16-18 tahun). Adapun tugas-tugas perkembangan remaja menurut Syah (2010) adalah sebagai berikut:

- a. Mencapai pola hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin sesuai keyakinan dan etika moral yang berlaku dimasyarakat.
- b. Mencapai peranan sosial sebagai seorang pria (jika ia seorang pria) dan peranan sebagai seorang wanita (jika ia seorang wanita) selaras dengan tuntutan sosial dan kultur masyarakat.
- c. Menerima kesatuan organ-organ tubuh sebagai pria (jika ia seorang pria) dan sebagai seorang wanita (jika ia seorang wanita) dan menggunakannya secara efektif sesuai dengan kodratnya masing-masing.
- d. Keinginan menerima dan mencapai tingkah laku sosial tertentu yang bertanggung jawab di tengah-tengah masyarakat.
- e. Mencapai kemerdekaan/kebebasan emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya dan mulai menjadi diri sendiri.
- f. Mempersiapkan diri untuk mencapai karir tertentu.
- g. Memepersiapkan diri untuk memasuki dunia perkawinan dan kehidupan berkeluarga yakni sebagai suami (ayah) dan istri (ibu).
- h. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman bertingkah laku dan mengembangkan ideologi untuk keperluan kehidupan kewarganegaraan.

Tugas perkembangan masa remaja menurut Elizabeth Hurlock (1980) antara lain:

- 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 orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karier ekonomi
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa, tugas perkembangan remaja yang paling lengkap adalah pendapat dari Hurlock yaitu mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita, menerima keadaan fisik dan menggunakannya secara efektif, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, mencapai jaminan kemandirian ekonomi, memilih dan mempersiapkan karier (pekerjaan), mempersiapkan pernikahan dan hidup berkeluarga, mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan bagi warga negara, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial, memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai petunjuk/pembimbing dalam bertingkah laku dan beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

## **B . Stres**

### **1. Pengertian Stres**

Pengertian stres menurut Priyoto (2014) merupakan pengalaman subjektif yang didasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Kemudian dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (dalam Priyoto, 2014), ada dua pengertian stres yaitu:

- a. Gangguan atau kekacauan mental dan emosional,
- b. Tekanan

Selanjutnya pernyataan yang dikemukakan oleh WHO (2003), stres adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan) (dalam Priyoto, 2014). Menurut Richard (2010) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh: kematian keluarga).

Dalam buku “Psikologi Untuk Keperawatan” oleh Sunaryo (2004) mengemukakan beberapa pendapat ahli mengenai pengertian stres, antara lain sebagai berikut:

- a. Menurut Hans Selye (1950), stres adalah respon manusia yang bersifat nonspesifik terhadap setiap tuntutan kebutuhan yang ada dalam dirinya.
- b. Menurut Soeharto Heerdjan (1987), stres adalah suatu kekuatan yang mendesak atau mencekam yang menimbulkan suatu ketegangan dalam diri seseorang.
- c. Menurut Maramis (1999), stres adalah segala masalah atau tuntutan penyesuaian diri, dan karena itu, sesuatu yang mengganggu keseimbangan kita.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa stres adalah suatu peristiwa atau pengalaman yang negatif sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan individu yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang, suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis.

## 2. Jenis Stres

Stres dibagi kedalam dua jenis, yaitu jenis stres berdasarkan persepsi individu terhadap stres yang dialami dan jenis stres berdasarkan penyebabnya.

- a. Jenis stres berdasarkan persepsi individu:

Menurut Priyoto (2014), jenis stres berdasarkan persepsi individu dibagi menjadi dua jenis, yaitu:

- 1) *Distress* merupakan stres yang berbahaya dan merusak keseimbangan fisik, psikis atau sosial individu.
- 2) *Eustress* merupakan stres yang menguntungkan dan konstruktif bagi kesejahteraan individu.

Menurut Lumongga (dalam Sukoco, 2014) menjelaskan bahwa stres dibagi menjadi dua, yaitu:

1) *Euphoric stress (eustress)*

*Eustress* adalah jenis stres yang dapat berdampak positif. Stres jenis ini menimbulkan tegangan dalam hidup individu, tetapi dampak yang ditimbulkan bermanfaat bahkan diimpikan oleh setiap orang. Kondisi ini terjadi saat individu memacu produksi adrenalin dalam tubuhnya ketika berada di situasi yang mengharuskannya untuk meningkatkan performa. Jenis *eustress* itu antara lain seperti promosi kenaikan jabatan, ujian masuk Universitas Indonesia, ujian SIM, seleksi psikotes, wawancara, dan sebagainya. Semua kejadian ini jelas menimbulkan tegangan dan kecemasan bagi individu, namun hasil yang dicapai nantinya akan bermanfaat. Tingkatan stres jenis ini tidak sampai jauh melampaui ambang batas stres yang dapat ditolerir tubuh. Stres yang ada justru dapat diolah menjadi suatu semangat positif dalam mengatasi kejadian atau mencapai sesuatu.

2) *Distress*

*Distress* adalah jenis stres yang berakibat negatif atau buruk karena dampaknya menimbulkan kesedihan, kesengsaraan, dan ketakutan bagi individu. *Distress* muncul ketika individu tidak dapat lagi mempertahankan level stres yang mereka alami di bawah ambang stres mereka. Stres inilah yang kemudian dapat merusak performa kerja seseorang. *Distress* atau stres negatif terjadi ketika individu menyadari adanya masalah dalam situasi yang sangat penting, namun ia tidak



yakin mampu mengatasi masalah tersebut. Kejadian-kejadian yang termasuk di dalam stres negatif antara lain kematian orang yang dicintai, sakit keras, putus pacar, dirampok, dan lain-lain.

b. Jenis stres berdasarkan penyebabnya

Menurut Alimul, 2006 (dalam Putra, 2015) membagi jenis stres didasarkan pada penyebab stres, antara lain:

1) Stres fisik

Merupakan stres yang disebabkan oleh keadaan fisik seperti temperatur yang terlalu tinggi atau rendah, suara amat bising, sinar yang terlalu terang, dan tersengat arus listrik.

2) Stres kimiawi

Merupakan stres yang disebabkan oleh asam-basa kuat, obat-obatan, zat beracun, hormon, atau gas.

3) Stres mikrobiologik

Merupakan stres yang disebabkan oleh virus, bakteri, atau parasit yang dapat menimbulkan penyakit.

4) Stres fisiologik

Merupakan stres yang disebabkan oleh gangguan struktur, fungsi, jaringan, organ, atau sistemik sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal.

5) Stres pertumbuhan dan perkembangan

Merupakan stres yang disebabkan oleh adanya gangguan pertumbuhan pada setiap tahapan tumbuh kembang manusia dari masa bayi sampai masa lanjut usia.

#### 6) Stres psikis/emosional

Merupakan stres yang disebabkan oleh gangguan hubungan interpersonal, sosial, budaya, atau keagamaan.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa jenis stres dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu berdasarkan persepsi individu (*eustress* dan *distress*) dan berdasarkan penyebab terjadinya (stres fisik , stres kimiawi, stres mikrobiologik, stres fisiologik, stres pertumbuhan dan perkembangan, dan stres psikis/emosional)

### 3. Tingkat Stres

Menurut Priyoto (2014) stres dibagi menjadi tiga tingkat, yaitu:

#### a. Stres Ringan

Stres ringan adalah stressor yang dihadapi setiap orang secara teratur, seperti terlalu banyak tidur, kemacetan lalu-lintas, kritikan dari atasan. Situasi seperti ini biasanya berlangsung beberapa menit atau jam. Stressor ringan biasanya tidak disertai timbulnya gejala.

Ciri-cirinya yaitu semangat meningkat, penglihatan tajam, energi meningkat namun cadangan energinya menurun, kemampuan menyelesaikan pelajaran meningkat, sering merasa letih tanpa sebab, kadang-kadang terdapat gangguan sistem seperti pencernaan, otot, perasaan tidak santai. Stres yang ringan berguna karena dapat memacu seseorang untuk berpikir dan berusaha lebih tangguh menghadapi tantangan hidup.

b. Stres Sedang

Berlangsung lebih lama dari beberapa jam sampai beberapa hari. Situasi perselisihan yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga merupakan penyebab stres sedang.

Ciri-cirinya yaitu sakit perut, mules, otot-otot terasa tegang, perasaan tegang, gangguan tidur, penurunan konsentrasi, badan merasa ringan.

c. Stres Berat

Stres berat adalah situasi yang lama dirasakan oleh seseorang dapat berlangsung beberapa minggu sampai beberapa bulan, seperti perselisihan perkawinan secara terus menerus, kesulitan financial yang berlangsung lama karena tidak ada perbaikan, berpisah dengan keluarga, berpindah tempat tinggal, mempunyai penyakit kronis dan termasuk perubahan fisik, psikologis, sosial pada usia lanjut. Makin sering dan makin lama situasi stres makin tinggi resiko kesehatan yang ditimbulkan. Stres yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kemampuan untuk menyelesaikan tugas perkembangan.

Ciri-cirinya yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, negativistik, takut tidak jelas, kelelahan meningkat, tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana, gangguan sistem meningkat, perasaan takut meningkat.

Menurut *Psychology Foundation of Australia*, 2010 (dalam Purwati, 2012), tingkatan stres dapat dibagi menjadi tiga tingkat diantaranya yaitu:

a. Stres Ringan

Stres ringan adalah stresor yang dihadapi secara teratur yang dapat berlangsung beberapa menit atau jam. Situasi seperti banyak tidur, kemacetan atau dimarahi dosen. Stresor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain bibir sering kering, kesulitan bernafas (sering terengah-engah), kesulitan menelan, merasa goyah, merasa lemas, berkeringat berlebihan ketika temperatur tidak panas dan tidak setelah beraktivitas, takut tanpa alasan yang jelas, menyadari denyut jantung walaupun tidak setelah melakukan aktivitas fisik, tremor pada tangan, dan merasa sangat lega jika situasi berakhir.

b. Stres Sedang

Stres ini terjadi lebih lama, antara beberapa jam sampai beberapa hari. Misalnya masalah perselisihan yang tidak dapat diselesaikan dengan teman atau pacar. Stresor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain mudah marah, bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, sulit untuk beristirahat, merasa lelah karena cemas, tidak sabar ketika mengalami penundaan dan menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan, mudah tersinggung, gelisah, dan tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi ketika sedang mengerjakan sesuatu hal

c. Stres Berat

Stres berat adalah situasi kronis yang dapat terjadi dalam beberapa minggu sampai beberapa tahun, seperti perselisihan dengan dosen atau teman secara terus-menerus, kesulitan finansial yang berkepanjangan, dan

penyakit fisik jangka panjang. Makin sering dan lama situasi stres, makin tinggi risiko stres yang ditimbulkan. Stressor ini dapat menimbulkan gejala, antara lain merasa tidak dapat merasakan perasaan positif, merasa tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan, merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan, sedih dan tertekan, putus asa, kehilangan minat akan segala hal, merasa tidak berharga sebagai seorang manusia, berpikir bahwa hidup tidak bermanfaat. Semakin meningkat stres yang dialami mahasiswa secara bertahap maka akan menurunkan energi dan respon adaptif

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat stres terbagi menjadi tiga yaitu, stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

#### **4. Tahapan Stres**

Penelitian yang dilakukan Dr. Robert J. Van Amberg, 1979 (dalam Hawari, 2016) membagi tahapan-tahapan stres sebagai berikut:

##### **a. Stres tahap I**

Tahapan ini merupakan tahapan stres yang paling ringan dan biasanya disertai dengan perasaan-perasaan sebagai berikut.

- 1) Semangat bekerja besar, berlebihan (*over acting*).
- 2) Penglihatan tajam tidak sebagaimana biasanya.
- 3) Merasa mampu menyelesaikan pekerjaan lebih dari biasanya, namun tanpa disadari cadangan energi dihabiskan (*all out*) disertai rasa gugup yang berlebihan pula.



- 4) Merasa senang dengan pekerjaannya itu dan semakin bertambah semangat, namun tanpa disadari cadangan energi semakin menipis.

#### b. Stres tahap II

Dalam tahapan ini dampak stres yang semula menyenangkan sebagaimana diuraikan pada tahap I di atas mulai menghilang, dan timbul keluhan-keluhan yang disebabkan karena cadangan energi yang tidak lagi cukup sepanjang hari, karena, tidak cukup waktu untuk beristirahat. Istirahat yang dimaksud antara, lain dengan tidur yang cukup, bermanfaat untuk mengisi atau memulihkan cadangan energi yang mengalami defisit. Keluhan-keluhan yang sering dikemukakan oleh seseorang yang berada pada stres tahap II adalah sebagai berikut:

- 1) Merasa letih sewaktu bangun pagi yang seharusnya merasa segar.
- 2) Merasa mudah lelah sesudah makan siang.
- 3) Lekas merasa lelah menjelang sore hari.
- 4) Sering mengeluh lambung/penit tidak nyaman (*bowel discomfort*).
- 5) Detakan jantung lebih keras dari biasanya (berdebar-debar).
- 6) Otot-otot punggung dan tengkuk terasa tegang.
- 7) Tidak bisa santai.

#### c. Stres tahap III

Bila seseorang itu tetap memaksakan diri dalam pekerjaannya tanpa menghiraukan keluhan-keluhan pada stres tahap II, maka yang bersangkutan akan menunjukkan keluhan-keluhan yang semakin nyata dan mengganggu, yaitu:

- 1) Gangguan lambung dan usus semakin nyata; misalnya keluhan maag (gastritis), buang air besar tidak teratur (diare).
- 2) Ketegangan otot-otot semakin terasa.
- 3) Perasaan ketidaktenangan dan ketegangan emosional semakin meningkat.
- 4) Gangguan pola tidur (*insomnia*), misalnya sukar untuk mulai masuk tidur (*early insomnia*), atau terbangun tengah malam dan sukar kembali tidur (*middle insomnia*), atau bangun terlalu pagi atau dini hari dan tidak dapat kembali tidur (*late insomnia*).
- 5) Koordinasi tubuh terganggu (badan terasa oyong dan serasa mau pingsan).

Pada tahapan ini seseorang sudah harus berkonsultasi pada dokter untuk memperoleh terapi, atau bisa juga beban stres hendaknya dikurangi dan tubuh memperoleh kesempatan untuk beristirahat guna menambah suplai energi yang mengalami defisit.

#### d. Stres tahap IV

Gejala stres tahap IV, akan muncul:

- 1) Untuk bertahan sepanjang hari saja sudah terasa amat sulit.
- 2) Aktivitas pekerjaan yang semula menyenangkan dan mudah diselesaikan menjadi membosankan dan terasa lebih sulit.
- 3) Yang semula tanggap terhadap situasi menjadi kehilangan kemampuan untuk merespons secara memadai (adekuat)
- 4) Ketidakmampuan untuk melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari.

- 5) Gangguan pola tidur disertai dengan mimpi-mimpi yang menegangkan.
- 6) Seringkali menolak ajakan (*negativism*) karena tidak ada semangat dan kegairahan.
- 7) Daya konsentrasi dan daya ingat menurun.
- 8) Timbul perasaan ketakutan dan kecemasan yang tidak dapat dijelaskan apa penyebabnya.

e. Stres tahap V

Bila keadaan berlanjut, maka seseorang itu akan jatuh dalam stres tahap V, yang ditandai dengan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Kelelahan fisik dan mental yang semakin mendalam (*physical dan psychological exhaustion*).
- 2) Ketidakmampuan untuk menyelesaikan pekerjaan sehari-hari yang ringan dan sederhana.
- 3) Gangguan sistem pencernaan semakin berat (*gastro-intestinal disorder*).
- 4) Timbul perasaan ketakutan, kecemasan yang semakin meningkat, mudah bingung dan panik.

f. Stres tahap VI

Tahapan ini merupakan, tahapan klimaks, seseorang mengalami serangan panik (*panic attack*) dan perasaan takut mati. Tidak jarang orang yang mengalami stres tahap VI ini dibawa ke Unit Gawat Darurat bahkan ICCU, meskipun pada akhirnya dipulangkan karena tidak ditemukan kelainan fisik organ tubuh. Gambaran stres tahap VI ini adalah sebagai berikut:

- 1) Debaran jantung teramat keras,
- 2) Susah bernapas (sesak dan megap-megap)
- 3) Sekujur badan terasa gemetar, dingin dan keringat bercucuran
- 4) Ketiadaan tenaga untuk hal-hal yang ringan
- 5) Pingsan atau kolaps (*collapse*).

Berdasarkan pendapat ahli diatas, tahapan stres dibagi kedalam enam tahap, yaitu stres tahap I, stres tahap II, stres tahap III, stres tahap IV, stres tahap V, dan stres tahap VI.

### **5. Ciri-ciri Stres**

Menurut Sarafino (2006), ada 2 pembagian dari ciri-ciri pada seseorang yang mengalami stres, yaitu ciri kognitif dan ciri fisik, seperti:

#### **a. Ciri-ciri stres kognitif:**

- 1) Mudah merasa ingin marah (sensitif)
- 2) Merasa putus asa saat harus menunggu
- 3) Gelisah, gugup, dan cemas yang berlebihan
- 4) Selalu merasa takut pada hal yang tidak jelas dan tanpa alasan
- 5) Bermasalah dengan ingatan (mudah lupa, susah mengingat)
- 6) Cenderung berpikir negatif, terutama pada diri sendiri
- 7) Mood mudah berubah-ubah (terkadang gembira, tak lama kemudian menjadi marah ataupun sedih)
- 8) Makan terlalu banyak meski tidak merasa lapar
- 9) Merasa tidak memiliki cukup energi untuk menyelesaikan sesuatu

- 10) Merasa tidak mampu mengatasi masalah dan cenderung sulit membuat sebuah keputusan
- 11) Emosi suka meluap-luap (baik gembira, sedih, maupun marah)
- 12) Miskin ekspresi dan kurang memiliki humor.

b. Ciri-ciri stres fisik, antara lain:

- 1) Otot-otot merasa tegang
- 2) Sekujur badan sering terasa sakit, lemas, dan lemah
- 3) Iritasi pada kulit
- 4) Denyut jantung cepat dan berdebar-debar
- 5) Telapak tangan dan sekujur tubuh sering mengeluarkan keringat
- 6) Perut sering sakit
- 7) Tidak dapat tidur nyenyak
- 8) Nafas lebih pendek dan terasa sesak

Kock (dalam Isnaini, 2010) menguraikan bahwa individu yang mengalami stres, akan menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Secara Fisik: denyut jantung semakin kencang, seluruh tubuh terasa kaku, sesak nafas, pembesaran ginjal, penyusutan kelenjar *rhythmus* dan limpa, serta muncul pendarahan atau borol pada selaput lendir
- b. Secara Psikologi: stres akan menunjukkan reaksi emosional seperti perasaan cemas, selalu ingin marah dan depresi.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas maka ciri-ciri stres pada individu dapat terlihat secara fisik (seperti denyut jantung semakin kencang, otot tegang,

sesak nafas, serta tubuh berkeringat), kognitif dan psikologis (seperti cemas, marah, gelisah, dan gugup).

## 6. Aspek Stres

Menurut Sarafino (2006), ada dua aspek utama dari dampak yang ditimbulkan akibat stres yang terjadi, yaitu aspek fisik dan aspek psikologi:

### a. Aspek fisik

Berdampak pada menurunnya kondisi seseorang pada saat stress sehingga orang tersebut mengalami sakit pada organ tubuhnya, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan.

### b. Aspek psikologis

Terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan gejala tingkah laku. Masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya stres. Berat atau ringannya stres yang dialami seseorang dapat dilihat dari dalam dan luar diri mereka yang menjalani kegiatan akademik di kampus.

Menurut Gibson (dalam Wulandari, 2014) aspek-aspek pengukuran stres dapat dikelompokkan menjadi tiga, yaitu:

- a. Aspek emosional, yaitu perasaan yang dapat dirasakan oleh individu yang mengalami, misalnya perasaan gelisah, kecewa, dan frustrasi
- b. Aspek kognitif, menyangkut aktivitas kognitif seperti sulit konsentrasi, pikiran yang meloncat-loncat



- c. Aspek fisiologis, menyangkut masalah-masalah fisik seperti: denyut jantung yang tidak teratur, meningkatnya kadar gula dalam tubuh.

Menurut Crider (dalam Wulandari, 2014), aspek stres terbagi atas tiga, yaitu:

- a. *Disrupsi emosional*, biasanya berwujud keluhan-keluhan seperti tegang, khawatir, marah, tertekan dan perasaan bersalah.
- b. *Disrupsi kognitif*, fungsi kognitif adalah faktor kedua dari aktifitas psikologis yang mengalami gangguan akibat reaksi terhadap stres. Gejala yang nampak adalah pada fungsi berpikir, imajinasi mental, konsentrasi, dan ingatan.
- c. *Disrupsi fisiologis*, komponen ketiga reaksi terhadap *distress* adalah terganggunya pola-pola normal dari aktivitas fisiologis. Gejala yang timbul biasanya sakit kepala/nyeri otot, menurunnya gairah belajar dan cepat lelah.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan aspek yang mempengaruhi stres adalah aspek fisik yang berasal dari tubuh individu. Dan aspek psikologis yang berasal dari jiwa atau pikiran individu.

## **7. Faktor-faktor Stres**

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres menurut Sunaryo (2004) adalah sebagai berikut:

- a. Faktor Biologis: Herediter, konstitusi tubuh, konstitusi fisik, neuropsikologik, dan neurohormonal.

- b. Faktor Psikoedukatif atau Sosiokultural: Perkembangan kepribadian, pengalaman, dan kondisi lain yang mempengaruhi.

Kemudian faktor-faktor stres menurut Priyoto (2014), adalah sebagai berikut:

a. Stresor Fisik

Bentuk dari stressor fisik adalah suhu (panas dan dingin), suara bising, polusi udara, keracunan, obat-obatan (bahan kimiawi).

b. Stresor Sosial

- 1) Stresor sosial, ekonomi, dan politik, misalnya tingkat inflasi yang tinggi, tidak ada pekerjaan, pajak yang tinggi, perubahan teknologi yang cepat, kejahatan.
- 2) Keluarga, misalnya peran seks, iri, cemburu, kematian anggota keluarga, masalah keuangan, perbedaan gaya hidup dengan pasangan atau anggota keluarga yang lain.
- 3) Jabatan dan karir, misalnya kompetisi dengan teman, hubungan yang kurang baik dengan atasan atau sejawat, pelatihan, aturan kerja.
- 4) Hubungan interpersonal dan lingkungan, misalnya harapan social yang terlalu tinggi, pelayanan yang buruk, hubungan social yang buruk.

c. Stresor Psikologis

- 1) Frustrasi adalah tidak tercapainya keinginan atau tujuan karena ada hambatan.

- 2) Ketidakpastian apabila seseorang sering berada di dalam keraguan dan merasa tidak pastimengenai masa depan atau pekerjaannya. Atau merasa selalu bingung dan tertekan, rasa bersalah, perasaan khawatir dan *inferior*.

Di dalam buku Sarafino (2006), secara umum faktor-faktor penyebab stres dibedakan menjadi dua bagian, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu, stresor yang berasal dari dalam diri individu sendiri.

Ada beberapa hal yang merupakan stressor internal, antara lain:

- 1) Kepribadian: Seseorang dengan Tipe A memiliki cirri-ciri sebagai berikut: agresif, ambisius, senang bersaing, senang menyelesaikan pekerjaan dan kebiasaan berlomba dengan waktu. Pada waktu-waktu tertentu, mereka mampu menunjukkan kemampuan dan keefisienan mereka. Namun, bila dihadapkan dalam kondisi stressful, mereka tidak mampu lagi untuk me ngendalikan diri dan kebingungan. Seseorang dengan Tipe B memiliki cirri-ciri yang berlawanan dengan Tipe A, yaitu : *easygoing*, tidak suka berkompetisi dan tenang.
- 2) Kognitif: Kognitif juga dapat menjelaskan bagaimana jalannya seseorang dapat mengalami stres. Stres secara khusus dapat mempengaruhi individu secara pribadi dalam menerima dan menginterpretasikan suatu masalah.

## b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu, stresor yang berasal dari luar diri individu.

Beberapa stresor eksternal, antara lain:

- 1) Faktor rumah tangga (*stress in the family*): Stres dalam keluarga didefinisikan sebagai tekanan yang dapat merusak atau mengubah sistem dalam keluarga. Pengaruh stres ini terhadap keluarga yaitu mengurangi keharmonisan dan merupakan sumber dari berbagai masalah.
- 2) Faktor lingkungan (*environmental stress*): Lingkungan adalah tempat yang mengarah pada hal di sekeliling kita, ruang fisik yang dapat dirasakan dan tempat kita berperilaku. Byrne dan Clare (dalam Rice, 1992) mengemukakan pengertian stres lingkungan sebagai suatu kondisi sikap seseorang terhadap aspek-aspek tertentu dari lingkungan.
- 3) Faktor sosial (*social source of stress*): Perubahan sosial dapat dilihat dari perubahan gaya hidup (*life-style changes*), nilai-nilai dan tradisi-tradisi lama yang telah bergeser. Perubahan-perubahan yang terjadi meliputi aborsi, kebebasan homoseksual, pernikahan yang kemudian membuat keluarga, masyarakat dan pemerintahan terpengaruh untuk mengikuti perubahan-perubahan tersebut.

Sementara itu menurut Yusuf (2004) faktor pemicu stres itu dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa kelompok berikut:

a. Stressor Fisik-Biologik.

Stressor fisik-biologik, seperti : penyakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, wajah yang tidak cantik atau ganteng, dan postur tubuh yang dipersepsi tidak ideal (seperti : terlalu kecil, kurus, pendek, atau gemuk).

b. Stressor Psikologik

Stressor psikologik, seperti : *negative thinking* atau berburuk sangka, frustrasi (kekecewaan karena gagal memperoleh sesuatu yang diinginkan), hasud (iri hati atau dendam), sikap permusuhan, perasaan cemburu, konflik pribadi, dan keinginan yang di luar kemampuan.

c. Stressor Sosial

Stressor sosial, seperti iklim kehidupan keluarga : hubungan antar anggota keluarga yang tidak harmonis (*broken home*), perceraian, suami atau istri selingkuh, suami atau istri meninggal, anak yang nakal (suka melawan kepada orang tua, sering membolos dari sekolah, mengkonsumsi minuman keras, dan menyalahgunakan obat-obatan terlarang) sikap dan perlakuan orang tua yang keras, salah seorang anggota mengidap gangguan jiwa dan tingkat ekonomi keluarga yang rendah, lalu ada faktor pekerjaan: kesulitan mencari pekerjaan, pengangguran, kena PHK (Pemutusan Hubungan Kerja), perselisihan dengan atasan, jenis pekerjaan yang tidak sesuai dengan minat dan kemampuan dan penghasilan tidak sesuai dengan tuntutan kebutuhan sehari-hari, kemudian

yang terakhir ada iklim lingkungan: maraknya kriminalitas (pencurian, perampokan dan pembunuhan), tawuran antar kelompok (pelajar, mahasiswa, atau warga masyarakat), harga kebutuhan pokok yang mahal, kurang tersedia fasilitas air bersih yang memadai, kemarau panjang, udara yang sangat panas atau dingin, suara bising, polusi udara, lingkungan yang kotor (bau sampah dimana-mana), atau kondisi perumahan yang buruk, kemacetan lalu lintas bertempat tinggal di daerah banjir atau rentan longsor, dan kehidupan politik dan ekonomi yang tidak stabil.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas maka disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi stres adalah stressor biologi yang berasal dari fisik/biologis individu yang tidak sempurna, stressor psikologis yang berasal dari pikiran, dan jiwa individu. Dan yang terakhir stressor sosial yang berasal dari lingkungan sekitar, bisa dari lingkungan luar maupun lingkungan dalam seperti keluarga.

## **C. Sistem Belajar**

### **1. Pengertian Belajar**

Menurut Skinner, seperti yang dikutip Barlow (dalam Syah, 2010) dalam bukunya *Educational Psychology: The Teaching-Leaching Process*, berpendapat bahwa belajar adalah suatu proses adaptasi (penyesuaian tingkah laku) yang berlangsung secara progresif. Berdasarkan eksperimennya, B.F. Skinner percaya bahwa proses adaptasi tersebut akan mendatangkan hasil yang optimal apabila ia diberi penguat (*reinforce*). Sementara menurut Chaplin (dalam Syah, 2010)



membatasi belajar dengan dua macam rumusan. Rumusan pertama berbunyi: “... *acquisition of any experience*” (belajar adalah perolehan perubahan tingkah laku yang relative menetap sebagai akibat latihan dan pengalaman). Rumusan keduanya adalah *process of acquiring responses as s result of special practice* (belajar ialah proses memperoleh respons-respons sebagai akibat adanya latihan khusus).

Kemudian menurut Syah (2010), belajar adalah tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagi hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Sementara itu menurut Slameto (dalam Siregar, 2013), belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman dari individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses atau tahapan perubahan tingkah laku individu sebagai hasil dari oengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya.

## **2. Full Day School**

Asmani (2017) mengemukakan pengertian mengenai *full day school* yaitu model sekolah umum yang memadukan sistem pengajaran Islam secara intensif, yaitu dengan memberi tambahan waktu khusus untuk pendalaman keagamaan siswa. Biasanya jam tambahan tersebut dialokasikan pada jam setelah sholat zuhur sampai sholat ashar sehingga praktis sekolah model seperti ini masuk pada pukul 07.00 WIB sampai dengan pulang pada pukul 15.15 WIB. Menurut Yulianita

(2013) *full day school* adalah sekolah sepanjang hari atau proses belajar mengajar yang diberlakukan dari pagi hari sampai sore hari, mulai pukul 06.45-15.30 WIB, dengan durasi istirahat setiap dua jam sekali. Dengan demikian, sekolah dapat mengatur jadwal pelajaran dengan leluasa, disesuaikan dengan bobot mata pelajaran dan ditambah dengan pendalaman materi.

Sedangkan *full day school* menurut Basuki (dalam Yulianita, 2013) adalah sekolah yang sebagian waktunya digunakan untuk program-program pembelajaran yang suasana informal, tidak kaku, menyenangkan bagi siswa dan membutuhkan kreatifitas dan inovasi dari guru. Dalam hal ini Sukur berpatokan pada sebuah penelitian yang menyatakan bahwa waktu belajar afektif bagi anak itu hanya 3-4 jam sehari (dalam suasana formal) dan 7-8 jam sehari (dalam suasana informal). Oktamiati dan Putri (2013) mengatakan bahwa *full day school* merupakan sekolah sepanjang hari, atau proses belajar mengajar yang dilakukan mulai pukul 06.45 sampai 15.00 atau dengan kata lain sekolah yang memberlakukan jam belajar mengajar mulai dari pagi hari hingga sore hari. Menurut Baharuddin, 2010 (dalam Hidayah, 2012) *full day school* mengandung arti sebuah sistem pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan sehari penuh dengan memadukan sistem pengajaran secara intensif yaitu dengan memberi tambahan waktu khusus untuk pendalaman yang berlangsung selama lima hari setiap pekan yang dimulai pada pukul 06.45 pagi hingga 15.30 sore, sedangkan hari sabtu tetap masuk sekolah yang biasanya diisi dengan relaksasi dan kreatifitas.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas disimpulkan bahwa *full day school* adalah sekolah sepanjang hari dengan penambahan waktu belajar untuk pendalaman materi pelajaran yang dimulai dari pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 16.00 WIB.

### **3. *Half Day School***

Menurut Asmani (2017), pengertian *half day school* merujuk kepada definisi sekolah regular pada umumnya yang biasa diterapkan di Indonesia, yaitu sekolah yang waktu belajarnya mulai pagi hingga siang hari saja. Menurut Hidayah (2012) *half day school* adalah sebuah sistem pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar, yang dilaksanakan setengah hari, dimulai dari pukul 07.00 pagi sampai pukul 12.00 siang, akan tetapi kegiatan belajar hanya dilaksanakan di ruang kelas yang tetap, dan proses pembelajaran yang terus-menerus dengan waktu istirahat yang sebentar.

Berdasarkan uraian diatas, disimpulkan bahwa *half day school* adalah sekolah setengah hari atau disebut juga dengan sekolah regular, dimulai dari jam 07.00 pagi sampai dengan jam 12.00 siang.

### **D. Perbedaan tingkat stress siswa ditinjau dari sistem belajar *fullday* dan *halfday***

Pendidikan dianggap menjadi solusi dalam penyelesaian segala problematika yang ada di negeri ini baik pendidikan formal maupun non formal. Pendidikan formal merupakan pendidikan yang diselenggarakan melalui prasarana terlembaga seperti sekolah, akademi, universitas. (Rizky, 2015). Menurut

Hamalik, 2001 (dalam Wulandari, 2014) siswa atau murid adalah salah satu komponen dalam pengajaran, disamping faktor guru, tujuan dan metode pengajaran. Sebagai salah satu komponen maka dapat dikatakan bahwa murid adalah komponen yang terpenting diantara komponen lainnya.

Namun ada beberapa kendala mengenai sistem pendidikan yang ada di Indonesia, diantaranya adalah perubahan kebijakan pemerintah. Ada saja kebijakan baru pemerintah yang menyangkut dunia pendidikan. Mulai dari perubahan kurikulum hingga perubahan sistem pembelajaran, sering dilakukan pemerintah khususnya oleh kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (dalam <http://www.nu.or.id>). Ada dua jenis sistem pendidikan di Indonesia berdasarkan dengan jumlah waktu pembelajaran disekolah. Kedua jenis tersebut adalah sistem *full day school* dan *half day school*. Sekolah dengan sistem *full day school* dianggap sebagai solusi yang tepat untuk menjembatani keseimbangan antara pengetahuan umum yang seringkali diidentikkan dengan penyelenggaraan pendidikan kognitif, yang digandengkan dengan pendidikan agama secara seimbang. Hal ini sejalan dengan Permendikbud No. 23 Tahun 2017 mengenai hari sekolah yang baru diterbitkan. Dalam pasal 2 ayat 1 disebutkan bahwa hari sekolah dilaksanakan 8 (delapan) jam dalam 1 (satu) hari atau 40 (empat puluh) jam selama 5 (lima) hari dalam 1 (satu) minggu. Sedangkan *half day school* adalah sebuah sistem pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar, yang dilaksanakan setengah hari, dimulai dari pukul 07.00 pagi sampai pukul 12.00 siang, akan tetapi kegiatan belajar hanya dilaksanakan di ruang kelas yang tetap, dan proses pembelajaran yang terus-menerus dengan waktu istirahat yang sebentar. (Hidayah, 2012). Dampak yang ditimbulkan dari penerapan sistem *full*

*day school* diantaranya adalah kejenuhan dan stres siswa akibat terlalu lama berada disekolah.

Pengertian stres menurut Priyoto (2014) merupakan pengalaman subjektif yang didasarkan pada persepsi seseorang terhadap situasi yang dihadapinya. Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari. Menurut Richard (2010) stres adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh: kematian keluarga).

Menurut Braham, 1990 (dalam Isnaini, 2010) mengatakan bahwa stres yang dialami oleh anak didik tidak hanya menyangkut segi fisik saja, tetapi juga akan menyangkut kehidupan psikisnya sehingga stres ini berdampak pada anak yang menyangkut pada aspek fisik, intelektual, emosional, dan interpersonal anak. Akibatnya anak akan menjadi sulit tidur, sakit kepala, adanya gangguan pencernaan, keringat berlebihan, menurunnya selera makan, kehilangan gairah dan energy, mudah marah dan tersinggung, gelisah dan cemas, gugup, mudah lupa, daya ingat menurun, hilangnya kepercayaan terhadap orang lain, mudah mengingkari janji, bersikap menutup diri secara berlebihan dan mudah menyalahkan orang lain.

Bertolak belakang dengan keadaan siswa yang bersekolah di *full day*, maka sistem yang lazim adalah sekolah *half day* (setengah hari). Sistem belajar



*half day school* adalah sebuah sistem pembelajaran yang dilakukan dalam kegiatan belajar mengajar, yang dilaksanakan setengah hari, dimulai dari pukul 07.00 pagi sampai pukul 12.00 siang, akan tetapi kegiatan belajar hanya dilaksanakan di ruang kelas yang tetap, dan proses pembelajaran yang terus-menerus dengan waktu istirahat yang sebentar.

Permasalahan di atas menunjukkan bahwa terdapat “Perbedaan Tingkat Stres Siswa ditinjau dari Sistem Belajar *Full Day* dan Sistem Belajar *Half Day*”

### E. Kerangka Konseptual





## F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan tingkat stres siswa ditinjau dari sistem belajar *full day* dan *half day*. Dengan asumsi bahwa siswa yang sekolah *full day*, memiliki tingkat stress yang lebih tinggi di bandingkan siswa yang sekolah *half day*.



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini variabel yang menjadi inti penelitian yaitu tingkat stress. Untuk kepentingan penelitian ini, maka pelaksanaannya dilakukan dengan cara menyebarkan skala tentang tingkat stres. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif yang ingin melihat perbedaan tingkat stres siswa (variabel terikat) ditinjau dari sistem belajar *full day* dan *half day* (variabel bebas).

#### B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel utama dalam penelitian ini adalah:

Variabel Bebas : Sistem belajar *full day* dan sistem belajar *half day*

Variabel Terikat : Tingkat Stres siswa

#### C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

##### 1. Stres

Stres adalah suatu peristiwa atau pengalaman yang negatif sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan individu yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang, suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis. Faktor yang

mempengaruhi stres adalah stressor biologis yang berasal dari fisik/biologis individu yang tidak sempurna, stressor psikologis yang berasal dari pikiran, dan jiwa individu. Dan yang terakhir stressor sosial yang berasal dari lingkungan sekitar, bisa dari lingkungan luar maupun lingkungan dalam seperti keluarga. Dimana stres akan diteliti melalui tingkatan stres, yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat.

## **2. Full Day School**

*Full day school* adalah sekolah sepanjang hari dengan penambahan waktu belajar untuk pendalaman materi pelajaran yang dimulai dari pukul 07.00 WIB sampai dengan pukul 16.00 WIB.

## **3. Half Day School**

*Half day school* adalah sekolah setengah hari atau disebut juga dengan sekolah reguler, dimulai dari jam 07.00 pagi sampai dengan jam 12.00 siang.

## **D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas : objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2006). Dalam hal ini populasi dalam sebuah penelitian dianggap sangat penting. Dalam penelitian ini populasi diambil kelas XI dari dua sekolah yang masing-masing menerapkan sistem belajar normal *half day* dan sistem belajar *full day*. Untuk disekolah MAN 2 Model Medan populasi 878 orang, dan di sekolah SMA

Swasta Al-ulum Medan populasi 252 orang. Jadi, total keseluruhan populasi berjumlah 1130 orang

## **2. Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Definisi sampel merupakan suatu bagian dari populasi yang akan diteliti dan yang dianggap dapat menggambarkan populasinya (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian, jumlah populasi yang begitu besar tidak dimungkinkan untuk melakukan penelitian dikarenakan ada batasan dana dan waktu. Kemudian untuk merepresentasikan populasi yang ada diambil 15% sampel dari masing-masing populasi di dua sekolah berbeda.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dalam Sugiyono (2013), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan dan ciri-ciri tertentu. Dipilihnya teknik ini dengan alasan karena kedua sekolah memiliki ciri-ciri ataupun kriteria tertentu, dimana MAN 2 Model Medan merupakan sekolah yang menerapkan sistem belajar *full day school*, dan SMA Swasta Al-Ulum merupakan sekolah yang menerapkan sistem belajar *half day school*. Dalam penelitian ini sampel diambil 15% populasi siswa kelas XI di masing-masing sekolah. Sehingga sampel pada MAN 2 Model Medan sebanyak 132 orang siswa, dan sampel pada SMA Swasta Al-Ulum Medan sebanyak 38 orang siswa. Sehingga total sampel sebanyak 170 siswa.

Menurut Arikunto (2002), apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Selanjutnya, jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil sebesar 10-15% dan 20-25%, atau lebih, setidaknya hal itu tergantung dari:

1. Kemampuan penelitian dari segi waktu, tenaga, dan dana
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya data.
3. Besar kecilnya risiko yang ditanggung oleh penelitian

### **E. Metode Pengambilan Data**

Pengumpulan data dimaksudkan untuk memperoleh data yang diperlukan, dalam penelitian ini digunakan metode skala pengukuran. Penelitian ini menggunakan skala tingkat stress berdasarkan teori Priyoto (2014) yang terbagi menjadi tiga tingkat yaitu, stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Dalam proses pengukuran peneliti menggunakan skala *Likkert*. Sugiyono (2013) menyatakan bahwa penggunaan skala *Likkert* sangat fleksibel, tidak terbatas hanya kepada pengukuran sikap saja tetapi juga mengukur persepsi responden terhadap fenomena lainnya.

### **F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

#### **1. Validitas**

Validitas merupakan suatu standar atau dasar ukuran yang menunjukkan ketetapan (*appropriateness*), kemanfaatan (*usefulness*) dan kesahihan yang mengarah pada ketepatan interpretasi suatu prosedur evaluasi sesuai dengan tujuan pengukurannya. Arikunto (2002) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesalihan suatu tes. Suatu tes dikatakan valid apabila tes

tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tes memiliki validitas yang tinggi jika hasilnya sesuai dengan kriteria, dalam arti memiliki kesejajaran antara tes dan kriteria.

Dalam penelitian ini digunakan teknik uji validitas internal dengan mengkorelasikan nilai tiap butir dengan nilai totalnya. Korelasi yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Penggunaan teknik ini adalah untuk melihat hubungan diantara variabel-variabel dalam penelitian dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\Sigma XY - \frac{(\Sigma X)(\Sigma Y)}{N}}{\sqrt{\left\{(\Sigma X^2) - \frac{(\Sigma X)^2}{N}\right\} \left\{|\Sigma Y^2| - \frac{(\Sigma Y)^2}{N}\right\}}}$$

Keterangan :

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek tiap item) dengan variabel y (total skor subjek dari seluruh item).
- $\Sigma XY$  = Jumlah perkalian antara variabel x dan y.
- $\Sigma X$  = Jumlah skor keseluruhan subjek tiap item.
- $\Sigma Y$  = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek.
- $\Sigma X^2$  = Jumlah kuadrat skor X.
- $\Sigma Y^2$  = Jumlah kuadrat skor Y.
- N = Jumlah subjek.



## 2. Reliabilitas

Reliabilitas yaitu suatu konsistensi sebuah tes dalam mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur. Pengertian reliabilitas menurut Sugiono (2013) adalah serangkaian pengukuran atau serangkaian alat ukur yang memiliki konsistensi jika pengukuran yang dilakukan dengan alat ukur itu dilakukan secara berulang. Reliabilitas tes, merupakan tingkat konsistensi suatu tes, adalah sejauh mana tes dapat dipercaya untuk menghasilkan skor yang konsisten, relatif tidak berubah meskipun diteskan pada situasi yang berbeda. Pengertian reliabilitas menurut Arikunto (2002) adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan jika fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berulang kali dalam waktu yang berlainan.

Dalam penelitian ini digunakan teknik *Alpha Cronbach* untuk menguji reliabilitas. Butir pernyataan disajikan dalam bentuk pernyataan *favourable* dan *unfavourable*. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$r = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma^2 b}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan :

$r$  = Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach*

$k$  = Jumlah aitem pertanyaan

$\sum \sigma^2 b$  = Jumlah varian butir

$\sigma^2 t$  = Varians total

### G. Metode Analisis Data

Metode statistik ini telah mewakili tiga tugas utama dalam ilmu pengetahuan yaitu, menerangkan gejala, meramalkan kejadian dan mengontrol keadaan. Untuk menguji hipotesa yang telah ditetapkan, penulis menganalisis data dengan menggunakan Analisis Varian 1 Jalur atau Anava A. Adapun alasannya analisis ini adalah untuk menguji hipotesis perbedaan tingkat stress siswa ditinjau dari sistem belajar *full day* dan *half day* di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan. Untuk mempermudah pemahaman maka berikut ini akan digunakan disain penelitian sebagai berikut :

A	
A1	A2
X	X

Keterangan :

- A = Sistem Belajar
- A1 = *Full Day School*
- A2 = *Half Day School*
- X = Tingkat Stres

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Asdi Mahastya.
- Asmani, J.M. 2017. *Full Day School Konsep Manajemen & Quality Control*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta
- Hawari, Dadang. 2016. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Depok
- Hidayah, Nurul. 2012. *Perbedaan Perkembangan Kognitif Anak Kelas II SD Ditinjau Dari Sistem Pembelajaran Full Day School Dan Half Day School (Studi Di SDIT Al Husna Mayong Jepara Dan SD Muhammadiyah Blimbingrejo Jepara)*. IAIN Walisongo. Semarang
- <https://www.brilio.net/news/sudah-11-kali-ganti-ini-beda-kurikulum-pendidikan-dari-masa-ke-masa-150502x.html#>
- <http://www.nu.or.id/post/read/80333/pro-dan-kontra-full-day-school>
- <http://www.unnes.net/2015/02/ini-alasan-kenapa-kurikulum-pendidikan.html>
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia
- Isnaini, Faisal. 2010. *Perbedaan Stres antara Anak yang Sekolah di SD Reguler dengan Anak yang Sekolah di SD Full Day School*. Universitas Medan Area. Medan.
- Oktamiati, Hesi., & Putri, Y.S.E. 2013. *Tingkat Stres Akademik Anak Usia Sekolah Terhadap Sistem Full Day School Di Sekolah Dasar Kabupaten Bogor*. Universitas Indonesia. Depok
- Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stress*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Purwati, Susi, 2012. *Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Universitas Indonesia. Depok
- Putra, Nordiansyah. 2015. *Hubungan Tingkat Stres Akademik Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Tahun Pertama Blok Basic Science 1 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Universitas Lampung. Lampung
- Refliandra, Rina., & Muslimin, Z.I., 2011. *Perbedaan Tingkat Stres Antara Siswa Sekolah Dasar Yang Bersistem Full Day dan Half Day*. Universitas Mercu Buana. Yogyakarta.
- Richard. 2010. *Era Baru Manajemen* (Edisi 9). Salemba Empat. Jakarta

- Rizky, A.A. 2015. *Problematika Pembelajaran System Full Day School Siswa Kelas 1 SDIT Al-Irsyad Tegal*. UIN Walisongo. Semarang
- Sarafino, P.E. 2006. *Health Psychology Biopsychosocial*. John Wiley & Sons, Inc. USA
- Siregar, N.I. 2013. *Psikologi Belajar*. Universitas Medan Area. Medan
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung
- Sukoco, A.S. 2014. *Hubungan Sense of Humor Dengan Stres Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi. Jurnal Ilmiah Mahasiswa*. Universitas Surabaya. Surabaya
- Sunaryo, 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. PT Remaja Rosdakarya. Bandung
- Vamela, Junia., Hasyim, Adelina., Nurmalisa, Yunisca. 2012. *Persepsi Siswa Tentang Proses Pembelajaran Oleh Guru Non PKn Di SMA Bina Mulya Kedaton Bandar Lampung*. Universitas Lampung. Lampung
- Winurini, Sulis. 2016. *Wacana Penerapan Full Day School Untuk Siswa SD Dan SMP*. Pusat Badan Keahlian DPR RI
- Wulandari, N.P. 2014. *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Belajar Siswa Full Days SMP Muhammadiyah 01 Medan*. Universitas Medan Area. Medan
- Yulianita, Tyo. 2013. *Penerapan Full Day School Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Di Sma Unggulan Amanatul Ummah Surabaya*. IAIN Sunan Ampel. Surabaya
- Yusuf, S. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya. Bandung



**LAMPIRAN A**  
**SKALA TINGKAT STRES DAN SKORING**

## I. IDENTITAS DIRI

Isilah data berikut ini sesuai dengan diri Anda. Dan dapat saya informasikan jika data ini terjamin kerahasiaannya.

Nama (Inisial) :  
Jenis Kelamin :  
Usia :  
Sekolah :  
Kelas :

## II. PETUNJUK PENGISIAN

Berilah jawaban untuk setiap pernyataan yang ada sesuai dengan keadaan Anda. Dengan cara memberi tanda (✓) pada kolom yang tersedia dan hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban pada setiap pernyataan. Bacalah terlebih dahulu dan jawablah semua pernyataan tanpa ada yang tersisa.

### Keterangan:

**SS** : Bila Anda merasa **SANGAT SETUJU** dengan pernyataan tersebut

**S** : Bila Anda merasa **SETUJU** dengan pernyataan tersebut

**TS** : Bila Anda merasa **TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut

**STS** : Bila Anda merasa **SANGAT TIDAK SETUJU** dengan pernyataan tersebut

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya merasa senang ketika belajar				
2	Ketika mulai pelajaran, saya sering merasa ingin buang air besar				
3	Membaca buku merupakan pekerjaan yang sangat sulit				
4	Saya memiliki motivasi belajar yang tinggi				
5	Ketika sedang belajar, perut saya sering sakit				
6	Sulit bagi saya untuk mencatat pelajaran yang diberikan oleh guru				
7	Ketika mendapat tugas dari guru, saya selalu mengerjakan dan mengumpulkan tepat waktu				



8	Sepulang sekolah, saya seperti tidak bertenaga				
9	Saya sering gugup ketika disuruh maju kedepan oleh guru				
10	Saya suka mengerjakan tugas kelompok dan mau berpartisipasi dalam tugas tersebut				
11	Saat saya lama duduk, punggung saya terasa sakit				
12	Saya selalu resah saat guru menjelaskan pelajaran				
13	Saya senang menerima setiap materi pelajaran yang diberikan oleh guru				
14	Ketika saya diperintahkan untuk mengerjakan tugas di depan kelas, saya sering merasa cemas, takut salah, dan tangan saya berkeringat				
15	Saya suka melakukan presentasi materi pelajaran di depan kelas				
16	Banyaknya tugas sekolah membuat saya gelisah				
17	Saya sulit untuk tidur dan sering tidur diatas jam 12 malam				
18	Saya sering terbangun malam hari dan sering mimpi buruk				
19	Ketika memasuki kelas, saya merasa malas				
20	Saya tidak pernah buang air besar ketika masuk jam pelajaran				
21	Saya senang ketika disuruh guru untuk membaca banyak buku				
22	Saya merasa tidak ada motivasi untuk belajar				
23	Ketika sedang belajar, perut saya jarang sakit				
24	Setiap catatan yang diberikan oleh guru, selalu saya kerjakan				
25	Saya jarang mengerjakan tugas sekolah dan sering telat mengumpulkannya				
26	Saat pulang sekolah, saya tetap bersemangat				

27	Ketika guru menyuruh maju kedepan, saya tetap santai				
28	Saya tidak mau mengerjakan tugas kelompok dan menyuruh teman yang mengerjakannya				
29	Saya tidak terlalu terganggu duduk dalam waktu yang lama ketika belajar				
30	Saya tetap fokus saat guru menjelaskan materi pelajaran				
31	Tidak semua materi pelajaran saya sukai				
32	Saya dengan percaya diri mampu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru				
33	Presentasi materi pelajaran adalah kegiatan yang saya benci				
34	Saya tetap merasa nyaman, walau banyak tugas sekolah				
35	Saya tidur sebanyak 8 jam perhari layaknya orang pada umumnya				
36	Saya selalu bangun tepat waktu, dan jarang terbangun pada malam hari				
37	Ketika memasuki jam pelajaran pada siang hari, saya sering mengantuk				
38	Saya sering jenuh dengan adanya tugas sekolah				
39	Saat belajar, saya merasa sulit bernafas				
40	Saya mudah jenuh ketika memasuki jam pelajaran pada siang hari				
41	Ketika banyak tugas saya suka menunda mengerjakannya				
42	Pernafasans saya sangat cepat ketika diberikan tugas oleh guru				
43	Ketika bangun tidur, saya sering merasa tidak bertenaga untuk memulai rutinitas				
44	Saat banyak melakukan kegiatan disekolah, badan saya sering merasa sakit				
45	Saya sering merasa menggigil saat pelajaran berlangsung				

46	Saya merasa letih untuk bangun pagi				
47	Saya suka mengikuti organisasi disekolah				
48	Saya sudah tidak dapat mengontrol diri saya lagi, sekujur tubuh saya terasa bergetar				
49	Saya merasa gelisah ketika belajar di dalam kelas				
50	Pikiran saya selalu kacau saat belajar				
51	Saya gugup ketika diperintahkan oleh guru untuk mengerjakan tugas di depan kelas				
52	Saya sulit memahami pelajaran yang guru sampaikan				
53	Saya selalu curiga dengan teman				
54	Saat belajar saya sering merasa cemas				
55	Saya tetap fokus belajar ketika memasuki jam pelajaran siang hari				
56	Walaupun banyak tugas sekolah saya tetap merasa senang				
57	Saya mampu mengatur pernafasan saat sulit memahami pelajaran				
58	Saya tetap bersemangat dalam belajar walau hari sudah siang				
59	Saya tetap rajin dan langsung mengerjakan setiap tugas yang diberikan				
60	Pernafasan saya tetap normal ketika diberikan tugas sesulit apapun oleh guru				
61	Ketika bangun tidur pada pagi hari, saya selalu merasa bersemangat				
62	Banyak kegiatan disekolah, membuat saya merasa tertantang				
63	Saat belajar, saya merasa suhu tubuh saya normal saja				
64	Saya merasa segar ketika bangun pagi				
65	Saya merasa mudah lelah ketika mengikuti organisasi disekolah				

66	Saya mampu mengontrol gerakan tubuh saya dengan baik				
67	Saya merasa nyaman, belajar di dalam kelas				
68	Saya selalu tenang dalam belajar				
69	Ketika disuruh guru mengerjakan soal di depan kelas, saya tetap santai				
70	Saat guru menjelaskan, saya langsung paham				
71	Saya selalu percaya dengan teman				
72	Saya tidak gelisah saat belajar				



**SKORING MAN 2 MODEL MEDAN (FULL DAY SCHOOL)**

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2
2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	4	2	2
3	4	1	2	4	1	1	4	1	2	4	2	1	4	2	4	3	1	1	4	1	1	4	1	1
4	4	1	2	4	3	1	3	2	2	4	2	1	4	2	4	3	2	2	4	1	1	4	1	1
5	3	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2
6	3	2	1	3	2	1	4	2	4	4	3	1	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	2
7	3	1	2	3	1	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	2	4	1	3	3	2	3	1	2
8	3	1	1	2	1	1	3	1	4	4	2	1	4	1	4	3	2	3	4	1	3	4	2	1
9	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	4	2	1	3	4	4	3	3	2
10	4	1	1	4	3	1	4	3	3	4	3	1	4	3	2	3	2	2	3	2	2	4	3	1
11	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	2	2
12	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2
13	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	4	2	3	1	1	3	2	2
14	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
15	4	1	2	4	1	1	4	3	4	4	3	1	4	3	2	4	1	1	4	1	3	4	2	1
16	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3
17	4	1	2	3	1	2	4	1	1	4	3	2	4	1	4	2	2	1	3	1	3	3	1	1
18	3	1	1	2	1	2	1	1	3	3	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	1	3	1	2
19	4	1	2	4	2	2	4	2	3	4	2	1	3	3	4	3	3	2	4	1	2	4	4	2
20	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	1	2	3	2	3	3	2	2
21	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
22	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2

NOMOR SAMPSEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2
2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
3	4	1	1	4	2	1	2	1	4	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1
4	4	1	1	4	2	1	2	1	4	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1
5	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6	4	2	3	4	3	2	1	2	4	3	4	2	3	3	1	2	2	2	1	3	1	2	3	1
7	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	4	2
8	3	1	2	4	1	2	2	1	4	3	3	1	3	3	1	2	2	2	1	3	1	1	2	1
9	4	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	2	4	4	2	3	3	2	4	2	2	3	1	1
10	3	1	3	4	2	1	2	2	4	2	3	3	4	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2
11	3	1	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	1	4	3	1	3	3	2	2	3	2
12	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2
13	3	2	1	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	2	1
14	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2
15	4	3	3	4	4	1	2	2	2	3	2	2	3	4	1	3	3	2	1	3	1	1	3	1
16	2	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	2	4	2	2	3	1	1
17	4	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2
18	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	2	2
19	1	4	2	4	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	1	2	1	2
20	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
21	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2
22	2	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3



NOMOR SAMPSEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1
5	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	4	1	1	1	1	3	1	1
6	1	2	3	2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2
7	2	1	3	2	1	2	4	3	2	3	3	2	3	3	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2
8	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1
9	2	2	3	2	2	2	3	4	1	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3
10	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2
11	2	2	3	2	1	1	3	4	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2
12	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2
13	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
14	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3
15	1	1	2	1	2	1	3	4	2	3	3	2	1	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2
16	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	3	2	2	3	1
17	3	2	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1
18	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2
19	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	4	2
20	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
21	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2
22	3	3	4	3	1	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	1	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
23	4	1	1	4	2	4	4	3	3	4	3	1	4	3	3	3	3	2	4	3	2	4	2	1
24	3	2	1	4	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	2	3	3	2	2	4	2	2
25	3	2	2	4	2	2	3	4	3	4	1	2	4	4	3	4	2	2	3	2	4	4	2	2
26	3	1	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	1	4	4	2	1	4	1	1
27	4	1	2	3	1	1	3	1	3	3	4	1	2	2	4	3	1	1	3	1	4	4	1	2
28	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	4	2	3	2	3
29	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2
30	4	2	2	3	1	2	3	1	3	4	2	2	4	3	2	3	1	1	4	2	3	3	2	3
31	3	1	1	3	1	1	3	1	3	3	2	1	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	2	1
32	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4	4	2	3	3	2	4	2	2
33	3	1	2	3	1	1	4	3	1	3	3	1	4	1	3	4	1	1	4	3	4	4	1	2
34	3	2	3	3	1	2	3	2	4	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3
35	4	1	2	3	1	2	3	2	3	4	3	1	4	2	2	3	2	1	4	3	1	4	1	2
36	3	1	1	4	2	1	4	2	1	3	3	1	3	3	2	4	1	2	3	2	1	4	1	1
37	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2
38	4	1	3	2	2	2	2	3	1	4	4	3	2	1	2	3	4	3	3	4	3	2	3	1
39	3	2	2	4	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	4	2	4	2	3	2	3
40	2	2	2	3	2	3	2	4	4	4	3	2	2	3	2	4	2	4	2	2	3	3	3	2
41	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	2	1	2	3	4	3	2	2	1	3	2	3
42	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	2	2
43	3	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2
44	3	1	3	3	2	2	3	1	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	1	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
23	4	2	3	4	3	1	3	2	4	3	4	3	3	2	1	2	1	1	2	2	1	1	3	1
24	3	2	2	4	3	2	4	2	3	3	2	1	4	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
25	4	4	4	4	2	2	1	2	3	4	4	2	3	4	1	4	2	1	2	3	1	3	4	1
26	2	1	3	4	3	1	2	1	4	1	1	1	4	3	1	3	1	1	3	3	1	4	3	4
27	4	3	3	2	4	2	1	2	4	4	1	3	2	4	1	3	2	2	2	3	1	3	2	1
28	3	2	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	1	2	3	2
29	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3
30	3	2	3	4	2	2	1	2	3	4	3	3	1	1	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3
31	4	2	3	3	2	2	2	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1
32	4	1	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	4	3	1	1	3	2	2	2	3
33	3	1	1	2	1	2	2	2	4	4	1	3	2	1	4	2	2	3	2	1	1	1	2	1
34	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	1	2	2	2	1	2
35	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1
36	4	2	1	4	1	2	1	2	4	3	2	2	3	3	1	3	2	2	1	3	1	1	4	1
37	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
38	2	2	3	3	4	4	1	1	2	2	3	3	4	4	3	2	4	1	2	2	2	1	4	1
39	2	3	4	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1
40	2	4	4	2	2	2	1	3	3	4	4	2	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2
41	3	2	1	2	4	4	4	3	3	3	3	1	4	4	1	2	3	3	2	4	1	1	1	3
42	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	3	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1
43	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2
44	2	3	2	3	1	2	1	2	4	2	2	2	3	3	4	3	3	1	2	3	1	3	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
23	1	1	3	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1
24	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3
25	1	2	4	3	3	3	4	4	2	2	2	2	3	1	1	1	3	3	2	2	4	3	4	3
26	2	2	4	2	1	2	3	3	1	2	1	4	4	4	1	3	1	3	1	1	3	3	1	1
27	2	1	2	1	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2
28	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
30	3	3	3	3	4	2	1	1	3	1	2	1	3	2	4	3	1	3	3	3	2	2	3	3
31	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2
32	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2
33	2	2	1	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	1	1	2	1	3	3	3	1	3	2	4
34	2	3	3	2	2	2	3	3	1	2	2	1	1	2	1	1	3	2	2	1	3	2	2	2
35	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1
36	2	1	2	1	1	2	3	3	2	3	2	1	1	2	2	1	4	1	3	3	3	3	3	1
37	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3
38	1	1	2	3	2	1	3	4	3	2	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	2	3	1	3
39	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3
40	3	2	3	2	2	2	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
41	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	3	1	2
42	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2
43	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2
44	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
45	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2
46	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	2	2
47	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	4	2	4	3	3	4	1	1	4	2	4	4	2	2
48	4	1	1	4	2	2	4	2	3	4	1	1	3	3	4	3	3	2	4	1	2	4	2	1
49	3	1	3	2	1	2	1	4	4	3	4	1	3	4	2	4	2	1	4	1	4	4	2	1
50	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2
51	2	1	2	3	2	1	3	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	4	2	2
52	3	2	1	4	2	1	3	2	2	4	1	2	3	3	3	4	4	4	3	1	3	1	3	1
53	4	2	1	4	2	1	3	2	3	4	3	1	4	4	3	3	2	1	4	3	3	4	1	1
54	3	2	1	3	2	2	3	2	4	3	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	1
55	3	1	4	1	1	1	3	2	4	4	3	3	3	1	2	3	2	1	4	2	3	2	2	2
56	3	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2
57	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	4	2	3	1	1	3	2	2
58	3	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
59	4	1	2	4	1	1	4	3	4	4	3	1	4	3	2	4	1	1	4	1	3	4	2	1
60	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3
61	3	1	2	3	1	1	4	3	1	3	3	1	4	1	3	4	1	1	4	3	4	4	1	2
62	3	2	2	3	2	1	3	4	3	4	4	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	4	2	2
63	3	2	1	4	2	1	3	2	2	4	2	2	3	3	3	4	4	4	3	1	3	1	3	1
64	4	2	1	4	2	1	3	2	3	4	3	1	4	4	3	3	2	1	4	3	3	4	1	1
65	4	2	1	3	2	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	1
66	4	1	4	1	1	1	3	2	4	4	3	3	3	1	2	3	2	1	4	2	3	2	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
45	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3
46	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	3	2	4	3	2	4	3	2	2	3	2	2	2	1
47	2	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	2	1
48	4	2	2	4	2	1	2	2	4	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	1	2	2	1
49	3	4	3	4	3	1	2	3	3	4	3	2	2	4	1	2	2	3	2	2	1	2	3	1
50	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
51	4	4	3	2	3	3	1	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2
52	4	2	2	4	2	2	1	2	4	4	3	3	4	3	1	3	2	1	2	3	1	4	3	1
53	4	1	4	4	2	2	2	3	4	2	3	2	4	3	1	4	3	3	1	4	1	1	3	2
54	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
55	4	2	1	4	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	1	3	2	3	1	2	2	3	3	2
56	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2
57	3	2	1	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	4	4	2	2	2	2	2	1
58	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2
59	4	3	3	4	4	1	2	2	2	3	2	2	3	4	1	3	3	2	1	3	1	1	3	1
60	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	2	4	2	2	3	1	1
61	3	1	1	2	1	2	2	2	4	4	1	3	2	1	4	2	2	3	2	1	1	1	2	1
62	4	4	3	2	3	3	1	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2
63	4	2	2	4	2	2	1	2	4	4	3	3	4	3	1	3	2	1	2	3	1	4	3	1
64	4	1	4	4	2	2	2	3	4	2	3	2	4	3	1	4	3	3	1	4	1	1	3	2
65	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
66	4	2	1	4	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	1	3	2	3	1	2	2	3	3	2



NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
45	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
46	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2
47	2	2	3	2	1	3	3	4	2	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2
48	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2
49	1	1	3	2	1	3	2	4	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	1	3	3	2	2	1
50	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
51	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	4	3
52	2	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	3	3	3	3
53	1	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	4	1	2	2	3	2	2	3
54	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
55	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3
56	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2
57	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
58	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3
59	1	1	2	1	2	1	3	4	2	3	3	3	1	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2
60	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	3	2	2	3	1
61	2	2	1	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	1	3	2	4
62	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	4	3
63	2	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	2	3	3	3
64	1	2	4	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	4	1	2	2	3	2	2	2
65	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
66	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
67	3	2	2	3	2	1	3	4	3	4	4	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	4	2	2
68	3	2	1	4	1	1	3	2	3	3	2	1	4	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2
69	4	2	1	3	1	3	1	2	2	4	3	3	4	2	3	1	1	1	4	4	4	2	2	1
70	3	1	2	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	2	2	3	1	3	3	2	3
71	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2
72	3	2	3	4	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	3	4	4	2
73	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2
74	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2
75	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2
76	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
77	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2
78	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	4	2	1
79	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	2	3
80	3	1	2	3	2	1	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	1	3	1	3	4	1
81	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2
82	4	2	1	4	2	1	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	1	3	3	2
83	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3
84	4	2	3	3	2	1	2	3	2	4	3	2	3	4	3	4	1	2	4	1	3	3	2	2
85	3	2	2	4	2	3	3	3	2	4	3	2	3	4	4	1	4	3	4	2	3	4	4	2
86	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2
87	3	2	1	4	2	2	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
88	3	2	2	4	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3	4	3	4	2	1	2	3	4	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
67	4	4	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	4	1	2
68	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	2
69	4	1	2	4	2	1	2	2	4	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2
70	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	4	3	1	4	2	2	3	3	1	2	1	1
71	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
72	4	2	3	4	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	1	2	1
73	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	4	2	2	2	2
74	3	1	1	3	3	3	2	2	3	1	1	3	4	2	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1
75	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2
76	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2
77	3	2	1	2	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	2	3	2
78	2	3	3	2	2	2	1	2	3	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	1
79	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	3	1
80	2	3	3	3	4	2	2	1	2	4	3	2	2	4	2	2	4	2	2	3	4	1	2	1
81	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	3	2	2
82	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	2	3	2	4	2	2
83	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2
84	2	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	1	2
85	4	2	1	4	2	1	1	1	4	2	3	3	3	3	1	4	3	2	3	4	1	3	1	1
86	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	2
87	4	2	3	4	3	1	2	3	4	3	3	3	3	2	1	3	1	2	2	3	2	2	1	1
88	3	3	2	3	3	2	1	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
67	2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2
68	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2
69	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	3	2	4	1	3	2	1	3	3	2	3
70	2	2	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3
71	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3
72	2	2	3	2	1	2	3	2	4	3	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	3	1	3
73	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
74	1	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	1	1	4	2	1	3	2	3	4	2
75	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2
76	2	2	3	3	2	2	3	4	2	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2
77	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3
78	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2
79	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2
80	1	3	2	3	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	3	1	2	1	2	2	2	2	3	3
81	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2
82	4	4	4	2	3	3	3	1	3	3	3	3	1	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3
83	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
84	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3
85	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	3
86	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2
87	2	1	4	2	1	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2
88	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
89	2	1	1	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3
90	3	2	2	4	2	2	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1
91	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	2
92	4	1	1	4	1	1	4	2	1	4	2	1	4	2	4	3	1	1	4	1	1	4	2	1
93	3	1	1	2	1	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3
94	4	1	1	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	4	2	2	4
95	3	1	3	4	3	1	3	4	3	4	4	2	4	2	2	2	4	2	3	3	3	3	1	1
96	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2
97	4	2	1	4	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3
98	3	3	2	3	3	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	1	4	3	1	4	2	1
99	4	2	2	3	2	1	3	2	2	4	3	1	4	3	3	2	2	1	4	1	2	4	2	1
100	3	2	2	3	2	4	1	2	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	3
101	4	1	2	4	4	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	1	1	4	1	3	4	2	2
102	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	2	2	3	2	2
103	4	1	1	3	1	2	2	2	3	3	4	1	3	4	2	4	4	2	3	4	3	4	1	2
104	4	1	1	4	1	4	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	1	4
105	4	2	1	3	2	2	3	1	2	4	3	2	4	2	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2
106	3	1	3	3	2	3	1	2	2	4	2	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3
107	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
108	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3
109	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1
110	4	2	2	4	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3	4	3	4	2	1	2	3	4	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
89	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2
90	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2
91	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	1
92	4	1	1	4	1	1	2	1	4	1	2	2	3	2	2	1	2	2	1	3	1	2	1	2
93	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3	3	2
94	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	1
95	3	3	1	3	3	1	3	1	3	1	3	1	4	2	2	4	2	2	3	2	1	1	3	2
96	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2
97	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	4	2	3	2	2	2	2	3	1
98	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2	3	2	1	3	3	1	1	1	1	2	2	1
99	4	2	2	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1
100	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	2	3	1	2
101	4	2	3	4	2	2	1	2	4	3	2	2	3	3	1	3	3	3	1	3	1	1	3	1
102	4	2	3	4	3	2	2	2	4	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2
103	3	2	3	4	4	2	1	3	3	3	4	4	4	3	1	3	4	1	4	3	1	3	3	1
104	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	3	3	4	4	1	4	1	1	4	3	1	3	3	1
105	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2	1	2
106	3	4	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	3	3	1	3	3	1	2	3	1	2	3	1
107	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2
108	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2
109	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2
110	3	3	2	3	3	2	1	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2



NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
89	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3
90	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2
91	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	3	3	2
92	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
93	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2
94	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
95	2	2	2	2	2	2	3	3	1	3	1	1	1	2	1	1	4	1	1	1	1	2	1	1
96	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2
97	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
98	2	2	3	3	1	1	2	3	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2
99	1	1	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2
100	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4
101	1	1	3	2	2	1	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2
102	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
103	3	2	1	1	1	3	4	4	1	4	2	1	2	3	3	1	4	1	1	1	3	3	1	3
104	3	2	1	1	1	3	4	4	1	4	3	1	3	2	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1
105	1	1	2	1	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2
106	2	2	2	2	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2
107	2	2	3	3	2	2	4	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2
108	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
109	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2
110	2	2	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
111	4	1	3	3	2	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	2	4	2	2	4
112	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	4	2	3	2	3	3
113	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2
114	4	2	2	3	1	2	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	1	3	3	2	3	1	2
115	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3
116	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3
117	3	2	1	4	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	2
118	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2
119	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	1	2	3	2	3	3	2	2
120	3	2	1	2	1	2	2	1	4	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3	1	3	4	2	3
121	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2
122	4	2	2	4	2	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2
123	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	4	3	1	2	1	4	2	3	2
124	3	1	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	4	1	3	2	2	4	2	4	4	2	3
125	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2
126	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2
127	3	2	2	3	2	2	3	2	4	4	3	2	3	4	3	1	4	1	4	1	2	4	1	2
128	2	1	2	2	1	3	3	1	4	2	2	1	4	4	2	4	3	2	2	1	3	3	2	2
129	2	1	2	4	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	4	2	2	4	1	2
130	3	1	3	3	2	3	1	2	2	4	2	3	3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3
131	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
132	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
111	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	1
112	3	2	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	1	2	3	2
113	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2
114	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	4	2
115	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2
116	2	2	2	3	3	3	1	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	2	4	2	2	3	1	1
117	3	2	2	4	3	2	4	2	3	3	2	1	4	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
118	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	3
119	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
120	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	4	3	2
121	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2
122	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2
123	3	3	3	4	2	3	1	3	3	4	4	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	1	4	1
124	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
125	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2
126	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2
127	3	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	1	4	2	1	2	3	3	2	2	1	1	3	2
128	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2
129	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
130	3	4	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	3	3	1	3	3	1	2	3	1	2	3	1
131	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	3	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2
132	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
111	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
112	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	4	2	3	3	4
113	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
114	2	1	3	2	1	2	4	4	2	3	3	2	3	3	1	1	2	3	2	2	3	3	3	2
115	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	1	2	2	2	4	3	3	3	2	4
116	2	3	2	3	2	2	3	4	2	3	4	2	2	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	3
117	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4
118	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
119	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3
120	2	2	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2
121	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4
122	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3
123	2	4	4	4	1	1	4	4	3	4	4	4	2	1	3	2	2	4	4	4	4	4	3	4
124	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3
125	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
126	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3
127	1	1	3	2	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3
128	2	2	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3
129	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3
130	2	2	2	2	4	2	3	4	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2
131	2	2	3	3	2	2	4	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2
132	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3

**SKORING SMA SWASTA AL-ULUM MEDAN (HALF DAY SCHOOL)**

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	2	4	3	4	3	1	2	1	4	2	3	2
2	3	1	1	4	2	1	3	4	4	1	3	2	3	4	2	3	4	2	2	1	1	4	3	1
3	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2
4	3	1	2	3	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2
5	2	1	1	3	1	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	1	1	1	4	1	3
6	3	1	2	3	2	2	3	3	4	2	3	2	2	4	1	3	2	2	4	2	4	4	2	3
7	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3
8	3	1	2	3	1	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2
9	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3
10	3	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	2
11	3	1	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	1	2	3	1	3	3	3	2
12	2	1	2	2	1	3	3	1	4	2	2	1	4	4	2	4	3	2	2	1	3	3	2	2
13	4	2	2	4	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
14	3	1	2	3	1	2	3	2	4	4	3	2	3	4	3	1	4	1	4	1	2	4	1	2
15	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	2	4	3	1	3	1	3	4	2	2
16	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2
17	3	2	3	2	4	2	3	4	4	1	3	2	3	4	2	4	2	2	2	3	3	2	3	2
18	3	4	3	3	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2
19	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	3	3	3	4	2	3	1	3	3	4	4	4	1	1	3	1	4	4	1	1	1	1	4	1
2	4	2	2	3	3	1	2	2	2	1	2	2	4	2	1	3	3	3	2	3	1	1	1	1
3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2
4	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2
5	3	1	2	4	3	3	1	2	2	4	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	4	1
6	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
7	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3
8	4	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	1
9	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	1
10	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2
11	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1
12	3	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2
13	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2
14	3	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	1	4	2	1	2	3	3	2	2	1	1	3	2
15	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2
16	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
17	3	4	4	3	3	2	1	3	2	4	3	3	4	4	2	4	2	2	3	3	2	3	4	2
18	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2
19	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2



NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
1	2	4	4	4	1	1	4	4	3	4	4	4	2	1	3	2	2	1	4	4	4	4	3	4
2	1	2	4	2	1	2	2	3	2	3	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	1	2
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
5	1	1	2	2	1	1	3	4	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2
6	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3
7	3	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2
8	1	1	2	2	1	1	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2
9	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3
10	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3
11	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3
12	2	2	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3
13	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
14	1	1	3	2	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3
15	2	3	3	2	1	1	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3
16	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2
17	2	2	4	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2
18	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2
19	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3

NOMOR SAMPel	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
20	3	1	1	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	1	4	4	3	3	2	2
21	2	1	2	2	4	1	3	1	4	2	4	1	2	4	2	4	4	3	3	1	3	3	4	1
22	4	2	2	4	3	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2
23	4	3	1	4	2	1	4	4	2	4	3	1	4	2	3	1	2	2	4	4	2	4	2	1
24	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	4	2	2	4	3	3	3	2	3
25	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	4	1	1
26	3	1	2	4	1	1	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	4	2	2	4	1	2
27	3	1	2	4	3	1	4	2	2	4	2	1	3	2	3	2	2	1	4	3	2	4	3	1
28	3	1	2	3	2	2	3	3	3	4	2	1	3	2	3	2	2	1	4	3	2	4	3	1
29	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	2
30	3	2	2	3	3	1	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2
31	4	2	1	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	1	4	2	1	1	4	4	3	4	2	1
32	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2
33	3	2	1	2	1	2	2	1	4	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3	1	3	4	1	3
34	4	1	2	3	1	2	3	2	3	4	3	1	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2
35	3	1	2	4	1	1	3	2	3	1	2	2	3	3	2	2	3	1	4	3	1	3	4	2
36	3	2	2	4	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2
37	4	2	1	3	2	1	4	4	2	4	3	1	4	2	3	1	2	2	4	4	2	4	2	1
38	4	1	2	4	1	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
20	2	2	2	4	4	3	2	2	4	4	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
21	4	1	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	2	2	1
22	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2
23	4	3	1	3	1	1	2	1	4	2	2	2	3	1	1	3	2	3	3	2	2	4	1	2
24	2	2	2	4	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	2
25	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3	3	1
26	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
27	4	1	2	3	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	1	2	3	1	2	2	2	2	1	1
28	4	1	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1
29	3	1	2	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	1
30	4	2	3	4	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2
31	4	2	1	4	2	2	3	2	4	2	1	1	4	2	1	3	3	2	2	3	1	2	1	1
32	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2
33	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	4	3	2
34	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
35	2	3	2	3	2	2	1	1	2	4	3	3	3	3	1	3	4	2	2	2	1	3	3	1
36	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2
37	4	3	1	3	1	1	2	1	4	2	2	2	3	1	1	3	2	3	3	2	2	4	1	2
38	4	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	1

NOMOR SAMPEL	JUMLAH SAMPEL UNTUK AITEM NOMOR																							
	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
20	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	4	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2
21	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	4	3	2	3
22	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3
23	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2
24	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2
25	1	1	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	1	4	1	1	1	3	3	1	2
26	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3
27	1	1	2	2	2	3	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2
28	1	1	2	2	2	3	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2
29	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2
30	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3
31	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
32	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2
33	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2
34	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	2	3	3	2
35	2	1	3	1	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2
36	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
37	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2
38	1	1	2	2	1	1	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2



**LAMPIRAN B**

**UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS**

**Reliability**

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	170	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	170	100.0

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

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.846	72

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
s1	3.1471	.59248	170
s2	1.6647	.61485	170
s3	1.9235	.67063	170
s4	3.0765	.69659	170
s5	1.9118	.66027	170
s6	1.8824	.67783	170
s7	2.9000	.67631	170
s8	2.3647	.79714	170
s9	2.8000	.78144	170
s10	3.1941	.70750	170
s11	2.6706	.72794	170
s12	1.9000	.52904	170
s13	2.9588	.68246	170
s14	2.7647	.77149	170
s15	2.6647	.69609	170
s16	2.8824	.84841	170
s17	2.4118	.97658	170
s18	2.0706	.78126	170



s19	3.0588	.75138	170
s20	2.4000	.90626	170
s21	2.5824	.79699	170
s22	3.2706	.64153	170
s23	2.1765	.73261	170
s24	2.0000	.68802	170
s25	3.0882	.67796	170
s26	2.2588	.76387	170
s27	2.4529	.74629	170
s28	3.2059	.59482	170
s29	2.5235	.73140	170
s30	2.1176	.60397	170
s31	1.8882	.67446	170
s32	2.2765	.63435	170
s33	3.0647	.65402	170
s34	2.9059	.77113	170
s35	2.6941	.81442	170
s36	2.4294	.78315	170
s37	3.0059	.74973	170
s38	2.7412	.79425	170
s39	1.9882	.79932	170
s40	2.7706	.73803	170
s41	2.5529	.69667	170
s42	2.1824	.68521	170
s43	2.2412	.80351	170
s44	2.5000	.70711	170
s45	1.7765	.61300	170
s46	2.2765	.78449	170
s47	2.3882	.88504	170
s48	1.7176	.62704	170
s49	1.9176	.57998	170
s50	1.9882	.65261	170
s51	2.6118	.73128	170
s52	2.1529	.61550	170
s53	1.9529	.78304	170

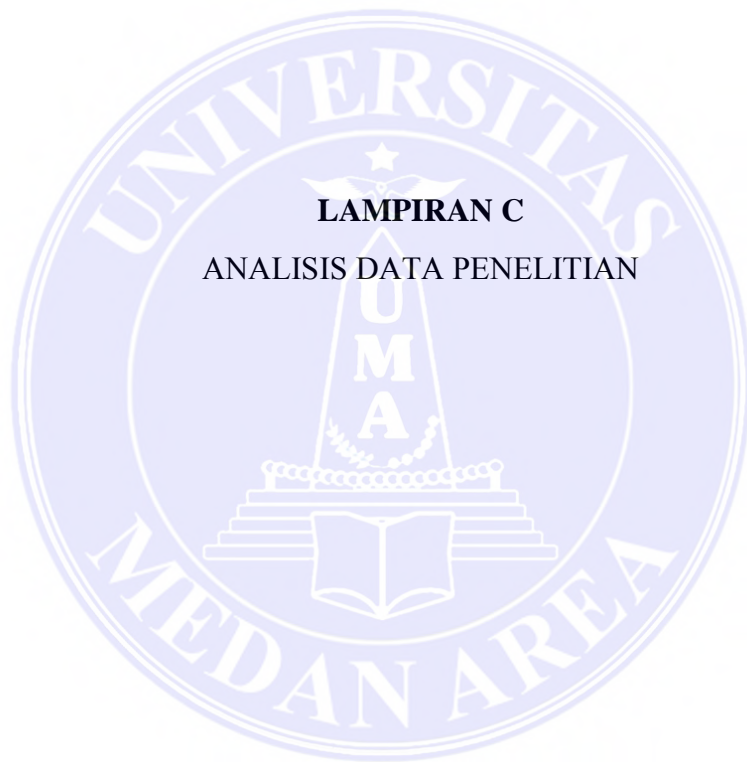
s54	2.0765	.60572	170
s55	2.8059	.69057	170
s56	2.8941	.76187	170
s57	2.1118	.62906	170
s58	2.6118	.71491	170
s59	2.4471	.70511	170
s60	2.2588	.71589	170
s61	2.2059	.71250	170
s62	2.2588	.69065	170
s63	1.9941	.63894	170
s64	2.0529	.66405	170
s65	2.4118	.83975	170
s66	2.0353	.60466	170
s67	2.1353	.66122	170
s68	2.2941	.71042	170
s69	2.5294	.69807	170
s70	2.6235	.63388	170
s71	2.3647	.73536	170
s72	2.3706	.72018	170

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
s1	171.6824	229.023	-.383	.852
s2	173.1647	217.843	.336	.844
s3	172.9059	221.104	.047	.847
s4	171.7529	228.223	-.295	.852
s5	172.9176	219.863	.112	.846
s6	172.9471	216.062	.300	.843
s7	171.9294	230.066	-.391	.854
s8	172.4647	218.215	.155	.846
s9	172.0294	215.544	.376	.843
s10	171.6353	227.144	-.241	.852

s11	172.1588	217.602	.303	.845
s12	172.9294	217.675	.391	.844
s13	171.8706	230.693	-.418	.854
s14	172.0647	214.120	.345	.842
s15	172.1647	227.310	-.252	.852
s16	171.9471	211.163	.430	.840
s17	172.4176	211.901	.339	.842
s18	172.7588	215.320	.386	.843
s19	171.7706	231.113	-.402	.855
s20	172.4294	219.312	.088	.847
s21	172.2471	213.939	.340	.842
s22	171.5588	225.372	-.171	.850
s23	172.6529	215.660	.393	.843
s24	172.8294	214.154	.391	.842
s25	171.7412	228.453	-.313	.852
s26	172.5706	213.880	.360	.842
s27	172.3765	213.337	.395	.841
s28	171.6235	227.420	-.294	.851
s29	172.3059	213.350	.403	.841
s30	172.7118	214.703	.420	.842
s31	172.9412	223.736	-.084	.849
s32	172.5529	214.012	.436	.841
s33	171.7647	227.755	-.288	.852
s34	171.9235	214.012	.350	.842
s35	172.1353	211.857	.421	.841
s36	172.4000	214.561	.319	.843
s37	171.8235	214.312	.347	.842
s38	172.0882	211.572	.446	.840
s39	172.8412	214.395	.319	.843
s40	172.0588	215.298	.307	.843
s41	172.2765	216.237	.382	.843
s42	172.6471	219.153	.142	.846
s43	172.5882	212.492	.400	.841
s44	172.3294	216.009	.388	.843
s45	173.0529	216.701	.300	.843

s46	172.5529	213.550	.363	.842
s47	172.4412	215.562	.337	.844
s48	173.1118	217.473	.350	.844
s49	172.9118	214.270	.465	.841
s50	172.8412	213.270	.462	.841
s51	172.2176	214.183	.363	.842
s52	172.6765	214.646	.414	.842
s53	172.8765	214.760	.310	.843
s54	172.7529	216.317	.326	.843
s55	172.0235	209.940	.604	.838
s56	171.9353	210.511	.516	.839
s57	172.7176	214.429	.416	.841
s58	172.2176	210.609	.548	.839
s59	172.3824	209.930	.591	.838
s60	172.5706	211.974	.480	.840
s61	172.6235	212.402	.462	.840
s62	172.5706	216.211	.286	.843
s63	172.8353	212.813	.498	.840
s64	172.7765	214.707	.378	.842
s65	172.4176	220.612	.047	.848
s66	172.7941	213.703	.477	.841
s67	172.6941	213.066	.466	.841
s68	172.5353	211.505	.508	.840
s69	172.3000	210.862	.550	.839
s70	172.2059	214.283	.421	.841
s71	172.4647	216.120	.370	.844
s72	172.4588	212.368	.458	.840



**LAMPIRAN C**  
**ANALISIS DATA PENELITIAN**

## NPar Tests

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		tingkat strees
N		170
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	129.64
	Std. Deviation	13.722
Most Extreme Differences	Absolute	.071
	Positive	.043
	Negative	-.071
Kolmogorov-Smirnov Z		.920
Asymp. Sig. (2-tailed)		.366
a. Test distribution is Normal.		

## Oneway

### Descriptives

tingkat strees

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
full day	132	129.67	14.266	1.242	127.21	132.12	79	168
half day	38	79.55	11.811	1.916	125.67	133.43	107	148
Total	170	143.64	13.722	1.052	127.56	131.72	79	168



### Test of Homogeneity of Variances

tingkat strees

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.238	1	168	.626

### ANOVA

tingkat strees					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.384	1	.384	.112	.000
Within Groups	31822.728	168	189.421		
Total	31823.112	169			

**LAMPIRAN D**  
**SURAT BUKTI PENELITIAN**



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Seliabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 1330/FPSI/01.10/VII/2018  
Lampiran : -  
Hal : Pengambilan Data

Medan, 16 Juli 2018

Yth, Kepala Sekolah MAN 2 Model Medan  
Jl. William Iskandar No. 7 A, Bantan  
Timur, Medan Tembung, Kota Medan  
Sumatera Utara 20222  
Di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

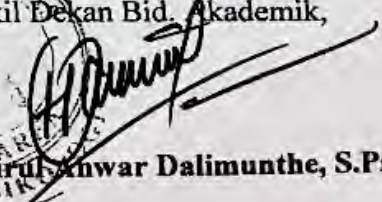
Nama : Elvi Sahriana Sari  
NPM : 14 860 0032  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di Sekolah MAN 2 Model Medan Jl. William Iskandar No. 7 A, Bantan Timur, Medan Tembung, Kota Medan Sumatera Utara 20222 guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Perbedaan Tingkat Stres Siswa Ditinjau dari Sistem Belajar Full Day dan Sistem Belajar Half Day di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bid. Akademik,  
  
Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 333/FPSI/01.10/VII/2018  
Lampiran : -  
Hal : Pengambilan Data

Medan, 16 Juli 2018

Yth, Kepala Sekolah SMA AL-ULUM MEDAN  
Jl. Cemara No 10, 18 Kota Matsum II, Medan  
Area, Kota Medan Sumatera Utara 20211  
Di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Elvi Sahriana Sari  
NPM : 14 860 0032  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di Sekolah SMA AL-ULUM MEDAN Jl. Cemara No 10, 18 Kota Matsum II, Medan Area, Kota Medan Sumatera Utara 20211 guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Perbedaan Tingkat Stres Siswa Ditinjau dari Sistem Belajar Full Day dan Sistem Belajar Half Day di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bid. Akademik,



  
Harul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA MEDAN  
MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 MODEL MEDAN**

Jalan Williem Iskandar No. 7 A Medan 20222, Telepon (061) 7332832  
Website : [www.man2modelmedan.sch.id](http://www.man2modelmedan.sch.id) - Email : [man2medan@kemenag.go.id](mailto:man2medan@kemenag.go.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : B.1201 /Ma.02.07/PP.00.6/07/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : **Irwansyah, MA**  
NIP : 19620306 199403 1 002  
Jabatan : Kepala Madrasah Aliyah Negeri 2 Model Medan

dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **Elvi Sahriana Sari**  
NIM : 14.860.0032  
Program Studi : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Medan Area

Benar bahwa telah melaksanakan penelitian dengan judul : **"PERBEDAAN TINGKAT STRES SISWA DITINJAU DARI SISTEM BELAJAR FULL DAY DAN SISTEM BELAJAR HALF DAY DI MAN 2 MODEL MEDAN DAN SMA SWASTA AL-ULUM MEDAN"**, yang dilaksanakan pada tanggal : 19 s/d 27 Juli 2018

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan seperlunya, terima kasih.

Medan, 30 Juli 2018  
Kepala  
  
**Irwansyah, MA**  
NIP. 19620306 199403 1 002





YAYASAN PEMBANGUNAN & PENDIDIKAN JIHADUL ILMU  
**SMA SWASTA AL-ULUM**

Akreditasi : A (Amat Baik) No. Ma. 012353 e-mail : alulumsma@yahoo.co.id

JL. CEMARA / AMALIUN No. 10 TELEPON : 061.7355535 FAX. : 7354717 MEDAN 20215



SURAT KETERANGAN  
No.428/SMA-AU/S.5/VII/2018

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala SMA Swasta Al-ulum Medan dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Elvi Sahriana Sari  
N.P.M : 14 860 0032  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Judul : **"Perbedaan Tingkat Stres Siswa Ditinjau dari Sistem Belajar Full Day dan Sistem Belajar Half Day di MAN 2 Model Medan dan SMA Swasta Al-Ulum Medan"**

Benar telah melaksanakan penelitian di SMA Swasta Al-ulum untuk keperluan dalam menyusun Skripsi yang dilaksanakan pada tanggal tanggal 19 Juli dan telah selesai penelitian pada tanggal 28 Juli 2018.

Demikian surat keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 30 Juli 2018  
Kepala SMA AL-ULUM Medan



**SOFYAN SIREGAR, S.Ag**

