

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA REMAJA YANG TINGGAL DI  
PANTI ASUHAN SELAMA PEMBELAJARAN DARING**

**SKRIPSI**



**DiSUSUN OLEH:**

**Qanitah Fiana Andjani**

**NIM: 17.114.114.01**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINSWIYATA HUSADA  
SAMARINDA**

**2021**

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA REMAJA YANG TINGGAL DI  
PANTI ASUHAN SELAMA PEMBELAJARAN DARING**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan dalam  
Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS WIYATA HUSADA**  
**SAMARINDA**

**2021**

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA YANG TINGGAL  
DI PANTI ASUHAN SELAMA PEMBELAJARAN DARING

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Qanitah Fiana Andjani

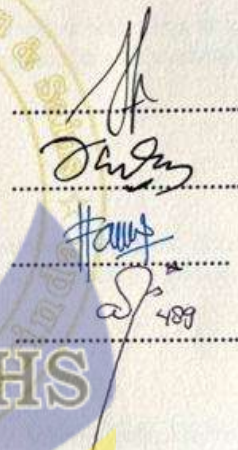
1711411401

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada tanggal 06 Oktober 2021

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

1. Ns. Wahyu Dewi Sulistyarini, S.Kep., M.S  
NIDN. 1117028802
2. Ns. Zainuddin Saleh, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 9911004741
3. Ns. Siti Kholifah, M.Kep  
NIDN. 1106088901
4. Ns. Aries Abiyoga, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 812118602



Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan  
ITKES Wiyata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, M.Kep., Sp.Kep.M.B  
NIDN. 1128058801

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Qanitah Fiana Andjani  
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan  
Judul Lapporan Tugas Akhir : Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja  
Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran  
Daring

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi saya adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.



Samarinda, 19 Oktober 2021  
Yang Membuat Pernyataan,

Qanitah Fiana Andjani  
NIM. 17.114.114.01

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat ALLAH SWT, karena berkat rahmat dan bimbingan-Nya peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring”. Penulisan proposal dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada program studi keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda.

Peneliti menyadari tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan proposal ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Oleh karena itu perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. H. Mujito Hadi, S.Pd., M.M, selaku ketua yayasan ITKes Wiyata Husada Samarinda.
2. Prof. Dr. Eka Ananta Sidharta, SE AK CA MM, CSRC, CSRA, CfrA., selaku rektor ITKes Wiyata Husada Samarinda.
3. Ns. Kiki Hardiansyah Safitri S.Kep., M.Kep, Sp KMB, selaku ketua program studi ilmu keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda.
4. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep, selaku dosen pembimbing I yang penuh semangat dan sabar dalam membimbing dan mengarahkan serta memberi masukan-masukan yang sangat membantu serta dengan ketelitian beliau tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal ini.
5. Ns. Aries Abiyoga, S. Kep., M.Kep, selaku dosen pembimbing II yang penuh semangat dan sabar membimbing dan mengarahkan serta memberikan masukan-masukan yang sangat membantu serta ketelitian beliau tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Segenap dosen dan tenaga kependidikan program studi ilmu keperawatan ITKes Wiyata Husada Samarinda.

7. Terima Kasih kepada Dinas Sosial Samarinda yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk memperoleh data.
8. Terima kasih kepada Panti Asuhan “Al-Walidaturrahmah” dan Panti Asuhan “Ruhamah” yang telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melangsungkan penelitian dan memperoleh data.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua saya Bapak Yusfian Noor S.E dan Ibu Andi Rahmawati yang telah mendoakan memberi dukungan dan semangat serta kasih sayang yang telah diberikan selama ini.
10. Terima kasih untuk sahabat saya Eva Maulinda, Firdha Novira A, dan Iqbal Rahmadani yang telah menjadi sahabat terbaik bagi peneliti yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta doa hingga peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan baik.
11. Terima kasih untuk teman-teman keperawatan 4B yang selalu memberikan banyak masukan serta dukungan kepada peneliti selama penyusunan proposal.

Dan semua pihak yang telah membantu penyelesaian laporan Proposal, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan kita semua dan proposal ini dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu.

Samarinda, 19 Oktober 2021

Qanitah Fiana Andjani  
Nim: 17.114.114.01

## GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN SELAMA PEMBELAJARAN DARING

Qanita Fiana Andjani<sup>1</sup>, Siti Kholifah<sup>2</sup>, Aries Abiyoga<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, ITKes Wiyata Husada Samarinda  
[qanita.fianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id](mailto:qanita.fianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id)<sup>1</sup>

Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, ITKes Wiyata Husada Samarinda  
[sitikholifah@itkeswhs.ac.id](mailto:sitikholifah@itkeswhs.ac.id)<sup>2</sup>, [ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id](mailto:ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Salah satu faktor penyebab tingkat stress remaja saat ini terjadi karena mereka mengalami kesulitan ketika harus belajar di rumah akibat pandemi. Stres akademik pada siswa akan muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, tugas yang tidak sesuai dengan kemampuan siswa, serta masalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran. Adanya kehadiran orangtua dan penerimaan dari keluarga dapat membuat remaja merasa diinginkan, dicintai dan dihargai sehingga remaja tersebut dapat menghargai dirinya sendiri. Semua hal tersebut berlaku sama bagi setiap remaja, termasuk bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan bisa dikatakan kurang beruntung karena tidak memiliki kesempatan penuh untuk merasakan kasih sayang dari orangtuanya. Pada fase ini remaja merasa ingin mengenal siapa dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan teman/orang lain yg berada di lingkungannya, jika pada fase ini remaja tidak mendapatkan bimbingan yang baik, maka akan cenderung sulit dalam beradaptasi dengan kehidupan sekitarnya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring. **Metode :** Penelitian ini berjenis *Kuantitatif* dengan rancangan penelitian *Deskriptif* dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Dengan teknik *Total Sampling* dari 30 responden. **Hasil :** Didapatkan data bahwa tingkat stress dengan kategori stress sedang 17 responden (56,%) dan tingkat stress berat 13 responden (43,3%). **Kesimpulan :** Remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. **Saran :** Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan agar semakin bisa memahami bagaimana gambaran tingkat stress pada remaja sehingga lebih *aware* dengan kondisi/perasaan yang sedang dirasakan.

**Kata Kunci :** Tingkat Stress, Remaja, Panti Asuhan, Pembelajaran Daring.

## STRESS LEVELS IN ADOLESCENTS IN ORGANIZATIONS DURING ONLINE LEARNING DESCRIPTION

Qanitah Fiana Andjani<sup>1</sup>, Siti Kholifah<sup>2</sup>, Aries Abiyoga<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Student of Nursing S1 Study Program, ITKes Wiyata Husada Samarinda  
[qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id](mailto:qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id)<sup>1</sup>

Lecturer of the Undergraduate Nursing Study Program, ITKes Wiyata  
Husada Samarinda

[sitikholifah@itkeswhs.ac.id](mailto:sitikholifah@itkeswhs.ac.id)<sup>2</sup>, [ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id](mailto:ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRACT

**Background:** One of the issues contributing to today's high stress levels among youngsters is their inability to study at home owing to the epidemic. Students will experience academic stress as their expectations for academic accomplishment rise, as assignments are not tailored to their talents, as well as problems with peers and boredom with lessons. Parents' presence and family approval can make teenagers feel wanted, loved, and respected, allowing them to respect themselves. All of these things apply equally to every teenager, including teenagers who live in orphanages. Teenagers who live in orphanages can be said to be less fortunate because they do not have full opportunities to feel the love of their parents. In this phase, adolescents feel like getting to know who they are by comparing themselves with friends/others in their environment, if at this stage they do not get good guidance, they will tend to find it difficult to adapt to their surrounding life. **Objective:** The goal of this study is to determine the level of stress experienced by orphaned teenagers while learning online. **Methods:** This is a *quantitative* study with a *cross-sectional* method and a *descriptive* research design. With a total of 30 respondents, a *total sampling* technique was used. **Results:** The data showed that the stress level with moderate stress category was 17 respondents (56%) and severe stress level was 13 respondents (43.3%). **Conclusion:** The COVID-19 pandemic caused stress in 30 orphanage responders during the online learning session. **Suggestion:** The findings of this study should be used to better understand the description of stress levels in adolescents so that they are more aware of the conditions/feelings that they are experiencing.

**Keywords:** Stress Levels, Adolescents, Orphanages, Online Learning.

**BOSTON**  
English Language Center

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Qanitah Fiana Andjani

NIM : 1711411401

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada ITKES Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak ini, ITKES Wiyata Husada Samarinda berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, 19 Oktober 2021

Yang menyatakan



(Qanitah Fiana Andjani)

## DAFTAR ISI

|   |             |
|---|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                                | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>                            | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN KASLIAN TULISAN .....</b>            | <b>iii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                      | <b>vi</b>   |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PULIKASI.....</b>        | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                    | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                                  | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR SKEMA .....</b>                                 | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                              | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                             | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang.....                                    | 1           |
| B. Rumusan Masalah.....                                   | 5           |
| C. Tujuan Penelitian .....                                | 6           |
| D. Manfaat Penelitian .....                               | 6           |
| E. Penelitian Terkait .....                               | 7           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                       | <b>11</b>   |
| A. Konsep Stres.....                                      | 11          |
| 1. Definisi Stres.....                                    | 11          |
| 2. Faktor Yang Mempengaruhi Stres .....                   | 14          |
| 3. Klasifikasi Stres .....                                | 15          |
| 4. Cara Mengatasi Stres.....                              | 16          |
| B. Konsep Remaja .....                                    | 17          |
| 1. Definisi Remaja.....                                   | 17          |
| 2. Kategori Usia Remaja .....                             | 18          |
| 3. Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja..... | 19          |
| 4. Tugas Perkembangan Remaja .....                        | 21          |
| C. Konsep Panti Asuhan .....                              | 24          |
| 1. Definsi Panti Asuhan.....                              | 24          |
| 2. Tujuan Panti Asuhan .....                              | 25          |
| 3. Fungsi Panti Asuhan .....                              | 25          |

|  |           |
|--|-----------|
| 4. Peran Pengurus Panti Asuhan dalam Menunjang Keberlanjutan Pendidikan Anak ..... | 27        |
| D. Teori Keperawatan .....   | 28        |
| E. Kerangka Teori.....   | 32        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>   | <b>33</b> |
| A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....  | 33        |
| B. Kerangka Konsep Penelitian .....  | 33        |
| C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....   | 34        |
| D. Populasi dan Sampel .....   | 34        |
| E. Teknik Sampling .....   | 35        |
| F. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional.....                                | 36        |
| G. Instrumen Penelitian.....   | 37        |
| H. Uji Instrumen .....   | 39        |
| I. Prosedur Pengumpulan Data .....   | 39        |
| J. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data.....                                   | 40        |
| K. Etika Penelitian .....  | 43        |
| L. Alur Penelitian .....   | 44        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>                                 | <b>48</b> |
| A. Hasil Penelitian .....  | 48        |
| B. Pembahasan.....   | 50        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>  | <b>62</b> |
| A. Kesimpulan .....  | 62        |
| B. Saran.....  | 62        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>   | <b>64</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>   |           |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Definisi Oprasional .....           | 36 |
| Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner .....           | 37 |
| Tabel 3.3 Kisi-Kisi Skala Stres Akademik..... | 40 |



## DAFTAR SKEMA

|  |    |
|--|----|
| Skema 2.1 konsep Teori Keperawatan Menurut Sister Callista Roy ..... | 31 |
| Skema 2.2 Konsep Teori Model Adaptasi Sister Callista Roy .....      | 32 |
| Skema 3.1 Kerangka Konsep .....                                      | 33 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |  |
|--|--|
| Lampiran 1 : Daftar Riwayat Hidup.....                                 |  |
| Lampiran 2 : Lembar Permohonan Menjadi Responden .....                 |  |
| Lampiran 3 : Informed Consent.....                                     |  |
| Lampiran 4 : Instrumen Penelitian.....                                 |  |
| Lampiran 5 : Surat Studi Pendahuluan.....                              |  |
| Lampiran 6 : Surat Permohonan Ijin Penelitian.....                     |  |
| Lampiran 7 : Dokumentasi.....  |  |
| Lampiran 8 : Plan Of Action Kegiatan Tugas Akhir Akademik 2020-2021 .. |  |
| Lampiran 9 : Nilai Hasil SPSS.....                                     |  |



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari anak-anak menuju meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, Elizabeth. B. 1999). Salah satu karakteristik remaja terlihat dari memilih pergaulan yang cenderung lebih bebas tanpa terbelenggu aturan sekolah. Sehingga tidak heran jika remaja akan memilih untuk berbenturan dengan aturan sekolah daripada dianggap aneh oleh teman-teman sebayanya (Krisnaningrum, Iva., Masrukhi., Hamdan Tri Atmaja. 2017).

Ananda dan Apsari (2020) mengatakan bahwa salah satu faktor penyebab tingkat stress anak remaja saat ini terjadi karena mereka mengalami kesulitan ketika harus belajar di rumah akibat pandemi. Sokolova *et al.* (2014) menyatakan peran orangtua sangat penting dalam perubahan yang dialami remaja. Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia yang dinyatakan oleh Retno Listiyarti (2020) selaku komisioner banyak siswa mengalami stress karena berbagai masalah yang muncul selama mengikuti belajar jarak jauh atau belajar online yang dilakukan selama pandemi COVID-19, antara lain banyak anak tidak bisa mengakses Pembelajaran Jarak Jauh secara daring, sehingga banyak dari mereka yang tidak naik kelas sampai harus putus sekolah, stress pada siswa dapat disebabkan oleh tuntutan akademik yang membebani siswa selama pandemi, kurangnya hasil evaluasi belajar, banyaknya pekerjaan rumah, dan pengaruh lingkungan. Stres akademik merupakan suatu kondisi yang meliputi gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan potensi yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan tuntutan di sekolah. Stres akademik pada siswa akan muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, tugas yang tidak sesuai dengan kemampuan siswa, serta masalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran (Riyadi, 2018 disitasi oleh Tri Natalia P, 2020).

Kebijakan pemerintah Indonesia dalam menyikapi wabah ini adalah dengan memberlakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) untuk memutus mata rantai penyebaran virus. Kebijakan ini berdampak besar pada pendidikan di Indonesia, khususnya dalam proses pembelajaran bagi siswa sekolah. Penerapan social distancing akan terus dilakukan hingga kondisi dinyatakan kondusif. (Sun *et al.* 2020).

Pengajar selaku elemen utama dalam pendidikan formal dipacu untuk beradaptasi dengan pelaksanaan pembelajaran yg semula menggunakan metode tatap muka konvensional & beralih ke pembelajaran daring. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) banyak menerima keluhan yang mengeluhkan anak menjadi tertekan dan kelelahan lantaran beban tugas. "Pengadu dari Jakarta menceritakan jika gurunya menaruh tugas menciptakan film pendek dengan ketika hanya 2 hari & harus di-upload dengan minimal mendapatkan 200 like. Membuat film sampai proses edit tidak mungkin dua hari, apalagi menggunakan syarat guru bidang studi lain juga menaruh aneka macam tugas yg bahkan wajib diselesaikan hari itu pula," Komisioner KPAI Bidang Pendidikan Retno Listyarti menyebutkan via keterangan tertulis (Tirto.Id, 2020)

Remaja yang tidak mendapat perhatian dan bimbingan yang cukup kemungkinan akan merasa kurang dalam mendapatkan kasih sayang. Adanya kehadiran orangtua dan penerimaan dari keluarga dapat membuat remaja merasa diinginkan, dicintai dan dihargai sehingga remaja tersebut dapat menghargai dirinya sendiri. Semua hal tersebut berlaku sama bagi setiap remaja, termasuk bagi remaja yang tinggal di panti asuhan (Resty, 2015). Remaja yang tinggal di panti asuhan bisa dikatakan kurang beruntung karena tidak memiliki kesempatan penuh untuk merasakan kasih sayang dari orangtuanya (Ali & Asrori, 2014). Remaja yang tinggal di panti asuhan membutuhkan figur orangtua yang dapat memberikan rasa aman, kasih sayang, dan bimbingan. Panti asuhan memberikan tempat tinggal serta pengasuh berperan sebagai orang yang menggantikan sosok orangtua yang pada dasarnya harus membagi perhatian dan perlindungan pada banyak anak yang ada dalam panti tersebut (Resty, 2015).

Pada fase ini remaja merasa ingin mengenal siapa dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan teman/orang lain yg berada di lingkungannya, jika pada fase ini siswa tidak mendapatkan bimbingan yang baik, maka anak akan cenderung sulit dalam beradaptasi dengan kehidupan sekitarnya.

Berangkat dari hal tersebut, peneliti berupaya mencari perbedaan kondisi yang dialami oleh anak remaja yang tinggal di panti asuhan dengan anak remaja yang tinggal di lingkungan keluarganya menggunakan studi pendahuluan wawancara dengan 5 anak remaja Panti Asuhan Aisyiyah Al-Walidaturrahmah dan 5 anak remaja yang tinggal di lingkungan keluarga di Jalan Ramania Voorvo RT 45. Dari studi pendahuluan wawancara tersebut peneliti mendapatkan hasil bahwa remaja yang tinggal bersama orang tua mengatakan tidak terlalu terbebani karena mendapat bantuan dalam mengerjakan tugas dari orang tua terutama ibunya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberi sekolah, melainkan yang terbebani ialah ibunya karena harus ikut mempelajari pelajaran anaknya untuk membantu menyelesaikan tugas-tugasnya. Sedangkan pada remaja yang tinggal di panti asuhan merasa terbebani dan sering kali mengeluh capek dengan pembelajaran daring karena selalu diberi tugas tanpa dijelaskan terlebih dahulu oleh gurunya. Mereka juga menambahkan bahwa tugas yang diberikan terlalu banyak tanpa adanya penjelasan terlebih dahulu dari guru, terlebih lagi mereka tinggal di panti asuhan sehingga kurang mendapatkan bimbingan yang cukup dari ibu pengasuh secara intensif karena harus membagi waktu untuk adik-adik mereka lainnya yang lebih membutuhkan bimbingan belajar dalam pembelajaran daring saat ini. Oleh sebab itu, dibutuhkan penyesuaian diri yang lebih pada diri remaja yang tinggal di panti asuhan untuk menghadapi situasi baru pada pembelajaran daring saat ini.

Berdasarkan fenomena-fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tingkat stress pada remaja di panti asuhan dengan judul Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring.

## B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah mengetahui gambaran tingkat stress pada anak yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

## C. Tujuan masalah

### a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada anak remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

### b. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat stress remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring
2. Terdeskripsikan karakteristik remaja dalam gambaran tingkat stress remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

## D. Manfaat penelitian

### 1. Teoritis

#### a. Penulis

Menambah pengetahuan, wawasan dan pengembangan kemampuan penelitian penulis dalam penerapan ilmu yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan

b. Remaja

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi kepada remaja untuk memahami masalah stress pada remaja dan mengetahui cara mengatasi dan menangani stress pada remaja

c. Pengasuh

Manfaat penelitian ini bagi pengasuh adalah dapat memahami dan mengatasi stress bagi anak yang mengalami stress di panti asuhan selama pembelajaran daring

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi agar mahasiswa keperawatan lebih minat untuk melakukan penelitian

b. Dinsos

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi kepada masyarakat bahwa masyarakat dapat memahami masalah dan mengetahui cara mengatasi dan menangani stress pada anak

**E. Penelitian Terkait**

1. Penelitian ini dilakukan oleh Meliya Apriyani (2021) tentang “Gambaran Tingkat Stress Pada Remaja Selama Pandemi Covid-19”. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan metode survey deskriptif dengan cara non probability

sampling dengan teknik sampling accidental. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tingkat stres tertinggi dialami oleh jenis kelamin perempuan. Gambaran tingkat stres pada remaja menunjukkan 28,6% tidak stres, stres ringan 31,8% stres sedang 34,4% stres berat 5,2%. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Meliya Apriyani dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat perbedaan dan persamaan. Dimulai dari perbedaan tempat penelitian, jumlah sampel dan populasi dalam penelitian dan metode, persamaannya terdapat pada judul, desain penelitian, dan tahun penelitian.

2. Penelitian ini dilakukan oleh Vinny Ramadhani Putri Harini (2020) tentang “Gambaran Tingkat Stress Pada Anak Usia Remaja Selama Menjalani Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang”. Metode yang digunakan adalah Deskriptif Kuantitatif. Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu total sampling. Hasil penelitian menyebutkan bahwa tingkat stress remaja selama menjalani pembelajaran daring di tengah pandemi Covid-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang lebih dari separuh remaja terlibat dalam kategori stress normal, meskipun beberapa remaja mengalami tingkat stress ringan hingga berat. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Vinny Ramadhani Putri Harini dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat perbedaan pada tempat, waktu, jumlah sampel dan populasi penelitian dan terdapat

persamaan pada metode yang akan digunakan serta perbedaan jenis desain yang akan dilakukan.

3. Penelitian ini dilakukan oleh Iwan Samsugito dkk (2019), tentang “Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi *Self* pada Remaja di SMAN 14 Samarinda”. Jenis desain penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus di SMAN 14 Samarinda dari 6-10 Mei 2019. Instrumen penelitian ini menggunakan skala DASS dan pedoman wawancara. Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan tingkat stres sebelum dan sesudah terapi SEFT. Sebelum terapi SEFT 1 responden mengalami stres berat, 3 responden mengalami stres sedang. Setelah terapi SEFT 1 responden mengalami stres sedang dan 3 responden tidak mengalami stres. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Iwan Samsugito dkk dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat perbedaan dalam instrumen, peneliti terdahulu menggunakan skala DASS dan pedoman wawancara sedangkan pada peneliti sekarang hanya menggunakan kuesioner PSS-10.
4. Penelitian ini dilakukan oleh Andre Firmansyah Thaharah Ramadhan (2021), tentang “Gambaran Strategi Coping Stres Menghadapi Belajar Dari Rumah Dalam Situasi Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI Di SMA “X”. Jenis desain penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara dan observasi. Sedangkan, pada

penelitian sekarang menggunakan desain deskriptif kuantitatif dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner PSS-10 dan juga terdapat perbedaan dalam jumlah sampel, waktu, dan tempat penelitian.

5. Penelitian ini dilakukan oleh Nasrudin dkk (2020) tentang “Dampak Isolasi Sosial Selama Pandemi COVID-19 Terhadap Remaja : Aktifitas, Emosional, Stress-Adaptasi dan Strategi Koping Remaja Selama Pandemi COVID-19 di Indonesia”. Jenis desain penelitian yang digunakan deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, jumlah sampel sebanyak 92 remaja dan populasi diambil sebanyak 340 KK dengan jumlah 809 remaja. Hasil dari penelitian ini Sebagian besar remaja mengalami stress ringan sebanyak 36 responden (39,1%) akibat ketidakpastian masa depan karena Covid19, stress sedang sebanyak 30 responden (32,6%) akibat perubahan kegiatan sehari-hari selama pandemi Covid-19, stress sangat ringan sebanyak 77 responden (83,7%) akibat dari kekhawatiran terhadap anggota keluarga yang tertular Covid-19. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Nasrudin dkk dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat persamaan yaitu sama-sama menggunakan pendekatan cross sectional dan perbedaannya mulai dari tempat penelitian, metode, jumlah sampel, dan populasi penelitian.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Konsep Stress

##### 1. Definisi stress

Stres merupakan kasus yang umum terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov & Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yg ada waktu ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak sanggup terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun stres sanggup dialami sang seseorang. Stres pula mampu menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yg telah lanjut usia. Dengan istilah lain, stres niscaya terjadi pada siapapun dan dimanapun. Yang sebagai kasus merupakan ketika jumlah stres itu begitu poly dialami seseorang. Dampaknya merupakan stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. (Gaol, Nasib Tua Lamban, 2016)

Sebagai peneliti pertama, Cannon membuat konsep stres yg dikenal dengan “fight-or-flight response” pada tahun 1914 (Bartlett, 1998). Berdasarkan konsep yg diperkenalkan Cannon tersebut, stres diartikan sebagai respons tubuh terhadap sesuatu hal. Cannon jua menyatakan bahwa stres adalah menjadi gangguan homeostasis yang menyebabkan perubahan pada keseimbangan fisiologis yg dihasilkan dari adanya rangsangan terhadap fisik maupun psikologis. (Dewe, O’Driscoll & Cooper, 2012)

Walaupun teori stres terus berkembang dari masa ke masa, namun secara fundamental teori stres hanya digolongkan atas tiga pendekatan. Tiga pendekatan terhadap teori stres tersebut merupakan: (1) stres model stimulus (rangsangan), (2) stres contoh response (respons), dan (3) stres contoh transactional (transaksional) (Bartlett, 1998; Lyon, 2012).

a. Stress Model Stimulus (Rangsangan)

Stres model stimulus merupakan contoh stres yang menyebutkan bahwa stres itu adalah variabel bebas (independent) atau penyebab manusia mengalami stress (Lyon, 2012). Atau menggunakan istilah lain, stres adalah situasi lingkungan yg seseorang rasakan begitu menekan (Bartlett, 1998) dan individu tersebut hanya mendapat secara eksklusif rangsangan stres tanpa terdapat proses penilaian (Staal, 2004). Bartlett (1998) menegaskan apabila stres stimulus lebih memfokuskan pada sumber-asal stres dari pada aspek-aspek lainnya. Sumber stres tadi dikenal menggunakan istilah “stressor”. Sebenarnya, stressor hanya memberikan rangsangan & mendorong sebagai akibatnya terjadi stres dalam seseorang. Stressor berperan menjadi pemicu stres pada individu.

b. Stress Model Respons

Stres contoh respons dikembangkan oleh Hans Selye. Selye merupakan pakar yang dikenal luas lantaran penelitian dan teorinya tentang stres yg berkaitan menggunakan aspek fisik dan kesehatan. (Lyon, 2012). Untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana tubuh menaruh respons terhadap asal stress, Selye pun memperkenalkan sebuah contoh tertekan. Adapun model stress yang diperkenalkan Selye adalah General Adaptation Syndrome atau disingkat dengan istilah GAS (Rice, 2011). General Adaptation Syndrome adalah alarm. Alarm merupakan suatu syarat yg tidak diinginkan & terjadi ketika ada disparitas antara kenyataan yang sedang terjadi dan situasi yg diharapkan (Ursin & Eriksen, 2004). Sebagai akibatnya, tubuh mendapat rangsangan & secara alami mengaktifkan reaksi flight-or-fight lantaran adanya syarat yg berpotensi mengancam kestabilan kondisi tubuh. (Lyon, 2012).

Pada tahap pertama ini akan timbul seperti sakit di dada, jantung berdebar-debar, sakit kepala, disfagia (kesulitan menelan), kram, dan lain sebagainya (Rice, 2011). Tahapan kedua dari General Adaptation Syndrome merupakan resistance (perlawanan). Perlawanan terjadi saat alarm nir berakhir atau terus menerus berlangsung. Akibatnya, kekuatan fisik pun dikerahkan buat melanjutkan kerusakan-kerusakan karena

rangsangan-rangsangan yg membahayakan sedang menyerang (Lyon, 2012). Ketika stres masih berlangsung terus menerus, maka selanjutnya stres berada dalam termin terakhir. Berdasarkan General Adaptation Syndrome, pada tahap ketiga ini tubuh telah mencicipi exhaustion (kelelahan) (Lyon, 2012). Kondisi ini dikarenakan tubuh benar-benar tidak mampu lagi mengadakan perlawanan terhadap asal stres. Dengan istilah lain, tubuh sudah menyerah karena kehabisan kemampuan buat menghadapi serangan yg mengancam. Oleh karena itu, pada termin ketiga ini, dari Lyon (2012) & Rice (2011) organ-organ tubuh bisa berhenti berfungsi atau sanggup mengakibatkan kematian dalam seseorang.

c. Stress Model Transaksional

Richard Lazarus & Susan Folkman merupakan tokoh yang terkenal dalam mengembangkan teori stres contoh transaksional. Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa stres adalah hubungan antara individu menggunakan lingkungannya yg dinilai oleh seseorang menjadi tuntutan atau ketidakmampuan pada menghadapi situasi yang membahayakan atau mengancam kesehatan. Lebih lanjut, Lazarus & Folkman menegaskan bahwa appraisal merupakan faktor utama dalam memilih seberapa poly jumlah stres yang dialami oleh seseorang saat berhadapan menggunakan situasi berbahaya (mengancam). Dengan istilah lain, stres adalah hasil dari terjadinya transaksi antara individu menggunakan penyebab stres yg melibatkan proses pengevaluasi (Dewe et al., 2012).

Selain itu, sumber stres merupakan peristiwa atau situasi yang melebihi kemampuan pikiran atau tubuh ketika berhadapan menggunakan asal stres tersebut. Ketika situasi tersebut memberikan rangsangan, maka individu akan melakukan appraisal (penilaian) dan coping (penanggulangan). Oleh karena itu, stres sanggup berlanjut ke tahap yg lebih parah atau bisa jua sedikit-sedikit semakin berkurang. Hal tersebut ditentukan bagaimana usaha seorang berurusan menggunakan asal stress. (Gaol, Nasib Tua Lumban. 2016)

## 2. Faktor yang mempengaruhi stress

### a. Stressor Internal

Yang termasuk dalam stressor internal di sini yaitu:

- 1) Sikap lingkungan, seperti yang kita ketahui bahwa lingkungan itu memiliki nilai negatif & positif terhadap perilaku masing-masing individu sinkron pemahaman kelompok pada masyarakat tersebut. Tuntutan inilah yang dapat membuat individu tersebut harus selalu berlaku positif sinkron menggunakan pandangan masyarakat di lingkungan tersebut.
- 2) Tuntutan & perilaku keluarga, misalnya seperti tuntutan yg sesuai dengan asa orang tua buat menentukan jurusan waktu akan kuliah, perjodohan & lain-lain yg bertolak belakang dengan keinginannya & menyebabkan tekanan dalam individu tersebut.
- 3) Perkembangan Ilmu Pengetahuan & Teknologi (IPTEK), tuntutan buat selalu update terhadap perkembangan zaman membuat sebagian individu berlomba buat sebagai yg pertama memahami tentang hal-hal yg baru, tuntutan tersebut juga terjadi karena rasa memalukan yang tinggi jika dianggap gaptek.

### b. Stressor Eksternal

Yang termasuk dalam stressor eksternal disini yaitu diri sendiri, dan pikiran yang terdiri dari :

- Diri sendiri :

- 1) Kebutuhan psikologis yaitu tuntutan terhadap keinginan yang ingin dicapai
- 2) Proses internalisasi diri adalah tuntutan individu untuk terus-menerus menyerap sesuatu yang diinginkan sesuai dengan perkembangan.

- Pikiran :

- 1) Berkaitan dengan evaluasi individu terhadap lingkungan & pengaruhnya pada diri dan persepsinya terhadap lingkungan.
- 2) Berkaitan menggunakan cara penilaian diri tentang cara penyesuaian yang biasa dilakukan sang individu yang bersangkutan.

Penyebab-penyebab stress yang telah di sebutkan di atas tentu tidak akan langsung membuat seseorang sebagai tertekan. Hal tadi dikarenakan setiap orang memiliki perberbedaan dalam menyikapi setiap perkara yang dihadapi, selain itu stressor yg sebagai penyebab pula bisa mempengaruhi tertekan. (Musradinur, 2016)

### 3. Klasifikasi Stress

Menurut tingkatannya, stres diklasifikasikan menjadi stres ringan, sedang, dan berat. (Atziza, Rossadea. 2015)

- a. Stres ringan adalah suatu strata stres yg tak jarang terjadi pada kehidupan sehari-hari. Kondisi ini bisa membantu individu buat menjadi lebih waspada dan mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi. Stres ini tidak mencakup aspek fisiologik seseorang. Pada respon perilaku didapatkan semangat kerja berlebihan, gampang lelah & tidak mampu santai. Stres ringan tidak akan menyebabkan penyakit kecuali jika dihadapi secara terus menerus.
- b. Stress sedang adalah tahapan dimana seorang individu lebih memfokuskan hal penting saat ini & mengesampingkan yg lain sehingga bisa mempersempit lahan persepsinya. Respon fisiologis dari taraf tertekan ini terdapat gangguan pada lambung & usus misalnya maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan pada otot, gangguan pola tidur & mulai terjadi gangguan siklus dan pola menstruasi. Pada respon konduite acapkali merasa badan terasa akan jatuh & serasa mau pingsan, kehilangan respon tanggap terhadap situasi, ketidakmampuan buat melaksanakan kegiatan rutin sehari-hari, & daya konsentrasi dan daya ingat menurun.
- c. Stress berat merupakan tahapan dimana huma persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stress. Tingkat stress ini juga dapat menghipnotis aspek fisiologik misalnya gangguan sistem pencernaan berat, debar jantung semakin keras, sesak napas & sekujur tubuh terasa gemetar. Pada respon psikologis didapatkan kelelahan fisik terasa semakin

mendalam, timbul perasaan takut, cemas yg semakin meningkat, mudah bingung dan panik.

#### 4. Cara Mengatasi Stress

##### a. Prinsip Homeostatis

Stres merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan & cenderung bersifat merugikan. Oleh karenanya setiap individu yang mengalaminya niscaya berusaha mengatasi perkara ini. Hal demikian sesuai dengan prinsip yang berlaku pada organisme, khususnya manusia, yaitu prinsip homeostatis. Menurut prinsip ini organisme selalu berusaha mempertahankan keadaan seimbang dalam dirinya. Sehingga apabila suatu ketika terjadi keadaan nir seimbang maka akan ada bisnis mengembalikannya pada keadaan seimbang.

Prinsip homeostatis berlaku selama individu hidup. Sebab eksistensi prinsip dalam dasarnya buat mempertahankan hidup organisme. Lapar, haus, lelah, dll. adalah model keadaan nir seimbang. Keadaan ini kemudian menyebabkan timbulnya dorongan buat mendapatkan makanan, minuman, & untuk beristirahat. Begitu juga halnya menggunakan terjadinya ketegangan, kecemasan, rasa sakit, dst. Mendorong individu yg bersangkutan buat berusaha mengatasi ketidak seimbangan ini. (Soewadi, 1990)

##### b. Proses Coping terhadap Stres

Upaya mengatasi atau mengelola stress dewasa ini dikenal menggunakan proses coping terhadap stress. Menurut Bart Smet, coping mempunyai 2 macam fungsi, yaitu : (1) Emotional-focused coping dan (2) Problem-focused coping. Emotional focused coping dipergunakan buat mengatur respon emosional terhadap tertekan. Pengaturan ini dilakukan melalui konduite individu misalnya penggunaan minuman keras, bagaimana meniadakan warta-informasi yg tidak menyenangkan, dst. Sedangkan problem-focused coping dilakukan menggunakan menyelidiki keterampilan-keterampilan atau

cara-cara baru mengatasi stres. Menurut Bart Smet, individu akan cenderung menggunakan cara ini jika dirinya yakin bisa merubah situasi, metode ini sering dipergunakan sang orang dewasa. Berbicara tentang upaya mengatasi stres, Maramis beropini bahwa terdapat bermacam-macam tindakan yg bisa dilakukan buat itu, yang secara garis besar dibedakan menjadi 2, yaitu cara yang berorientasi pada tugas atau task oriented dan cara yang berorientasi pada pembelaan ego atau ego defence mechanism. (Musradinur, 2016)

Mengatasi stres menggunakan cara berorientasi pada tugas berarti upaya mengatasi perkara tadi secara sadar, realistis, dan rasional. Menurut Maramis cara ini bisa dilakukan menggunakan “serangan”, penarikan diri, dan kompromi. Sedangkan cara yang berorientasi dalam pembelaan ego dilakukan secara nir sadar (keliru), nir realistis, & nir rasional. Cara kedua ini dapat dilakukan menggunakan : fantasi, rasionalisasi, identifikasi, represi, regresi, proyeksi, penyusunan reaksi (reaction formation), sublimasi, kompensasi, galat pindah (displacement) (Musranur, 2016)

## **B. Konsep Remaja**

### **1. Definisi Remaja**

Menurut Hurlock (1999) istilah Remaja (*adolescence*) berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh untuk mencapai kematangan (Santrock, 2007b). Istilah ini mempunyai arti luas yang meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Periode ini merupakan masa transisi perkembangan dari masa anak menuju masa dewasa (Stuart, 2013; Papalia, Olds, & Feldman, 2001).

Setiap fase usia memiliki ciri spesifik yang membedakannya dengan fase-fase pertumbuhan yang lain. Demikian pula dengan fase remaja, memiliki ciri dan karakteristik yang berbeda pula dari fase kanak-kanak, dewasa dan tua. Selain itu, setiap fase memiliki kondisi-kondisi dan tuntutan-tuntutan yang khas bagi masing-masing individu. Oleh karena itu,

kemampuan individu untuk bersikap dan bertindak dalam menghadapi satu keadaan berbeda dari fase satu ke fase yang lain. (Diananda, Amita, 2018)

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Salah satu karakteristik remaja adalah memilih pergaulan yang cenderung lebih bebas tanpa terbelenggu aturan sekolah. Maka tak heran, jika remaja akan memilih untuk berbenturan dengan aturan sekolah daripada mereka dianggap aneh oleh teman-teman sebayanya. Perlu adanya pemahaman secara keseluruhan untuk melahirkan aturan sekolah yang sesuai dengan karakteristik remaja sehingga remaja mau mematuhi aturan tersebut dengan penuh kesadaran tanpa paksaan. (Krisnaningrum, Iva., Masrukhi., Hamdan Tri Atmaja. 2017)

## 2. Kategori Usia Remaja

Remaja merupakan tahap perubahan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang unik diantara usia 12-20 tahun. Transisi perkembangan yang dialami dalam rentang waktu berkisar antara satu dekade, Menurut Plant (2002) dalam Kozier (2010) Usia remaja dibagi 3 fase yaitu remaja awal dengan rentan usia 11-14 tahun, remaja tengah usia 15-17 tahun, dan remaja akhir usia 18-20 tahun.

### 1. Remaja awal (*early adolescent*) (11-14 tahun)

Ditandai dengan banyak sekali perubahan tubuh yang relatif cepat sehingga sering mengakibatkan kesulitan dalam menyesuaikan diri, dan mulai mencari identitas diri. Perubahan-perubahan tersebut meliputi biologi, psikoseksual, kognitif, psikososial, moral, spiritual, emosi, bahasa, bakat dan kreativitas (Hockenberry & Wilson, 2018).

### 2. Remaja menengah (*middle adolescent*) (15-17 tahun)

Ditandai dengan bentuk tubuh sudah mirip orang dewasa, sehingga seringkali diharapkan dapat berperilaku seperti orang dewasa meskipun belum siap secara psikis. Remaja ingin bebas mengikuti teman sebaya tetapi mereka masih tergantung dengan orang tua yang menyebabkan seringkali terjadi konflik

### 3. Remaja akhir (*late adolescent*) ( 18-20 tahun)

Ditandai dengan pertumbuhan biologis sudah melambat, emosi, minat, konsentrasi dan cara berpikir mulai stabil, kemampuan untuk menyelesaikan masalah sudah meningkat Thornburg dalam Dariyo (2004), dan komitmen untuk berperan dan bertanggung jawab pada masyarakat dewasa.

## 3. Karakteristik Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

### a. Pertumbuhan Fisik

Pertumbuhan fisik meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (11-14 tahun) karakteristik seks sekunder mulai muncul, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 14-17 tahun) dan pada tahap remaja akhir (17-20 tahun) struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik.

### b. Kemampuan berpikir

Pada tahap awal remaja mencari-cari nilai dan energi baru serta membandingkan normalitas dengan teman sebaya yang jenis kelaminnya sama. Sedangkan pada remaja tahap akhir, mereka mampu memandang masalah secara komprehensif dengan identitas intelektual yang sudah terbentuk.

### c. Identitas

Pada tahap awal, ketertarikan terhadap teman sebaya ditunjukkan dengan penerimaan atau penolakan. Remaja mencoba berbagai peran, mengubah citra diri, kecintaan pada diri sendiri meningkat, mempunyai banyak fantasi kehidupan, idealistis. Stabilitas harga diri dan definisi terhadap citra tubuh serta peran jender hampir menetap pada remaja di tahap akhir.

### d. Hubungan dengan orang tua

Keinginan yang kuat untuk tetap bergantung pada orangtua adalah ciri yang dimiliki oleh remaja tahap awal. Dalam tahap ini, tidak terjadi

konflik utama terhadap kontrol orang tua. Remaja pada tahap pertengahan mengalami konflik utama terhadap kemandirian dan kontrol. Pada tahap ini terjadi dorongan besar untuk emansipasi dan pelepasan diri. Perpindahan emosional dan fisik dari orangtua dapat dilalui dengan sedikit konflik ketika remaja akhir.

e. Hubungan dengan sebaya

Remaja pada tahap awal dan pertengahan mencari persamaan dengan teman sebaya untuk menghadapi ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perubahan yang cepat, pertemanan lebih dekat dengan jenis kelamin yang sama, namun mereka mulai mengeksplorasi kemampuan untuk menarik lawan jenis. Mereka berjuang untuk mengambil tempat di dalam kelompok, standar perilaku dibentuk oleh kelompok sebaya sehingga penerimaan oleh sebaya adalah hal yang sangat penting. Sedangkan pada tahap akhir, kelompok sebaya mulai berkurang dalam hal kepentingan yang berbentuk pertemanan individu. Mereka mulai menguji hubungan antara pria dan wanita terhadap kemungkinan hubungan yang permanen.

Keinginan untuk mencari nilai dan energi baru, meningkatnya kecintaan terhadap diri sendiri serta banyaknya fantasi terhadap kehidupan merupakan dunianya remaja. Keberadaan keluarga dan teman sebaya menjadi kebutuhan yang penting bagi remaja untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut. (Wulandari, Ade, 2014)

Remaja merupakan generasi bangsa yang harus diperhatikan dari segi perkembangan mental serta emosionalnya (Gunardi, 2010). Masa remaja merupakan masa yang kritis dalam siklus perkembangan seseorang sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Pada masa perkembangan ini rawan terjadi konflik antara remaja dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan sekitar. Apabila konflik ini tidak dapat diselesaikan dengan baik maka akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan remaja, termasuk masalah mental emosional (IDAI, 2010).

Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya

terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri dengan lingkungan sekitarnya. (Kumalasari, Fani., Latifah Nur Ahyani. 2012)

Begitu juga pada remaja yang tinggal di panti asuhan, lingkungan panti asuhan menjadi lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Keberadaannya di panti asuhan membuat mereka mampu belajar mendapatkan pengalaman bersosialisasi pertama kalinya baik dengan teman-teman panti atau pengasuh. Remaja dituntut dapat berkembang dan menyesuaikan diri agar menjadi modal utama mereka ketika berada dalam masyarakat luas. Apabila remaja tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, maka remaja akan memiliki sikap negatif dan tidak bahagia. (Kumalasari, Fani., Latifah Nur Ahyani. 2012)

#### 4. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan yang harus dicapai remaja sebelum seorang remaja melangkah ke tugas perkembangan selanjutnya menurut Stuart, Keliat, & Pasaribu, (2016) antara lain:

- a. Mencapai kemampuan membina hubungan yang lebih dewasa dengan teman Kemampuan mencapai tugas perkembangan ini dipengaruhi oleh jumlah interaksi yang dilakukan remaja dengan teman. Tetapi, hal ini tidak berarti bahwa jika remaja bersekolah di sekolah khusus pria dan sekolah khusus perempuan maka kemampuan membina hubungan dengan jenis kelamin lain akan terganggu karena pergaulan tidak hanya terbatas di sekolah saja.
- b. Mencapai kemampuan dalam melaksanakan peran sosial maskulin dan feminin

Peran sosial ini adalah seperti yang diharapkan masyarakat dan bergeser sesuai dengan perkembangan zaman. Peran sosial di zaman dahulu yang dianggap baik yaitu bila laki-laki mencari nafkah di luar rumah sedangkan perempuan di rumah saja mengurus rumah tangga. Pergeseran peran di zaman sekarang akibat kesetaraan gender tidak lagi demikian. Sehingga

yang paling penting untuk dipahami adalah tidak memperlakukan jenis kelamin lain secara buruk dan semena-mena baik di masyarakat maupun rumah tangga.

c. Menerima perubahan fisik dan menjaga tubuh secara lebih efektif

Menerima perubahan fisik diri sendiri sering kali menjadi masalah yang cukup sulit bagi remaja walaupun terlihat sederhana dan mudah diucapkan. Tidak sedikit dari remaja yang sulit menerima kenyataan bahwa dirinya berkulit gelap atau tidak selangsing dan setinggi teman sebayanya. Perasaan ini kemudian membuat remaja malas bergaul dan minder dengan teman sebayanya. Hal ini membuat remaja lebih memperhatikan akan kekurangan dirinya daripada kelebihan diri. Selain itu, pola pikiran yang ditanamkan oleh lingkungan seharusnya dihilangkan seperti bahwa perempuan harus putih, cantik, tinggi, dan langsing untuk dapat disebut sebagai perempuan sejati, sedangkan laki-laki sejati harus berbadan kekar, berbulu, dan bersuara dalam. Apabila remaja memang tidak memiliki keturunan keluarga untuk mendapatkan penampilan seperti itu, remaja cenderung gelisah dan tidak puas dengan dirinya sehingga lupa bahwa mereka memiliki kelebihan sebagai potensi dirinya.

d. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya

Remaja dengan sifat alami penuh gejolak dan emosional bisa membuat remaja melawan keinginan orang tua saat pendapat mereka bertentangan, pertentangan pendapat ini sering membuat remaja menjadi pemberontak di rumah. Bila orang tua bersikap otoriter dan masalah ini tidak juga berakhir, remaja cenderung mencari jalan keluar dengan cara bergabung dengan teman sebaya yang senasib. Hal ini sebetulnya tidak ada salahnya, namun sering kali remaja seusia belum berhasil mengerjakan tugas perkembangan yang sama jadi solusi yang ditawarkan belum tentu bijaksana. Maka untuk mencapai kemandirian emosional dari orang tua pun, bisa dilakukan dengan meminta dukungan orang tua ataupun orang dewasa lainnya. Dukungan yang diminta bukan dengan cara meminta memecahkan masalah namun dengan meminta memahami keinginan

remaja sebagai individu yang beranjak dewasa dan tidak ingin terlalu tergantung dengan mereka.

- e. Mempersiapkan diri untuk pernikahan dan kehidupan berkeluarga  
Setelah tugas perkembangan kemampuan bergaul dengan kedua jenis kelamin, terutama lawan jenis, diharapkan kemampuan ini dapat membawa ke langkah selanjutnya yaitu memilih pasangan hidup yang sesuai dan mulai mempersiapkan diri membentuk keluarga
- f. Mempersiapkan diri untuk karir  
Setelah melepaskan diri dari ketergantungan emosional dengan orang tua, tugas yang menanti remaja adalah melepaskan diri dari ketergantungan ekonomi mereka. Maka belajar bekerja juga merupakan hal yang perlu dilakukan oleh remaja agar remaja bisa siap terjun dan bekerja di masyarakat
- g. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai panduan dalam berperilaku  
Kemampuan remaja dalam melaksanakan tugas perkembangan ini ditandai dengan misalnya, kemampuan mengendalikan perasaan emosi maupun seksualnya sehingga remaja dapat hidup sesuai dengan norma etika yang berlaku di masyarakat. Remaja dapat memiliki role model atau seseorang yang dijadikan tokoh idola, yang perilakunya diteladani remaja untuk memperoleh konsep diri yang memegang seperangkat nilai ini. Apabila remaja tidak dapat memenuhi tugas perkembangan diatas secara tepat waktu, maka remaja tersebut akan sulit untuk memenuhi fase tugas perkembangan selanjutnya.

Erikson (1968) menyampaikan perkembangan identitas diri merupakan aspek yang paling sentral bahwa pada masa remaja yang memberikan dasar bagi masa selanjutnya sebagai pembentukan kepribadian yang sehat yang merefleksikan kesadaran diri, dan sistem keyakinan pribadi (Serafini & Adams, 2002). Selanjutnya Erikson (1968) juga menyatakan pada usia ini berada pada tahap *identity versus role confusion*. Remaja lebih terfokus pada perkembangan identitas diri untuk

membuat tujuan jangka panjang dan berupaya meningkatkan harga dirinya (Papalia, Olds, & Feldman, 2011; Stuart & Laraia, 2005).

### C. Konsep Panti Asuhan

#### 1. Definisi Panti Asuhan

Panti asuhan merupakan forum yg berfungsi menampung anak-anak yatim piatu (kehilangan satu atau ke 2 orangtuanya) (Ningrum, Nila Ainu. 2012). Panti Asuhan Anak sebagai sarana dan prosedur pelatihan penyantunan dan pengentasan anak terlantar mempunyai fungsi sebagai berikut : pertama, sebagai sentra pelayanan kesejahteraan sosial anak yg mencakup pemulihan/penyantunan, perlindungan, pengembangan & pencegahan. Kedua, menjadi pusat data & warta serta konsultasi kesejahteraan sosial anak. Ketiga, sebagai pusat pengembangan keterampilan (yang adalah fungsi penunjang) Menurut bukunya Yunahar Ilyas (2007: 1-6), secara etimologis akhlaq pada bentuk jamak menurut khuluq yg berarti budi pekerti, perangai, tingkah laku, atau tabiat. (Pratama, Septian., A. Sulaeman. 2016)

Panti adalah unsur pelaksana dinas sosial di bidang rehabilitasi dan pelayanan sosial terhadap anak-anak yatim piatu, & anak-anak terlantar. Panti itu sendiri dipimpin oleh seseorang pimpinan panti yg bertanggung jawab pada dinas. Panti asuhan merupakan suatu forum usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk menaruh pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak-anak terlantar serta melaksanakan pelayanan pengganti, atau perwakilan anak pada memenuhi kebutuhan fisik, mental, & sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yg luas, tepat & memadai bagi perkembangan kepribadiannya sinkron dengan yang pada harapkan sebagai bagian menurut generasi penerus impian bangsa, sebagai insan yg akan turut serta aktif di pada bidang pembangunan nasional. (Ariyani, Yuni 2012)

Panti asuhan diartikan sebagai suatu forum buat mengasuh anak-anak, menjaga & menaruh bimbingan menurut pimpinan kepada anak menggunakan tujuan supaya mereka menjadi manusia dewasa yg cakap &

berguna dan bertanggung jawab atas dirinya, & terhadap masyarakat di lalu hari. Panti asuhan dapat pula diartikan sebagai pengganti keluarga, & pimpinan panti asuhan menjadi pengganti orang tua bekerjasama orang tua menurut anak nir bisa berfungsi sebagaimana mestinya pada mendidik & mengasuh anaknya. Panti asuhan baik yang diselenggarakan oleh negara juga yayasan dimaksudkan menjadi loka bernaung bagi anak-anak terlantar dalam pertumbuhan perkembangannya mengalami banyak sekali macam gangguan sosial, baik yang bersifat intrinsik, yaitu berasal menurut anak itu sendiri, misalnya cacat mental atau fisik. Gangguan sosial yang bersifat ekstrinsik, yaitu karena pengaruh lingkungan pada luar diri anak, misalnya orang tua tewas dunia, perpecahan pada keluarga, kemiskinan dan lain-lain sebagai akibatnya anak sebagai terlantar. (Ariyani, Yuni. 2012)

## 2. Tujuan Panti Asuhan

Tujuan panti asuhan ialah menaruh pelayanan yg berdasarkan dalam profesi pekerja sosial pada anak terlantar menggunakan cara membantu & membimbing mereka ke arah perkembangan pribadi yg wajar serta memiliki keterampilan kerja, sehingga mereka sebagai anggota rakyat yg dapat hidup layak dan penuh tanggung jawab, baik terhadap diriinya, keluarga & rakyat. Departemen Sosial Republik Indonesia (2007:6) (Qamarina, Nur.2017)

## 3. Fungsi Panti Asuhan

Panti Asuhan memegang fungsi yang wajib dijalankan dalam penyelenggaraannya, fungsi-fungsi tersebut terwujud dalam acara dan pelayanan yg diberikan oleh panti. Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia panti asuhan mempunyai fungsi sebagai berikut:

- a. Sebagai forum pelayanan kesejahteraan bagi anak dan melaksanakan pengasuhan cara lain pengganti orang tua. Pengasuhan cara lain adalah pengasuhan berbasis famili pengganti yg melibatkan pihak-pihak pada luar keluarga inti atau kerabat anak. Pengasuhan alternatif yang

diselenggarakan lembaga/panti asuhan wajib diprioritaskan buat menyediakan lingkungan yang bisa memenuhi kebutuhan kasih sayang anak, kelekatan, & permanensi melalui keluarga pengganti.

b. Sebagai Pusat Pelayanan Kesejahteraan Sosial Anak

Panti asuhan berfungsi menjadi pemulihan, perlindungan, pengembangan, dan pencegahan. Fungsi pemulihan & pengentasan anak ditujukan untuk mengembalikan & menanamkan fungsi sosial anak asuh. Fungsi perlindungan adalah fungsi yg menghindarkan anak berdasarkan keterlambatan & perlakuan kejam, fungsi ini diarahkan bagi keluarga-famili pada rangka meningkatkan kemampuan keluarga buat mengasuh & melindungi famili dari kemungkinan terjadinya perpecahan. Fungsi pengembangan menekankan dalam pengembangan potensi dan kemampuan anak asuh & bukan penyembuhan dalam arti lebih menekankan pada pengembangan kemampuannya buat berbagi diri sendiri sinkron menggunakan situasi & syarat lingkungan. Sedangkan fungsi pencegahan menitikberatkan dalam hegemoni terhadap lingkungan sosial anak asuh yang bertujuan pada satu pihak dapat menghindarkan anak asuh berdasarkan pola tingkah laris yang sifatnya menyimpang, di lain pihak mendorong lingkungan sosial buat mengembangkan pola-pola tingkah laku yang wajar.

c. Sebagai Pusat Data dan Informasi Serta Konsultasi Kesejahteraan Sosial Anak.

Dalam jangka panjang, Panti Asuhan diharapkan melakukan kegiatan:

- 1) Menentukan, menemukan, menghimpun, mengklasifikasi, & menyimpan data secara sistematis yg berkaitan dengan kebutuhan, masalah, kemampuan, & peranan anak & remaja yang mengalami keterlantaran.
- 2) Membantu pemecahan kasus kerawanan sosial pada lingkungan melalui pertemuan perkara pada dalam juga di luar panti, seperti seminar loka karya.
- 3) Menyebarkan liputan yang bertujuan buat penyempurnaan kebijaksanaan & acara pelayanan kesejahteraan sosial anak,

pengembangan ilmu pengetahuan terutama bagi Perguruan Tinggi, & peningkatan kesadaran, tanggungjawab, dukungan, dan kesempatan bersama warga masyarakat.

d. Sebagai Pusat Pengembangan Keterampilan.

Panti Asuhan diperlukan melaksanakan pendidikan & latihan keterampilan pada dalam dan pada luar panti yang bertujuan menumbuhkan usaha hemat produktif.

Dari pemaparan sebelumnya tentang fungsi panti dapat disimpulkan bahwa Panti Asuhan Anak mempunyai fungsi pengasuhan, pelayanan, pusat data dan fakta kesejahteraan sosial anak. Fungsi ini adalah landasan pada operasional panti supaya lebih terarah, serta menunjang tercapainya tujuan dari penyelenggaraan Panti Asuhan Anak (Khoirunnisa, Sella., Ishartono & Risna Resnawaty 2015)

**4. Peran Pengurus Panti Asuhan dalam Menunjang Keberlanjutan Pendidikan Anak**

Banyak cara yg dilakukan pengurus panti asuhan untuk melaksanakan perannya dalam menunjang keberlanjutan pendidikan anak yg mana peran pengurus pada panti asuhan merupakan menjadi famili & orang tua asuh bagi anak-anak asuh pada panti asuhan, peran pengurus panti asuhan selain sebagai pengganti famili dari anak-anak, pengurus juga mempunyai kiprah sebagai pembentuk watak, mental spiritual anak yang bertujuan membimbing, mendidik, mengarahkan, dan mengatur perilaku anak-anak asuh, sebagaimana yang diungkapkan oleh Sofiyatun (2012: 16) bahwa: Begitu pentingnya peran famili pada perkembangan & pertumbuhan anak maka fungsi famili haruslah tercukupi supaya perkembangan serta pertumbuhan anak dapat berkembang menggunakan baik & tidak terjerumus kepada hal-hal yang nir diinginkan. Sedangkan Peranan Pengurus Panti Asuhan merupakan mencoba menggantikan fungsi keluarga yang telah gagal & kehilangan perannya menjadi

pembentuk watak, mental spiritual anak yang bertujuan membimbing, mendidik, mengarahkan, & mengatur konduite anak-anak asuhnya supaya menjadi seseorang yang mandiri & berguna bagi masyarakat, bangsa dan negara. (Iqrima, Nur., Sulistyarini., Izhar. 2014)

Peran yang didapat anak asuh berdasarkan pengurus panti asuhan adalah kiprah sebagai orang tua asuh sebagai pengganti peran orang tua mereka yang mana pengurus panti asuhan berperan menjadi pendorong (motivasi) yaitu sebagai penyemangat anak buat terus belajar dan memaknai pentingnya ilmu yang didapat; fasilitator merupakan melengkapi/memenuhi keperluan anak asuh seperti fasilitas belajar, indera-indera belajar, sarana transportasi, dan anak-anak diberi kebebasan untuk menentukan sekolah yang mereka inginkan dan tentunya diadaptasi lagi menggunakan nilai yang mereka miliki; dan pembimbing berperan menjadi panutan bagi anak dalam melakukan segala hal. Dengan peran menjadi orang tua asuh, pengasuh berusaha menaruh sesuatu yang baik bagi mereka yaitu dengan memberikan mereka fasilitas pendidikan, mengajarkan buat saling menghormati baik sesama anak-anak di dalam panti juga dengan orang yang lebih tua seperti pengurus panti asuhan, melatih dan menaruh training keterampilan bagi anak asuh. (Khoirunnisa, Sella., Ishartono., Risna Renawaty. 2015)

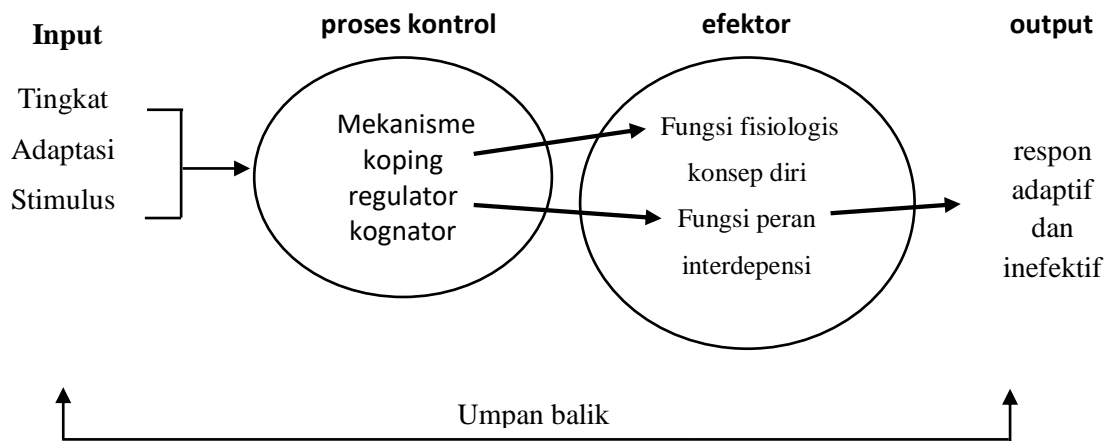
#### **D. Teori Keperawatan Sister Calista Roy**

Sister Calista Roy anggota susteran Saint Joseph, Carondelet, dilahirkan pada tanggal 14 Oktober 1939 di Los Angeles, California. Ia mendapatkan gelar sarjana keperawatan dari Mount Saint Marry's College di Los Angeles tahun 1963 dan gelar magister dari University of California, Los Angeles tahun 1966. Setelah mendapatkan gelar keperawatan, Roy mengawali pendidikannya dibidang sosiologi, menerima gelar master sosiologi tahun 1973 dan gelar doctor sosiologi tahun 1977 dari University of California. Roy terkesan dengan "adaptasi" sebagai suatu model kerangka kerja konseptual yang sesuai bagi keperawatan. Roy mengembangkan konsep dasar model ini pada saat ia

menjadi mahasiswi pascasarjana di university of California, Los Angeles dari tahun 1964 sampai 1968. Roy mulai mengoperasionalkan modelnya pada tahun 1968 ketika Mount Saint Mary's College mengadopsi kerangka kerja adaptasi sebagai landasan filosofis pada kurikulum keperawatannya. Model adaptasi Roy pertama kali diterbitkan dalam bentuk artikel di jurnal Nursing Outlook tahun 1970 dengan judul "Adaptation: A Conceptual Framework for Nursing". Model Roy berfokus pada konsep adaptasi manusia. Konsep-konsepnya mengenai keperawatan manusia, kesehatan, dan lingkungan saling berhubungan dengan adaptasi sebagai konsep sentralnya. Manusia mengalami stimulus lingkungan secara terus menerus. Pada akhirnya, manusia memberikan respons dan adaptasi pun terjadi. Respons ini dapat berupa respons adaptif ataupun respons inefektif. Respons adaptif meningkatkan integritas dan membantu manusia dalam mencapai tujuan adaptasi, yaitu untuk bertahan hidup, tumbuh, berkembang biak, menguasai, serta transformasi seseorang dan lingkungannya. Respons inefektif gagal meraih tujuan adaptasi tersebut atau bahkan mengancam pencapaian tujuan. Keperawatan memiliki tujuan yang unit untuk membantu upaya adaptasi seseorang dengan mengelola lingkungannya. Hasilnya adalah pencapaian tingkat kesejahteraan optimal seseorang (Allgood, 2017). Sebagai suatu sistem terbuka, manusia menerima input atau stimulus baik dari lingkungan atau dalam diri sendiri. Tingkat adaptasi ditentukan oleh kombinasi efek stimulus fokal, kontekstual, dan residual. Adaptasi terjadi pada saat seseorang merespons secara positif terhadap perubahan lingkungan. Respons adaptif ini meningkatkan integritas seseorang, yang akan membawanya menuju sehat. Di sisi lain, respons inefektif akan mengarah pada gangguan integritas seseorang. Terdapat dua subsistem yang saling berhubungan dalam model Roy. Subsistem proses primer, fungsional, atau kontrol terdiri dari regulator dan kognator. Sedangkan subsistem sekunder dan efektor terdiri dari empat mode adaptif sebagai berikut : (1) Kebutuhan fisiologis, (2) Konsep diri, (3) Fungsi peran, dan (4) Interdependensi (Allgood, 2017). Roy memandang regulator dan kognator sebagai metode coping.

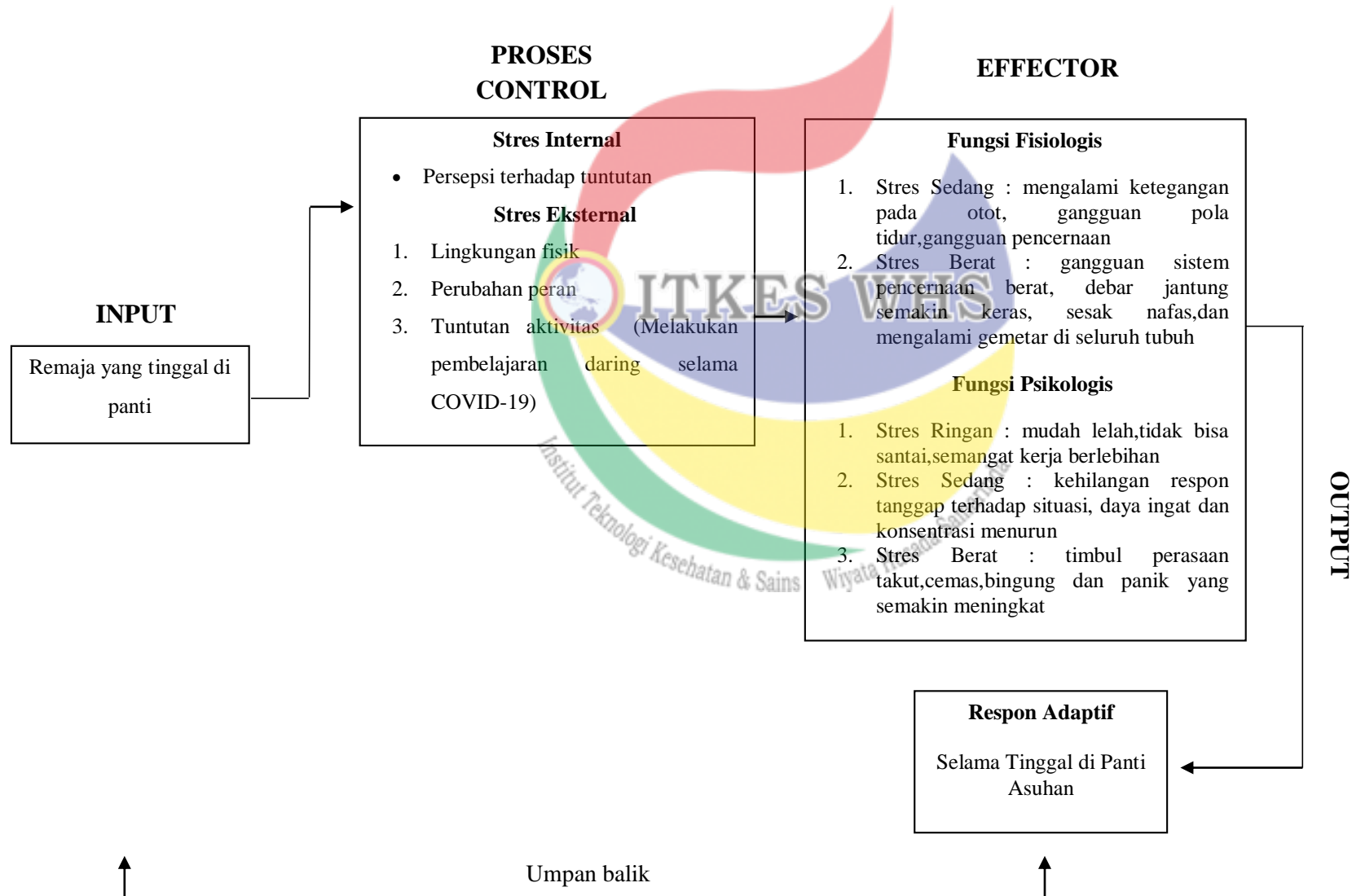
Subsistem koping regulator, dengan mode adaptif fisiologis, “berespon secara otomatis melalui proses koping neurologis, kimiawi, dan endokrin”. Subsistem koping kognator, dengan mode adaptif konsep diri, interdependensi, dan fungsi peran, “berespons melalui empat saluran kognitifemosi yaitu: pemerosesan informasi yang diterima, pembelajaran, penilaian, dan emosi”. Persepsi adalah interpreasi dari suatu stimulus. Persepsi menghubungkan regulator dengan kognator dalam hal “input terhadap regulator diubah menjadi persepsi”. Respons terhadap stimulus dilakukan melalui empat mode adaptif. (1) Mode adaptif fisiologis-fisik berhubungan dengan cara manusia berinteraksi dengan lingkungannya melalui prosesproses fisiologis; (2) Mode adaptif konsep diri-identitas kelompok berhubungan dengan kebutuhan untuk mengetahui siapa diri ini dan bagaimana bertindak dalam masyarakat; (3) Mode adapif fungsi peran digambarkan sebagai peran primer, sekunder, dan tersier yang ditampilkan individu dalam masyarakat; (4) Mode adaptif interdependensi menggambarkan interaksi orang-orang dalam masyarakat. Hubungan antara empat metode adaptif terjadi pada lebi dari satu mode, atau ketika sau mode menjadi stimulus fokal, kontekstual, atau residual bagi mode lainnya (Alligood, 2017).

**Skema 2.1** Konsep Teori Model Adaptasi Sister Callista Roy



## E. Kerangka Teori Penelitian

Skema 2.2 Kerangka Teori Model Adaptasi Sister Callista Roy



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Dan Rancangan Penelitian

Desain penelitian merupakan rancangan yang digunakan untuk melakukan prosedur penelitian (Alimul, 2003). Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi gambaran tingkat stress anak selama pembelajaran daring. Berdasarkan tujuan tersebut maka pada penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif dengan metode penelitian *cross sectional*. Metode penelitian *cross sectional* adalah metode penelitian dalam satu waktu tanpa menghubungkan dengan kejadian dimasa lampau atau pun masa akan datang (Haber & Biondo-Wood, 2010; Putra, 2012).

#### B. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan pengembangan dan uraian hubungan atau kaitan antara satu konsep dengan konsep lainnya, atau antara satu variable dengan variable lainnya dari masalah yang akan diteliti dalam suatu penelitian (Notoatmodjo, 2010). Kerangka konsep dikembangkan berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan.

**Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian**

Tingkat stress pada remaja  
selama pembelajaran daring

Tingkat stress merupakan variabel yang diteliti. Tingkat stress yang diteliti yaitu tentang stress pada remaja dimasa pandemic dalam menjalani pembelajaran secara daring.

## C. Lokasi dan Waktu Penelitian

### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Ruhamaa Di Kota Samarinda.

### 2. Waktu Penelitian

Penelitian ini di laksanakan pada bulan Juni-Juli 2021.

## D. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh obyek/ subyek itu. (Sugiyono, 2016).

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah anak remaja SMA yang berada dan tinggal di panti asuhan.

### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul refresentatif (mewakili). (Sugiyono, 2016).

Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Total Sampling*. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Alasan mengambil total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semua.

Sampel dalam penelitian ini adalah anak SMA yang berada dan tinggal di panti asuhan. Adapun besar sampel pada penelitian ini berjumlah 30 siswa SMA yang berada dan tinggal di panti asuhan Ruhama Samarinda, sampel yang didapat sebanyak 30 siswa ini sudah berdasarkan dari kriteria yang di inginkan oleh peneliti.

Sebelum dilakukan penelitian sampel perlu ditentukan kriteria inklusi, maupun kriteria eksklusi. Kriteria inklusi adalah kriteria yang harus dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang akan diambil sebagai sampel. Sedangkan kriteria eksklusi adalah anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini terdapat kriteria inklusi dan eksklusi yaitu :

- a. Kriteria inklusi :
  - 1) Anak remaja akhir (SMA) di panti asuhan
  - 2) Bersedia menjadi responden
- b. Kriteria eksklusi :
  - 1) Tidak bersedia menjadi responden

#### **E. Teknik Sampling**

Teknik pengambilan data atau teknik sampling merupakan cara-cara yang digunakan dalam penelitian untuk mendapatkan sampel atau subjek penelitian yang mewakili keseluruhan populasi (Notoatmodjo, 2012). Dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling*. Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMA di Panti Asuhan Ruhamaa Samarinda yang memenuhi kriteria sampel penelitian. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini, *Total Sampling* yaitu teknik yang menggunakan semua anggota populasi sebagai sampel penelitian. Pada penelitian ini cara pengambilan sampel dilakukan dengan cara membagikan kuesioner penelitian kepada siswa-siswi SMA di panti asuhan yang di tuju dengan jumlah responden yang sudah ditentukan.

## F. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. (Sugiyono, 2016). Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan adalah variabel tunggal. Variabel tunggal adalah variabel yang hanya mengungkapkan variabel untuk dideskripsikan unsur atau faktor-faktor didalam setiap gejala yang termasuk variabel tersebut (Firmansyah, 2013). Maka variabel dalam penelitian ini adalah Tingkat stress.

### 2. Definisi Oprasional

Definisi oprasional adalah mendefinisikan variabel secara oprasional berdasarkan karakteristik yang diamati, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Hidayat, 2007).

**Tabel 3.1 Definisi Oprasional Variabel**

| Variabel       | Definisi Oprasional  | Alat Ukur   | Hasil Ukur  | Skala Ukur |
|----------------|--|---|---|------------|
| Tingkat stress | Keadaan atau kondisi yang memperlihatkan perasaan atau pikiran yang mengganggu yang dirasakan remaja di Panti Asuhan di Kota Samarinda | Kuesioner dengan menggunakan instrumen <i>Student life Stress Inventory</i> . Penilaian skor antara 1-5 yang artinya:<br>1: Tidak Pernah<br>2: Jarang<br>3: Kadang-Kadang<br>4: Sering<br>5: Selalu | Dengan kriteria:<br>- Ringan 1- 72<br>- Sedang 73 –145<br>- Berat 146 - 219 | Ordinal    |

## G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang akan dilakukan penelitian (Arikunto, 2013).

### a. Instrumen Pengukuran Tingkat Stress

Penelitian ini menggunakan kuesioner *Student Life Stress Inventory*. Jenis jawaban menggunakan skala linkert. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres akademik dalam penelitian ini adalah Instrumen Stres Akademik Student- life Stress Inventory dari Gadzella (1991) yang diadaptasi oleh Fitri (2012) dan di ambil dari peneliti Wardani, Tiya Kusuma (2016). Instrumen ini terdiri atas dua bagian yaitu stresor dan reaksi terhadap stres. Stresor terdiri atas 23 item dan reaksi terhadap stres terdiri atas 31 item. Terdapat lima pilihan jawaban untuk setiap pernyataan mulai dari angka 1 sampai 5. Angka 1 mewakili jawaban tidak pernah, angka 2 mewakili jawaban jarang, angka 3 mewakili jawaban kadang - kadang, angka 4 mewakili jawaban sering dan angka 5 mewakili jawaban selalu. Pengukuran stres akademik pada tiap subjek merupakan skor keseluruhan dari 54 pernyataan.

**Tabel 3.2** Kisi-Kisi Skala Stres Akademik

| No       | Dimensi               | Sub Dimensi                           | Indikator                                     | Item                         | Jumlah Item |   |
|----------|-----------------------|---------------------------------------|---|------------------------------|-------------|---|
| 1        | Stressor              | Frustrasi                             | Keterlambatan mencapai tujuan                 | 1                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Kesulitan sehari-hari                         | 2                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Kurangnya sumber daya manusia                 | 3                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Gagal mencapai tujuan                         | 4                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Tidak diterima lingkungan sosial              | 5                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Kekecewaan dalam berpacaran                   | 6                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Melewati kesempatan                           | 7                            | 1           |   |
|          |                       | Konflik                               | Dua pilihan yang menyenangkan                 | 8                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Dua pilihan yang tidak menyenangkan           | 9                            | 1           |   |
|          |                       |                                       | Tujuan yang memiliki efek positif dan negatif | 10                           | 1           |   |
|          |                       | Tekanan                               | Kompetisi                                     | 11                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Deadline                                      | 12                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Aktivitas yang berlebihan                     | 13                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Hubungan interpersonal                        | 14                           | 1           |   |
|          |                       | Perubahan                             | Pengalaman yang tidak menyenangkan            | 15                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Perubahan dalam waktu yang sama               | 16                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Terganggunya hidup dan tujuan                 | 17                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Self-imposed                                  | Keinginan untuk berkompetisi | 18          | 1 |
|          |                       |                                       |   | Dicintai semua orang         | 19          | 1 |
|          |                       |                                       |   | Khawatir berlebihan          | 20          | 1 |
|          |                       |                                       | Fisiologis                                    | Prokastinasi                 | 21          | 1 |
|          |                       | Solusi permasalahan                   |   | 22                           | 1           |   |
|          |                       | Kecemasan menghadapi ujian (semester) |   | 23                           | 1           |   |
| 2        | Reaksi terhadap stres | Fisiologis                            | Berkeringat                                   | 24                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Gagap & Gemetar                               | 25-26                        | 1           |   |
|          |                       |                                       | Bergerak dengan cepat                         | 27                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Kelelahan                                     | 28                           | 1           |   |
|          |                       | Emosional                             | Gangguan pencernaan                           | 29                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Gangguan pernafasan                           | 30                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Sakit punggung                                | 31                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Reaksi pada kulit                             | 32                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Sakit kepala                                  | 33                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Radang sendi                                  | 34                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Demam   | 35                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Berat badan menurun                           | 36                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Berat badan bertambah                         | 37                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Sulit tidur                                   | 38                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Terlalu banyak tidur                          | 39                           | 1           |   |
|          |                       |                                       | Perilaku                                      | Takut                        | 40          | 1 |
|          |                       |                                       |   | Marah                        | 41          | 1 |
| Bersalah | 42                    | 1                                     |   |                              |             |   |
| Berduka  | 43                    | 1                                     |   |                              |             |   |
| Perilaku | Menangis              | 44                                    | 1   |                              |             |   |

|                    |   |    |         |
|--------------------|---|----|---------|
|                    | Menyakiti orang lain  | 45 | 1       |
|                    | Merusak diri sendiri  | 46 | 1       |
|                    | Merokok secara berlebihan   | 47 | 1       |
|                    | Cepat marah terhadap orang lain   | 48 | 1       |
|                    | Mekanisme pertahanan  | 49 | 1       |
|                    | Berusaha bunuh diri   | 50 | 1       |
|                    | Mennyendiri   | 51 | 1       |
| Penilaian kognitif | Menganalisis situasi yang penuh tekanan                                   | 52 | 1       |
|                    | Penggunaan strategi yang tepat untuk mengatasi situasi yang penuh tekanan | 53 | 1       |
|                    | Membuat keputusan tanpa memikirkan dampaknya                              | 54 | 1       |
|                    | TOTAL   | 54 | 54 item |

Kuesioner yang digunakan oleh peneliti dibagi menjadi dua bagian, yaitu: bagian pertama berupa data demografi responden, meliputi: Nama, No. Responden (isi oleh peneliti) dan Jenis Kelamin. Bagian kedua adalah kuisoner pernyataan tingkat stres remaja selama pembelajaran daring.

Bagian kedua berisi tentang stres akademik terdiri dari 54 pertanyaan dengan menggunakan kuisoner *Student Life Stress Inventory*.

Untuk mengkategorikan tingkat stres, maka di gunakan rumus seperti berikut :

$$P = \frac{\text{Rentang}}{\text{BK}}$$

$$P = \frac{\text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{\text{Banyak Kategori}}$$

$$P = \frac{270 - 54}{3}$$

$$P = 72$$

Berdasarkan jumlah yang diperoleh maka kategorinya tingkat stres sebagai berikut :

Ringan , jika jawaban responden dengan jumlah total skor 1 - 72

Sedang, jika jawaban responden dengan jumlah total skor 73 - 145

Berat, jika jawaban responden dengan jumlah total skor 146 – 219

**Tabel 3.3** Kisi-Kisi Skala Stres Akademik

| Variabel | Indikator           | No item pertanyaan |   | Jumlah Item |
|----------|---------------------|--------------------|---|-------------|
|          |                     | Favourable (+)     | Unfavourable (-)                                |             |
|          | frustasi            | 0                  | 1,2,3,4,5,6,7                                   | 7           |
|          | konflik             | 8,10               | 9   | 3           |
|          | tekanan             | 0                  | 11,12,13,14                                     | 4           |
|          | perubahan           | 16                 | 15,17   | 3           |
|          | <i>Self-imposed</i> | 19,22              | 18,20,21,23                                     | 6           |
|          | fisiologis          | 0                  | 24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39 | 16          |
|          | emosional           | 0                  | 40,41,42,43                                     | 4           |
|          | perilaku            | 0                  | 44,45,46,47,48,49,50,51                         | 8           |
|          | Penilaian kognitif  | 52,53              | 54  | 3           |
|          | Jumlah              |                    |   | 54          |

## 1. Uji Instrumen

### 1. Uji Validitas dan Uji Reabilitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan ketepatan pengukuran suatu instrumen, instrument dikatakan valid apabila instrument tersebut apa yang seharusnya diukur alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Nursalam 2011). Menurut Azwar (2010) tentang sejauh mana keakuratan suatu tes apabila suatu tes dinyatakan

memiliki validitas tinggi , berarti tes tersebut memiliki keakuratan yang tinggi pula. Item dalam penelitian dapat dikatakan valid jika memiliki korelasi item skor total  $\geq 0,25$  , jadi kalau skor kurang dari 0,25 maka butir alat ukur tersebut tidak valid. Berdasarkan perhitungan validitas yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya didapatkan hasil koefisien validitas senilai 0,27.

Reliabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan (Nursalam 2011). Terdapat beberapa standar reliabilitas yang dikemukakan George dan Mallery, yaitu :

$\alpha > 0.9$  : baik sekali (excellent)

$0.8 < \alpha \leq 0.9$  : baik (good)

$0.7 < \alpha \leq 0.8$  : dapat diterima (acceptable)

$0.6 < \alpha \leq 0.7$  : dipertanyakan (questionable)

$0.5 < \alpha \leq 0.6$  : jelek (poor)

$\alpha \leq 0.5$  : ditolak (unacceptable)

Reliabilitas Inventori Keterampilan Sosial diuji menggunakan SPSS for Windows Versi 16.0 oleh peneliti sebelumnya, teknik uji reliabilitas yang digunakan adalah Alpha Cronboach. Reliabilitas Inventory yang berjumlah 54 item sebesar 0.950, bahwa angka tersebut masuk dalam kategori baik sekali (excellent).

## 2. Prosedur Pengumpulan Data

Proses dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner kepada responden tentang stress akademik, dan dilakukan secara langsung karena remaja panti asuhan mengalami keterbatasan gadget. Oleh sebab itu peneliti melakukan penerapan protokol kesehatan untuk tetap menjaga satu sama lain dalam melakukan penelitian ini:

1. Usahakan menggunakan pakaian yang dapat menutupi seluruh area kulit, bisa menggunakan lengan panjang dan celana panjang, serta tidak menggunakan aksesoris dan lainnya
2. Selalu membawa peralatan untuk mengantisipasi jika tidak ada tempat untuk mencuci tangan seperti hand sanitizer
3. Menggunakan double masker dan jika perlu membawa *faceshield*
4. Jika menemukan tempat cuci tangan, wajib mencuci tangan 6 langkah sesuai prosedur cuci tangan yang baik dan benar
5. Jaga jarak aman dengan orang lain minimal 1 meter

Prosedur yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

- a. Peneliti menyusun laporan dan melakukan bimbingan.
- b. Peneliti mengurus surat ijin pengambilan data dan studi pendahuluan di Panti Asuhan Al-Walidaturrahmah kota Samarinda.
- c. Mengajukan surat pengambilan data dan ijin studi pendahuluan ke Panti Asuhan Al-Walidaturrahmah kota Samarinda.
- d. Peneliti menemui bagian tata usaha ITKES Wiyata Husada Samarinda untuk memberikan surat pengambilan data dan studi pendahuluan.
- e. Mengurus surat ijin penelitian di ITKES Wiyata Husada Samarinda.
- f. Melalui proses bimbingan, peneliti menyelesaikan penyusunan proposal dan kemudian mendaftarkan diri untuk mengikuti ujian proposal.
- g. Setelah mengikuti ujian proposal dan disetujui untuk melanjutkan penelitian, peneliti meminta surat izin penelitian dari ITKES Wiyata Husada Samarinda yang akan diberikan kepada Panti Asuhan Ruhamaa Samarinda sebagai tempat peneliti untuk mengumpulkan data

- h. Setelah mendapatkan izin dari pihak panti asuhan peneliti akan memulai pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner yang telah disiapkan.

## 2. Tahap Pelaksanaan

- a. Menjelaskan kepada responden tujuan, manfaat, dan prosedur pengambilan data pada penelitian ini.
- b. Peneliti meminta kesediaan calon responden untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan mengisi lembar persetujuan (informed consent).
- c. Pengumpulan data diawali dengan pemberian *informed consent* kepada calon responden.
- d. Responden yang telah menyetujui terlibat dalam penelitian kemudian diberikan lembar kuesioner untuk diisi selama  $\pm 30$  menit atau ketika ada waktu luang.
- e. Peneliti memberikan lembar kuesioner dan responden diminta untuk menjawab kuesioner

## 3. Tahap Penyelesaian

Setelah seluruh kuesioner yang telah diisi terkumpul, peneliti melakukan pengecekan kembali kelengkapan pengisian kuesioner tersebut. Kemudian di olah dan kemudian di analisa data dan dibuat hasil kesimpulan.

## 3. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data

### 1. Teknik Pengolahan Data

Metode pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan secara komputerisasi. Langkah-langkah pengolahan datanya adalah sebagai berikut:

#### a. *Editing* (memeriksa)

Setelah mengumpulkan data maka peneliti mengecek kelengkapan kuesioner dan kelengkapan pengisian jawaban kuesioner. Jika ada data yang tidak lengkap, maka data tersebut dimasukkan dalam kategori *data missing* dan tidak diikutsetakan dalam penelitian. Pada

tahap ini peneliti memeriksa dan menjumlahkan banyaknya lembar pertanyaan yang telah dijawab lengkap, memeriksa adakah pertanyaan yang terlewat/belum dijawab.

**b. Coding (memberi kode)**

Semua data hasil *editing* diikut sertakan pada proses *coding*. *Coding* adalah proses pengubahan data bentuk kalimat atau huruf ke bentuk angka atau bilangan (Polit & Beck, 2006; Nursalam 2003). Untuk mempermudah dalam pengolahan data dan proses selanjutnya untuk mengklasifikasikan data. Jika proses penyuntingan telah selesai dilakukan, maka langkah selanjutnya adalah mengubah data-data berbentuk kalimat ke dalam bentuk angka. Dalam penelitian ini, data menggunakan skala ordinal yang berbentuk angka, sehingga tidak diperlukan proses *coding*. Peneliti akan mengklarifikasikan jawaban-jawaban dengan menggunakan skala likert. Stresor terdiri atas 23 item dan reaksi terhadap stres terdiri atas 31 item. Terdapat lima pilihan jawaban untuk setiap pernyataan mulai dari angka 1 sampai 5. Angka 1 mewakili jawaban tidak pernah, angka 2 mewakili jawaban jarang, angka 3 mewakili jawaban kadang - kadang, angka 4 mewakili jawaban sering dan angka 5 mewakili jawaban selalu. Pengukuran stres akademik pada tiap subjek merupakan skor keseluruhan dari 54 pernyataan.

**c. Processing**

Semua data yang telah dalam bentuk angka dimasukkan dalam komputer dengan program Microsoft Exel. *Entry* data ini dilakukan secara manual, sehingga dituntut ketelitian yang tinggi dalam prosesnya.

**d. Cleaning (pembersihan data)**

*Cleaning data* adalah proses pengecekan kembali hasil *entry* data. Proses ini mencakup pengecekan kembali kelengkapan data dengan cara melihat data *missing*, membuat distribusi frekuensi, melihat variasi data, dan konsistensi data. Setelah dilakukan

pengecekan maka dilakukan koreksi data (Notoadmodjo, 2010; Putra 2012)

**e. Penetapan skor**

Setelah data terkumpul dan kelengkapannya diperiksa kemudian diberi skoring. Selanjutnya, data di analisis terlebih dahulu dengan menetapkan skor pada setiap item jawabannya. Dalam penelian ini menggunakan data interval yang artinya menggunakan nilai min – max . Nilai min: 54 dan nilai max: 270. Nilai minimal (min)/nilai terendah adalah 1 sesuai kuesioner pilihan jawaban dimulai dari angka 1 sehingga  $1 \times 54$  (jumlah soal) = 54. Nilai maksimal (max)/nilai tertinggi adalah 5 sesuai kuesioner pilihan jawaban, sehingga  $5 \times 54$  (jumlah soal) = 270

**f. Tabulasi**

Tabulating atau penyusunan data adalah tahapan terakhir dari hasil akhir yang dijadikan jumlah rata-rata hasil yang didapatkan dari kuesioner tahapan ini dilakukan melalui teknologi computer yaitu, SPSS. Meliputi skor gambaran tingkat stres remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring secara keseluruhan sesuai dengan kuesioner.

**2. Analisa Data**

Data yang telah diolah dianalisis untuk memperoleh gambaran dari hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian yang telah disusun. Jenis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat. Hasil analisis data univariat adalah berupa deskripsi atau gambaran karakteristik variabel penelitian. Hasil analisis ini menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari variabel yang ada (Polit & Beck, 2006).

Analisis Univariat

Digunakan untuk mengetahui distribusi, frekuensi, dan persentase tingkatan stres pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring.

#### **4. Etika Penelitian**

Penelitian yang menggunakan objek manusia tidak boleh bertentangan dengan etika agar hak responden dapat terlindungi, penelitian dilakukan dengan menggunakan etika sebagai berikut (Nursalam,2011). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan siswa/i di Panti Asuhan Kota Samarinda sebagai responden peneliti menggunakan prinsip menghormati, prinsip keadilan, dan prinsip kepercayaan. Fasilitas yang digunakan adalah Informed Consent, Anonymity, dan Confidentiality serta keadilan.

##### **1. Lembar persetujuan (*Informed Consent*)**

Merupakan kesepakatan antara peneliti dengan responden dengan cara memberikan lembar persetujuan (*Informed Consent*). Subjek menandatangani lembar persetujuan bila menyetujui menjadi responden dan jika tidak bersedia menjadi responden dalam penelitian ini maka peneliti harus menghormati haknya.

##### **2. Tanpa nama (*Anonymity*)**

Bertujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden, peneliti tidak akan mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data (lembar kuesioner), melainkan hanya diberi kode tertentu pada lembar kuesioner.

##### **3. Kerahasiaan (*Confidentially*)**

Merupakan kerahasiaan informasi yang diberikan oleh responden dijamin oleh peneliti, meliputi sikap mahasiswa keperawatan dalam pencegahan infeksi ssebelum praktik di rumah sakit hanya sekelompok data tertentu yang disajikan serta dilaporkan sebagai riset.

##### **4. Keadilan**

Peneliti melakukan prinsip keadilanya itu dengan memperlakukan responden dengan perlakuan yang sama. Setiap ada responden maka peneliti segera memberikan responden dengan perlakuan yang sama.



## 5. Alur Penelitian



### 3.2 Skema Alur Penelitian

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi tentang pemaparan hasil penelitian dan pembahasan yang berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan. Hasil penelitian yang tertulis disertai dengan interpretasi dari data-data tersebut. Pada bagian selanjutnya akan dibahas mengenai analisis univariat dengan memaparkan pembahasan serta teori-teori yang mendukung hasil penelitian ini.

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Ruhamaa Samarinda di Jl. P. Suryanata No.92, RT.03, Bukit Pinang, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan timur. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2021-20 Agustus 2021. Dengan total keseluruhan 42 anak, 1 kepala panti, dan 2 pengasuh panti. Penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data penelitian dengan jumlah 30 responden sesuai dengan kriteria di dalam penelitian ini.

##### 2. Data Karakteristik Responden

Berikut ini adalah hasil tabulasi data karakteristik responden sebagai berikut:

**Table 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden di Panti Asuhan Ruhamaa**

| No | Karakteristik | Frekuensi (F) | Persentase(%) |
|----|---------------|---------------|---------------|
| 1  | Jenis kelamin |               |               |
|    | Laki-laki     | 17            | 56,7          |
|    | Perempuan     | 13            | 43,3          |
|    | <b>Total</b>  | <b>30</b>     | <b>100,0</b>  |
| 2  | Usia          |               |               |
|    | 16            | 13            | 43,3          |
|    | 17            | 10            | 33,3          |
|    | 18            | 6             | 20,0          |
|    | 19            | 1             | 3,3           |
|    | <b>Total</b>  | <b>30</b>     | <b>100,0</b>  |

Sumber Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, karakteristik responden dengan kategori jenis kelamin yang berada di panti asuhan terdapat responden laki-laki yang lebih banyak dengan jumlah 17 responden (56,7%), dibandingkan dengan wanita yaitu sebanyak 13 responden (43,3%). Dan karakteristik responden dengan kategorik usia yang berada di panti asuhan terdapat umur 16 tahun (43,3%), umur 17 tahun (33,3%), umur 18 tahun (20,0%) dan umur 19 tahun (3,3%).

### 3. Hasil Analisa Univariat

Hasil Analisa Univariat pada penelitian ini menggambarkan skor gambaran tingkat stress remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring. Gambaran distribusi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

#### a. Variabel independent (Tingkat Stres)

**Tabel 4.2** distribusi frekuensi tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

| Kategori     | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| Sedang       | 18            | 60,0           |
| Berat        | 12            | 40,0           |
| <b>Total</b> | <b>30</b>     | <b>100,0</b>   |

Sumber Data Primer, 2021

Hasil dari tabel data diatas menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan, hanya ada sedikit perbedaan antara kedua kategori.

**Tabel 4.3** distribusi frekuensi berdasarkan domain kusioner tingkat stress (*Student Life Stress Inventory*) pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

| No       | Kategori         | Frekuensi (F) | Persentase(%) |
|----------|------------------|---------------|---------------|
| <b>1</b> | <i>Frustrasi</i> |               |               |
|          | Ringan           | 2             | 6,7           |
|          | Sedang           | 16            | 53,3          |
|          | Berat            | 12            | 40,0          |
|          | <b>Total</b>     | <b>30</b>     | <b>100,0</b>  |
| <b>2</b> | <i>Konflik</i>   |               |               |
|          | Sedang           | 13            | 43,3          |
|          | Berat            | 17            | 56,7          |
|          | <b>Total</b>     | <b>30</b>     | <b>100,0</b>  |
| <b>3</b> | <i>Tekanan</i>   |               |               |

|          |                                  |           |              |
|----------|----------------------------------|-----------|--------------|
|          | Ringan                           | 1         | 3,3          |
|          | Sedang                           | 15        | 50,0         |
|          | Berat                            | 14        | 46,7         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>4</b> | <b><i>Perubahan</i></b>          |           |              |
|          | Sedang                           | 20        | 66,7         |
|          | Berat                            | 10        | 33,3         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>5</b> | <b><i>Self-imposed</i></b>       |           |              |
|          | Ringan                           | 1         | 3,3          |
|          | Sedang                           | 17        | 56,7         |
|          | Berat                            | 12        | 40,0         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>6</b> | <b><i>Fisiologi</i></b>          |           |              |
|          | Sedang                           | 19        | 63,3         |
|          | Berat                            | 11        | 36,7         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>7</b> | <b><i>Emosional</i></b>          |           |              |
|          | Sedang                           | 5         | 16,7         |
|          | Berat                            | 25        | 83,3         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>8</b> | <b><i>Perilaku</i></b>           |           |              |
|          | Ringan                           | 3         | 10,0         |
|          | Sedang                           | 26        | 86,7         |
|          | Berat                            | 1         | 3,3          |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |
| <b>9</b> | <b><i>Penilaian Kognitif</i></b> |           |              |
|          | Sedang                           | 11        | 36,7         |
|          | Berat                            | 19        | 63,3         |
|          | <b>Total</b>                     | <b>30</b> | <b>100,0</b> |

Sumber Data Primer, 2021

Berdasarkan tabel 4.3 didapat kan hasil frekuensi tingkat stress terbesar ada pada kategorik perilaku dimana hasil frekuensi tingkat stress berat 26 dan presentasenya (86,7%).

## B. Pembahasan

### 1. Tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan

Pada table 4.2 hasil penelitian pada variabel gambaran tingkat stress pada remaja selama pembelajaran daring menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan dimana hasil dari tingkat stress kategori sedang ada sebanyak 60,0% dan dari kategori berat 40,0%. Berdasarkan hasil dari penelitian yang ditemukan oleh peneliti didapatkan bahwa remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. Dimana remaja

yang kesehariannya hidup produktif dengan kegiatan, sekarang hanya dapat berdiam diri dirumah dikarenakan masa karantina yang mengharuskan tetap berada dirumah. Saat keadaan normal untuk menghilangkan kepenatan, remaja biasa pergi rekreasi bersama teman sebayanya dan menikmati waktu diluar rumah, tetapi dengan kondisi sekarang kegiatan tersebut terhambat sampai waktu yang belum di tentukan. Hal tersebut jelas menyebabkan remaja memiliki kecenderungan menjadi cemas dan tertekan. (Cahyanthi, et.al 2021).

Sarafino (2008 dikutip Legiran, 2015) mengungkapkan stress suatu kondisi yang disebabkan interaksi individu dengan lingkungan, yang dapat menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi dan bersumber pada sistem biologis, psikologis, sosial dari diri seseorang. Stress bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan dan gangguan yang tidak menyenangkan yang dapat berasal dari luar diri seseorang.

Hasil penelitian dari Nocentini dkk (2021) dengan judul reaksi stres remaja menanggapi pandemi COVID-19 di puncak wabah di italia sejalan dengan penelitian ini yang menunjukkan hasil bahwa 1.529 remaja mewakili 28,9% dari semua responden, melaporkan tingkat stress sedang hingga sangat tinggi terhadap pandemi COVID-19. Nocentini dkk (2021) menyebutkan bahwa secara keseluruhan, respons stres di kalangan remaja Italia dalam menanggapi pandemi COVID-19 selama puncak pandemi tampaknya cukup besar. Secara khusus, selama usia perkembangan ini, kriteria kontinuitas / diskontinuitas reaksi stres dari waktu ke waktu dan tingkat keparahannya sangat penting untuk implikasinya terhadap kesehatan mental remaja.

Hasil penelitian Nasrudin, dkk (2020) dengan judul dampak isolasi sosial selama pandemi covid-19 terhadap remaja: aktivitas, emosional, stress-adaptasi dan strategi koping remaja selama pandemi covid-19 di Indonesia mengatakan bahwa hasil penelitian menggambarkan perasaan pada remaja karena wabah Covid-19. Mulai dari perasaan cemas, marah, takut, senang, sedih, kacau, sendirian,

hilang harapan, tenang, dihargai kategori sedang. Remaja belum bisa memahami mengungkapkan apa yang mereka rasakan, kadang mereka bahkan tidak sadar kalau yang dialaminya adalah stress.

Nasrudin, dkk (2020) menyebutkan bahwa stres yang dialami remaja akibat wabah covid-19 dipengaruhi oleh beberapa faktor. Beberapa hal yang menyebabkan remaja stres adalah ketidakpastian masa depan, perubahan aktivitas sehari-hari, kekhawatiran anggota keluarga yang terinfeksi Covid19. Misalnya, khawatir saat keluar rumah, bosan saat melakukan sesuatu, social distancing, dan kesulitan memahami materi pembelajaran online.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mendapatkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kebiasaan melakukan aktivitas diluar panti hanya untuk pergi ke sekolah dan sesekali berekreasi bersama teman satu panti. Sekarang, di saat pandemi seperti ini terlebih lagi di masa PPKM sekolah dan aktivitas anak panti pun di batasi dan membuat anak-anak panti pun melakukan aktivitas kesehariannya hanya di panti.

Aktivitas sehari-hari hanya berada di panti membuat anak panti pun bisa merasa bosan dan bisa mengakibatkan stress, belum lagi normalnya anak remaja panti sering mendapatkan perintah dari pengasuh panti untuk membantu pengasuh mengasuh adik-adik mereka dan juga membersihkan panti sepulang sekolah tetapi untuk sekarang karena dari memulai hari di panti asuhan hanya berada di panti asuhan jadi mereka melakukan dua pekerjaan sekaligus yaitu sekolah daring dan membantu pengasuh panti di panti asuhan.

Sekolah daring atau pembelajaran daring ialah salah satu alasan remaja panti merasa stress, dari hasil penelitian remaja menyebutkan bahwa mereka kesusahan akibat alat elektronik/handphone yang terbatas. Mereka memiliki fasilitas alat elektronik/handphone yang terbilang terbatas untuk dipakai oleh semua anak yang menjalani pembelajaran daring di panti tersebut.

Selain masalah keterbatasan fasilitas alat elektronik/handphone mereka juga kesusahan jika dikasih tugas yang bertumpuk dengan tenggat waktu pengumpulan tugas yang berdekatan, mereka kesusahan karena tidak diberi penjelasan terlebih dahulu terkait tugas tersebut dan juga karena keterbatasan fasilitas selalu bergantian handphone dengan anak panti lainnya yang membuat sering telat untuk mengirimkan tugas.

Jika telat mengirimkan tugas, itu membuat remaja merasa takut akan nilai akhir semester mereka yang menjadi penentu bisa lanjut kelas atau tinggal kelas, dan akhirnya membuat remaja tersebut mengalami stress karena takut jika mereka gagal dan tidak naik kelas.

## 2. Gambaran Tingkat Stress berdasarkan indikator SLSI (*Student Life Stress Inventory*)

- a. Gambaran tingkat stress pada kategori *frustasi* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *frustasi* kategori stress sedang 53,3% dimana individu kurang bisa mengekspresikan perasaan yang sedang di alaminya.

Frustrasi secara umum adalah keadaan emosional yang disebabkan oleh kegagalan mencapai kepuasan atau suatu tujuan karena adanya hambatan atau hambatan dalam usaha mencapai kepuasan atau tujuan tersebut (Sarwono, 2010). Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja bisa frustrasi karena kurang bisa mengekspresikan perasaan yang sedang dirasakan.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja panti asuhan mengalami stres dengan kategori frustrasi dikarenakan remaja merasa kurang bisa mengekspresikan perasaan sehingga remaja merasa tertekan dan frustrasi saat sedang menghadapi suatu masalah/kesulitan.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa frustrasi akibat kebingungan ketika mereka tidak mendapatkan arahan dari tugas yang diberikan dan membuat nilai akhir mereka kurang memuaskan. Keadaan tersebut menyebabkan responden merasa frustrasi karena takut jika tidak naik kelas.

- b. Gambaran tingkat stress pada kategori *konflik* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *konflik* menunjukkan hasil berat 56,7% dimana individu tidak bisa mengambil keputusan yang tepat jika dihadapkan dengan pilihan.

Mullins dalam Wijono 2010 menjelaskan bahwa, Konflik adalah suatu kondisi ketidaksesuaian dengan tujuan dan munculnya berbagai perilaku yang saling bertentangan, baik oleh individu, kelompok atau organisasi. Jika di lihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasakan suatu konflik dalam dirinya karena ketika dihadapkan dengan pilihan remaja kurang bisa memilih keputusan akhir yang baik menurut mereka.

Berdasarkan fakta dan teori di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti asuhan mengalami stress dengan kategori konflik dikarenakan mereka sering merasa bingung untuk mengambil keputusan/tindakan apa yang baik dalam hal baik maupun hal buruk bagi mereka.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa muncul adanya konflik di dirinya ketika mereka sedang mengerjakan ujian semester, responden mengatakan walaupun mereka belajar sebelum waktu ujian tetapi pada saat berhadapan dengan soal ujian mereka sering ragu dengan jawaban yang mereka pilih karena terlalu tegang dan membuat mereka tidak bisa berpikir jernih.

Ditambah dengan fasilitas alat elektronik/handphone di panti yang sangat terbatas, yang membuat mereka sering mengalami bentrok pada jadwal sekolah. Jadi, responden merasa sedikit terbebani di posisi waktu yang terbatas dan juga di posisi harus menjawab soal ujian dengan keadaan tenang.

- c. Gambaran tingkat stress pada kategori *tekanan* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *tekanan* menunjukan hasil sedang 50,0% dimana individu mungkin sering mengalami banyak tekanan dalam dirinya yang membuat individu tersebut cepat merasakan lelah dan capek.

Tekanan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah keadaan tidak menyenangkan yang umumnya merupakan beban batin. Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasa tertekan bisa dikarenakan beban-beban tugas sekolah.

Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti asuhan mengalami stress dengan kategori tekanan bisa dikarenakan sering merasa tertekan karena banyaknya deadline tugas membuat pekerjaan menjadi menumpuk yang menyebabkan sering merasa lelah dan capek ketika terlalu banyak melakukan aktivitas serta bisa karena memiliki masalah dengan teman sebaya sehingga membuat remaja merasa tertekan karena memiliki hubungan yang tidak baik dengan teman.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa tertekan akibat menumpuknya tugas dan ketika ujian sekolah dimulai, seringkali bentrok jadwal sekolah dengan temannya yang mengakibatkan bentrok antara remaja dan temannya karena saling mendahului

untuk menggunakan handphone tersebut tanpa adanya yang mengalah karena saling memikirkan masalah nilai akhir masing-masing.

d. Gambaran tingkat stress pada kategori *perubahan* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *perubahan* menunjukkan hasil sedang 66,7% dimana individu mungkin mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan sehingga individu tersebut sering merasa tujuan hidupnya terganggu dengan masalah yang dimiliki.

Jahja (2011) mengemukakan bahwa masa remaja adalah masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan fisik dan psikis yang sangat cepat. Masa remaja sebagai masa perubahan Tingkat perubahan sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Pada masa remaja awal, ketika perubahan fisik terjadi dengan cepat, perubahan perilaku dan sikap juga terjadi dengan cepat. Sementara perubahan fisik menurun, perubahan sikap dan perilaku juga menurun ( Hurlock, E. B., dkk 1990)

Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja yang tinggal di panti mengalami stress dengan kateogori perubahan di mungkinkan karenakan remaja mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan sehingga individu tersebut sering merasa tujuan hidupnya terganggu dengan masalah yang dimiliki.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami perubahan pada psikisnya, responden mengatakan lebih sering merasa marah atas hal sepele dikarenakan lelah untuk menyelesaikan tugas yang menumpuk dengan melakukan pekerjaan di dalam panti asuhan

dalam satu waktu yang membuat mereka banyak memendam perasaan negatif.

Responden jadi sering berargumen dengan remaja lainnya akibat masalah sepele karena sama-sama sedang di fase lelah akibat keseharian mereka.

- e. Gambaran tingkat stress pada kategori *self-imposed* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *self-imposed* menunjukkan hasil sedang 56,7% dimana mungkin individu kadang suka menyiksa diri sendiri hanya untuk di pandang dan di akui.

*Self-imposed* Secara umum, mengacu pada bagaimana seseorang memaksakan dirinya. banyak kondisi yang dianggap remeh oleh orang dewasa berdampak negatif bagi anak, namun beberapa kondisi yang dialami sebagai stres bagi orang dewasa juga dapat dialami sebagai stres berat bagi anak-anak dan remaja. (Elia, dalam Yohanes 2020).

Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *self-imposed* di karenakan remaja suka berkompetisi dalam kelas sehingga membuatnya di pandang dan di akui pintar, suka mengalami kekhawatiran berlebihan yang membuatnya menginginkan *attention* lebih oleh teman temannya.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami *self-imposed* atau memaksakan diri ketika mereka sedang dalam kondisi mengikuti suatu lomba atau kompetisi di sekolahnya, seperti lomba cerdas cermat atau ketika quis. Ada perasaan dalam diri mereka yang menginginkan mereka selalu menjadi yang terdepan, perasaan seperti itu baik jika dalam komposisi yang normal, tetapi jika di

atas batas normal itu juga bisa balik menjadi masalah bagi diri sendiri. Responden mengatakan jika sedang dalam kondisi mengikuti lomba cerdas cermat maupun mendapatkan quis dadakan mereka sering mengalami jantung berdebar, tangan tremor, dan kelelahan.

- f. Gambaran tingkat stress pada kategori *fisiologis* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *fisiologis* menunjukkan hasil sedang 63,3% dimana ketika stress individu kadang suka merasa mengalami badan gemetar, sulit bernafas, sakit kepala, dan demam.

Menurut Robbins & Judge (2008) mengatakan, stres menampakkan diri dengan berbagai cara. Jika dilihat dari sudut pandang fisiologi stres dapat menciptakan perubahan dalam metabolisme, meningkatkan detak jantung, dan tarikan nafas, menaikkan tekanan darah, menimbulkan sakit kepala. Dalam perkembangan di usia remaja penyebab remaja mengalami stress fisiologi bisa dikarenakan stress akademik dan lingkungan sosial.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *fisiologi* bisa di karenakan remaja sulit mengontrol diri ketika sedang stress sehingga mengalami gejala-gejala stress fisiologi, contoh: gemetar, sulit bernafas, sakit kepala, demam dan mengalami *insomnia* atau sulit tidur.

Dari hasil penelitian, domain kategori *fisiologis* dan kategori *self-imposed* cukup berkaitan dikarenakan hal-hal yang memicu stres mengeluarkan gejala ada disebutkan didalam kategori *self-imposed* yaitu ketika mereka sedang dalam posisi tegang bercampur dengan perasaan keinginan selalu menjadi yang

terdepan responden mengeluarkan gejala-gejala stress seperti jantung berdebar, tangan tremor dan kelelahan.

- g. Gambaran tingkat stress pada kategori *emosional* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *emosional* menunjukkan hasil berat 83,3% dimana individu sering merasa sedih, marah, takut ketika stress atau mendapat masalah.

Santrock (2011) menyatakan bahwa perubahan biologis yang terjadi pada masa remaja adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual yang ditandai dengan pubertas. Wong et al. (2008) mengatakan bahwa status *emosional* remaja masih terlihat belum jelas, antara perilaku yang sudah matang dengan perilaku seperti anak-anak. Akibat emosi yang mudah berubah ini, remaja sering kali dijuluki sebagai orang yang tidak stabil, tidak konsisten, dan tidak dapat diprediksi.

Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasakan gejala *emosional* ialah karena stress dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stress akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi (Sarafino, 2012).

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *emosional* bisa di karenakan remaja sering merasa ketakutan berlebihan jika mendapatkan nilai jelek ketika ulangan dan merasa bersalah jika mengecewakan seseorang, sering marah dan termenung ketika mendapai sesuatu yang tidak sesuai dengan harapannya.

Dari hasil penelitian, domain kategori *emosional* dan kategori perubahan cukup berkaitan dikarenakan hal-hal yang memicu emosional ada disebutkan dalam kategori perubahan yaitu remaja panti mengalami perubahan pada psikisnya, responden mengatakan lebih sering merasa marah atas hal sepele dikarenakan lelah untuk menyelesaikan tugas yang menumpuk dengan melakukan pekerjaan di dalam panti asuhan dalam satu waktu yang membuat mereka banyak memendam perasaan negatif.

Responden jadi sering berargumen dengan remaja lainnya akibat masalah sepele karena sama-sama sedang di fase lelah akibat keseharian mereka.

- h. Gambaran tingkat stress pada kategori *perilaku* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *perilaku* menunjukkan hasil sedang 86,7% dimana individu sering marah, menangis, dan menyendiri ketika sedang ada masalah.

Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh remaja adalah kenakalan remaja. Bidang kenakalan remaja meliputi perilaku-perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial untuk tindak pidana. Ratnawati (2008) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan remaja menyimpang dari perilaku tersebut adalah dampak negatif dari perkembangan pesat, arus globalisasi di bidang komunikasi dan informasi, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, perubahan gaya hidup dan kurangnya perhatian orang tua. kasih sayang, bimbingan dan pengawasan.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja yang tinggal di panti yang mengalami stres dengan kategori *perilaku* bisa dikarenakan ketika

remaja panti sedang memiliki masalah, individu tidak mau mengalah walaupun dia sadar masalah yang terjadi adalah kesalahan dari individu tersebut, serta ketika remaja panti sedang memiliki masalah individu tersebut secara sengaja maupun tidak sengaja suka menyakiti diri sendiri/orang lain untuk kepuasan sendiri bahkan hal terburuk yang dilakukan ialah bisa melakukan percobaan bunuh diri.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami perubahan perilaku akibat pembelajaran daring yang dikarenakan COVID-19 dikarenakan jadwal yang padat seperti banyak tugas, guru yang kurang dalam memberi penjelasan dalam zoom kelas, serta teman-teman yang tidak berada di panti atau yang tinggal bersama orang tuanya yang kurang membantu responden ketika sedang kebingungan terhadap tugas-tugas sekolah yang membuat responden merasa sendiri, walaupun ada teman dalam panti asuhan responden merasa tidak ada yang membantu dan membuat mereka stress dan menangis dan muncul pikiran-pikiran negatif untuk menyakiti diri sendiri.

- i. Gambaran tingkat stress pada kategori *penilaian kognitif* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *penilaian kognitif* menunjukkan hasil berat 63,3% dimana individu kurang menganalisis dan kurang mempunyai strategis yang tepat ketika sedang mendapat suatu masalah.

Menurut Lazarus (1984), reaksi kognitif terhadap stres mencakup hasil dari proses penilaian seperti keyakinan tentang bahaya atau ancaman yang terkandung dalam suatu peristiwa atau keyakinan tentang penyebabnya. Gejala stres kognitif termasuk pemikiran obsesif dan ketidakmampuan untuk berkonsentrasi. Jika

dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja mengalami hal tersebut bisa terjadi karena kurang memperoleh kasih sayang, bimbingan, dan pengawasan dari orang tua.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja yang tinggal di panti yang mengalami stres dengan kategori *penilaian kognitif* bisa di karenakan kurangnya bimbingan atau perhatian dari pengasuh panti oleh karena itu individu seringkali susah untuk menyelesaikan masalah serta seringkali salah membuat keputusan dalam menyelesaikan masalahnya.

Dari hasil penelitian, ada remaja panti yang mengalami stress karena tidak dapat menyelesaikan semua tugas-tugas sekolahnya sehingga mengalami penurunan dalam penilaian kognitif di dirinya seperti yang disebutkan dalam kategori perilaku yaitu responden merasa sendiri dan tak ada yang membantu ketika sedang dihadapkan dengan tugas-tugas sekolah yang membuatnya bingung harus menyelesaikan yang mana terlebih dahulu, dan ujung-ujungnya membuat terbelengkalai atas tugas-tugas sekolahnya tersebut.

Adapula remaja yang mengatakan saat sedang dalam situasi banyak tugas menumpuk dan tidak ada yang membantu, mereka tetap mengerjakan walau perlahan dengan bantuan google dan teman sebayanya di panti asuhan.

Berdasarkan pemaparan hasil per-indikator kuesioner tingkat stress diatas didapatkan nilai kategori stress terberat dari jawaban rata-rata responden yaitu pada domain *perilaku*. Stres yang berkepanjangan dapat berdampak pada aspek dan sistem tubuh seseorang. Stres berdampak pada emosional, kognitif, fisiologis, dan perilaku. Dampak secara emosional meliputi cemas, depresi, tekanan fisik, dan psikologis (Perry & Potter, 2010).

Desmita (2017) menemukan bahwa stres akademik pada siswa dapat menyebabkan penurunan kinerja, perilaku maladaptif, dan masalah psikososial lainnya. Stres dapat menimbulkan dampak yang sangat luas dan berpengaruh pada banyak hal dalam kehidupan. Stres dapat menyebabkan penyakit psikis dan psikologis, masalah ditempat kerja, gangguan dalam keluarga dan kehidupan sosial, kecanduan, dan mungkin perilaku kriminal (Cooke, Baldwin & Howison, 2008). Perkembangan perilaku remaja yang kurang baik seperti lebih suka menyendiri, merasa cemas atau khawatir terhadap apapun, sering merasa tidak bahagia, tertekan atau menangis, sulit memusatkan perhatian pada apapun, sering merasa ketakutan dan mudah takut terhadap sesuatu, memiliki fokus dan perhatian yang kurang baik.

Hasil penelitian Hariani Lubis, dkk (2021) menyebutkan bahwa ciri-ciri perkembangan kognitif pada usia remaja ditandai dengan munculnya kebingungan antara kondisi ideal dan nyata. Dengan berpikir, mereka mampu menganalisis situasi, tetapi ketika menghadapi masalah nyata, mereka harus beradaptasi untuk menghadapi perubahan yang terus berlanjut. Perubahan tersebut terkadang tidak sejalan dengan nilai individu, sehingga tidak jarang terjadi konflik dengan identitas diri yang telah terbentuk.

Pengetahuan, sikap dan kapasitas anggota keluarga untuk membentuk lingkungan keluarga yang baik dan memenuhi kebutuhan biopsikososial memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu (Selina, 2011). Penelitian Riyadi (2014) tentang risiko masalah perkembangan dan mental emosional anak di panti asuhan dibandingkan dengan orang tua kandung menunjukkan bahwa masalah perkembangan anak di panti asuhan lebih tinggi daripada orang tua kandung, anak yang tinggal dengan pengasuhan orang tua. Hasil penelitian Wahyuningrum (2013) menyebutkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung labil dan mudah berubah-ubah. Hal ini disebabkan karena adanya

beberapa faktor perkembangan yang belum terpenuhi diantaranya adalah faktor pengasuhan.

Oktafia (2015) menyatakan sebagian besar anak yang tinggal di panti asuhan cenderung memiliki citra diri yang negatif dan berisiko lebih tinggi mengalami masalah perilaku. Penelitian lain tentang masalah perkembangan dan emosional pada anak oleh Wiguna (2012) menemukan bahwa anak yang tinggal dan oleh orang tuanya cenderung tidak menunjukkan gangguan perilaku dan emosional, anak angkat menunjukkan pertumbuhan yang terhambat, dan kemampuan linguistik dan kognitif yang relatif lebih lemah (Loman, 2009). Menurut Whetten K. et al (2009), terdapat perbedaan status perkembangan, fungsi kognitif dan emosi yang lebih baik pada anak yang diasuh di panti asuhan dibandingkan pada anak terlantar.

### C. Keterbatasan Penelitian

#### 1. Metodologi Penelitian

- a. Adanya kendala teknis saat pemberian kuesioner secara langsung (*door to door*) ke responden untuk mencegah penyebaran virus karena adanya pandemic covid-19, maka dilakukan sesuai protocol Kesehatan: mendapat batasan waktu dan responden dalam sehari sebanyak satu jam dengan 5-6 remaja perhari.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Gambaran tingkat stress pada remaja selama pembelajaran daring menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan dimana hasil dari tingkat stress kategori sedang ada sebanyak 18 responden (60,0%) dan dari kategori berat ada sebanyak 12 responden (40,0%). Berdasarkan paparan diatas disimpulkan bahwa remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. Dari analisa data yang telah dilakukan maka didapatkan hasil bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami stress akibat pembelajaran daring dikarenakan terbatasnya aktivitas karena pandemi dan kurangnya rekreasi akibat PPKM yang membuat individu merasa bosan serta menumpuknya tugas-tugas di sekolah maupun di panti asuhan di tambah dengan masalah pribadi dari masing-masing individu.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Diharapkan dapat terus meningkatkan pengalaman dan kualitas dalam memberikan pendidikan pembelajaran dan sumbangan informasi di beberapa program seperti sektor pendidikan dan sektor kesehatan tentang tingkatan stres pada remaja.

##### **2. Bagi Remaja**

Sebagai masukan agar semakin bisa memahami bagaimana gambaran tingkat stress pada remaja sehingga bisa lebih *aware* dengan kondisi/perasaan yang sedang dirasakan

##### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Lebih mendalami ilmu tentang tingkat stress agar bisa lebih mengungkapkan kondisi dan reaksi pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring di samarinda, bisa juga pada tempat

yang berbeda dalam rangka mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, S. (2020). *Manajemen Strea Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi*. Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam, 10(2), 211-221.
- Alligood, Martha R. (2017) *Pakar Teori Keperawatan dan Karya Mereka*. Singapore: Elsevier.
- Ali, M. & Asrori, M. 2014. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ananda, S. S. D., & Apsari, N. C. (2020). *Mengatasi Stress Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19 Dengan Teknik Self Talk*. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(2), 248-256.
- Apriyani, Meliya. 2021. *Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Selama Pandemi Covid-19*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Proses*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyani, Y. (2012). *Perkembangan dan Peran Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah di Bidang Pendidikan*. Tahun 1966-1984.
- Ariyani, Farida. (2012). *Stres Inoculation Training(SIT): Solusi efektif Mengelola Stres Belajar Siswa Menuju Generasi Unggul dan Berkarakter*. Universitas Negeri Makasar
- Atziza, R. (2015). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran*. *Jurnal Agromedicine*, 2(3), 317-320.
- Arti Kata – *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online*, [online], (<https://lektur.id/arti-tekanan/>), diakses tanggal 18 September 2021).
- Azwar, Saifuddin. 2000. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Liberty.
- Bartlett, D. (1998). *Stress: Perspectives and processes*. McGraw-Hill Education (UK).
- Budiyati, G. A., & Oktavianto, E. (2020). *STRES DAN RESILIENSI REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19*. Husada Mahakam: *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 102-109.

- Cahyanthi, N. K. A. M. P., Achjar, K. A. H., Yasa, I. D. P. G. P., & Sukarja, I. M. (2021). *Model AKSI untuk Mewujudkan Gerakan Sehat Mental dalam Mengatasi Kecemasan Remaja*. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 81-90.
- Cooke, D. J., Baldwin, P. J., & Howison, J. (2008). *Menyingkap dunia gelap penjara*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan remaja*.
- Dewe, P. J., O'Driscoll, M. P., & Cooper, C. L. (2012). *Theories of psychological stress at work*. In
- Deswanda, A. R. *Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi remaja yayasan sosial di Jakarta Selatan (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta)*.
- Diananda, A. (2019). *Psikologi remaja dan permasalahannya*. ISTGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam, 1(1), 116-133.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Gaol, N. T. L. (2016). *Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional*. *Buletin psikologi*, 24(1), 1-11.
- Gadzella. 1991, *Student-life Stress inventory*. Copyright. Commerce. Texas
- Gatchel, R. J. & I. Z. Schultz, I. Z. (eds.) *Handbooks in health, work, and disability* (pp. 23-38). USA: Springer.
- Gunardi H, Hartanto F, Sutomo R. (2010). *Kuesioner Kekuatan dan Kesulitan, The Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ)*. Workshop CPD III : Update in Growth and Development – Social Pediatric Endokrinology and Nutrition Metabolic. Departemen Ilmu Kesehatan Anak FK UNDIP – RSUP Dr.Karyadi : Semarang.
- Hidayat. A. Aziz Alimul. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hurlock, Elizabeth B. *Alih bahasa Isti Widayanti dan Sudjarwo. (1999). Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedjarwo. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga, Jakarta.

- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2018) *Wong's nursing care of infants and children-E-book*. Elsevier Health Sciences.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia.(2010). *Masalah Mental Emosional Remaja dalam Bunga Rampai Kesehatan Remaja*. Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia: Jakarta, hal.62-75
- Iqrima, N., & Sali., I. *Peran Pengurus Panti Asuhan dalam Menunjang Keberlanjutan Pendidikan Anak di Panti Asuhan Nurul Hamid*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa, 3(9).
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan*. Jurnal Psikologi: PITUTUR, 1(1), 19-28.
- Khoirunnisa, S., Ishartono, I., & Resnawaty, R. (2015). *Pemenuhan Kebutuhan Pendidikan Anak Asuh di Panti Sosial Asuhan Anak*. Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, 2(1).
- Kozier, B. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 7. Volume 1. Jakarta: EGC.
- Krisnaningrum, I., Masrukhi, M., & Atmaja, H. T. (2017). *Perilaku Sosial Remaja Era Globalisasi di SMK Muhammadiyah Kramat, Kabupaten Tegal*. Journal of Educational Social Studies, 6(2), 92-98.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, USA: Springer Publishing Company
- Listyarti, R. (2020). *Siswa Belajar dari Rumah, KPAI: Anak-anak Stres Dikasih Banyak Tuga*. Jakarta: [www.news.detik.com](http://www.news.detik.com)
- Legiran, L., Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 2(2), 197-202.
- Loman MM, Wilk KL, Frenn KA, Pollak SD, Gunnar MR. (2009). *Postinstitutionalized children's development: growth, cognitive, and language outcomes*. J Dev Behav Pediatr. 2009;30(5):426–34

- Lyon, B. L. (2012). *Stress, coping, and health*. In Rice, H. V. (Eds.) *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice* (pp.3-23). USA: Sage Publication, Inc
- Mulyadi, Y. B. (2020). *Penerapan Teknik Konseling Behavioral Terhadap Anak Yang Mengalami Stres Belajar*. DUNIA ANAK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(1), 28-40.
- Musradinur, M. (2016). *Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi*. JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling, 2(2), 183-200.
- Nasrudin, N., Kusmaningrum, U. A., & Prihaninuk, D. (2020). *Dampak Isolasi Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Remaja: Aktivitas, Emosional, Stres-Adaptasi dan Strategi Koping Remaja Selama Pandemi Covid-19 di Indonesia*. Jurnal EDUNursing, 4(2). 110-121.
- Ningrum, N. A. (2012). *Hubungan antara coping strategy dengan kenakalan pada remaja awal*. Jurnal Psikologi Tabularasa, 7(1).
- Notoatmojdo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*: Rineka Cipta
- Nursalam, (2011). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta.
- Oktafia.(2015). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perkembangan Konsep Diri Remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi*. Jurnal Keperawatan Universitas Andalas.
- Palupi, T. N. (2020). *Tingkat Stres Pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM, 9(2), 18-19.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, Edisi kesembilan, cetakan Ke-2. Jakarta: Kencana: McGraw Hill Companies.
- Pratama, S., & Sulaeman, A. (2016). *Peran panti asuhan mandhanisiwi pku muhammadiyah purbalingga dalam pembentukan akhlakul karimah anak asuh*. Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam, 14-25.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010b). *Fundamental Keperawatan*. Vol.2. (Ed.7). Jakarta: Salemba Medika.
- Qamarina, N. (2017). *Peranan Panti Asuhan Dalam Melaksanakan Fungsi Pengganti Keluarga Anak Asuh di UPDT Panti Sosial Asuhan Anak Harapan Kota Samarinda*. eJournal Administrasi Negara, 5(3).

- Ramadhani Putri Harini, Vinny. 2020. *Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja Selama Menjalani Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang*. Jember: Universitas Jember.
- Ramadhan, A. F. T. (2021). *Gambaran Strategi Coping Stress Menghadapi Belajar dari Rumah Dalam Situasi Pandemi Covid-19 pada Siswa Kelas XI di SMA "X"*. (Doktoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Resty, Gharnish Tiara. 2015. *Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatimputri Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta: Skripsi.
- Ratnawati, G. (2008). *Pola pembinaan narapidana anak sebagai salah satu upaya pemenuhan kebutuhan pendidikan di Lembaga Pemasyarakatan Anak*. Diperoleh 5 Januari 2015 dari <http://imadiklus.googlecode.com>
- Rinmalae, M. P., Regaletha, T. A., & Benu, J. M. Y. (2019). *Harga Diri dan Penerimaan Diri Remaja Akhir di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kelurahan Lasiana Kota Kupang*. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(4), 199-206.
- Rice, V. H. (Ed.). (2011). *Theories of stress and its relationship to health*. In Rice, H. V. (Eds.), *Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice*. USA: Sage Publication, Inc
- Rofiah, S. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Online terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kepanjen*. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 4(1), 41-47.
- Robbins. (2008). *Perilaku Organisasi*. Jilid 8 (terjemahan). Jakarta : Prenhalindo
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). *Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19: Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic*. *Biodik*, 6(2), 214-224.
- Syahdan. 2020. *Hubungan Tingkat Stres dengan Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Via Daring Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Itkes Wiyata Husada Samarinda*. Samarinda: ITKes Wiyata Husada.
- Samsugito, I., & Putri, A. N. (2020). *Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi pada Remaja di SMAN 14 Samarinda*. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 2(2), 70-78.

- Santrock, J. W. (2007b). *Remaja* edisi kesebelas, jilid I. (W. Hardani, Ed.) (Alih Bahas). University of Texas, Dallas: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak (Verawati Pakpahan & Wahyu Anugraheni)*. Vol. 2. (Ed.11). Jakarta: Salemba Humanika
- Selina, H & Hartanto, F. (2010). *Guidelines For Adolescent Preventive Service (GAPS); Skrining Masalah Kesehatan Remaja*. Continuing Professional Development III Ilmu Kesehatan Anak; Okt 30-31; Semarang (Indonesia).
- Serafini, T. E., & Adams, G. R. (2002). *Functions of Identity: Scale Construction and Validation*. *Identity*, 2(4), 361–389.  
[https://doi.org/10.1207/S1532706XID0204\\_05](https://doi.org/10.1207/S1532706XID0204_05)
- Sarafino, E.P. 2012. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. International Student Version*. Singapore: John Wiley & Sons, In
- Sarwono, W. S, 2010, *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Stuart, G. W, Keliat, B. A., Pasaribu, J. (2016) *Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart*, Edisi Indonesia. Jakarta: Elsevier.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2013). *Buku Saku Ilmu Keperawatan jiwa (5th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Setyirini, I. (2020). *Pandemi COVID-19 Dan Online Learning: Apakah Berpengaruh Terhadap Proses Pembelajaran Pada Kurikulum 13?*. *Jurnal of Industrial Engineering & Management Research*, 1(1), 95-102.
- Soewadi. 1990. *Bahan Kuliah Ilmu Kedokteran Jiwa*. Fakultas Kedokteran UGM. Yogyakarta.
- Sokolova, dkk. 2014. *Kepribadian Anak*. Jakarta: Katahati.
- Sofiyatun. (2012). *Penerapan Panti Asuhan Bina Amal Shaleh Amanah Klepu Sumberarum Moyudan Sleman Yogyakarta dalam Pemberdayaan Anak melalui Pelatihan Sablon*. Artikel. Yogyakarta (Online)  
<http://eprints.uny.ac.id/pdf>
- Staal, M. A. (2004). *Stress, cognition, and human performance: A literature review and conceptual framework*. Nasa technical memorandum, 212824, 9. <http://humanfactors.arc.nasa.gov/web/library/publications/publications.php>

- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta
- Sun, L., Tang, Y., & Zuo, W. (2020). *Coronavirus pushes education online*. *Nature Materials*, 19(6), 687-687.
- Ursin, H., & Eriksen, H. R. (2004). *The cognitive activation theory of stress*. *Psychoneuroendocrinology*, 29(5), 567-592. Doi: 10.1016/S0306-4530(03)00091-X
- Wardani, Tiya Kusuma. 2016. *Menurunkan Stres Akademik Melalui Teknik Stress Incolution Training Siswa Kelas XI C SMP Negeri 10 Salatiga*. Jawa Tengah: Universitas Kristen Satya Wacana
- Wiguna T. (2012). *Masalah Kesehatan Mental Remaja di Era Globalisasi dalam The 2nd Adolescent Health National Symposia, Current Challenges in Management*. RSCM: Jakarta, hal.62-71; Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI
- Wijono, S. (2010). *Psikologi Industri & Organisasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Wulandari, A. (2014). *Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya*. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39-43.
- Whetten K, Ostermann J, Pence BW, Whetten RA, O'Donnell K, Messe LC, dkk. *A comparison of the wellbeing of orphans and abandoned children ages 6–12 in institutional and community-based care setting in 5 less wealthy nations*. *PloS One*. 2009;4(12):1–11
- Wong, D. L., Marilyn, H. E., David, W., Marilyn, L. W., & Patricia, S. (2008). *Buku ajar keperawatan pediatrik (Agus Sutarna, Neti Juniarti, & Kuncara, Penerjemah)*. Vol. 2. (Ed.6). Jakarta: EGC
- Yudrik, J. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: kencana.
- <https://tirto.id/segudang-masalah-belajar-dari-rumah-karena-corona-covid-19-eGqQ>
- <https://indopolitika.com/banyak-anak-stres-saat-pembelajaran-jarak-jauh-kpai-beri-saran-begini/>





**INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS  
WIYATA HUSADA SAMARINDA**

---

**BIODATA DIRI PENELITI**

**A. Keterangan Diri**

Nama : Qanitah Fiana Andjani  
Tempat Tanggal Lahir : Samarinda, 10 Juni 1999  
NIM : 17.114.114.01  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Suku : Banjar-Bugis  
Email :  
[qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id](mailto:qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id)



Alamat Rumah : Jl. Ramania Voorvo No.71A rt.45 kelurahan air putih kecamatan samarinda ulu kota samarinda  
Alamat Institusi : Jl. Kadrie Oening Gg. Monalisa No. 77  
Riwayat Pendidikan : TK TUNAS RIMBA 2 SAMARINDA  
SDIT CORDOVA SAMARINDA  
SMPIT CORDOVA SAMARINDA  
SMA NEGERI 3 SAMARINDA

**B. Riwayat Keluarga**

1. Nama Orang Tua
  - a. Ayah : Yusfian Noor S.E
  - b. Ibu : Andi Rahmawati
2. Pekerjaan Orang Tua
  - a. Ayah : PNS
  - b. Ibu : IRT

Lampiran 2

Lembar Permohonan Menjadi Responden

## LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

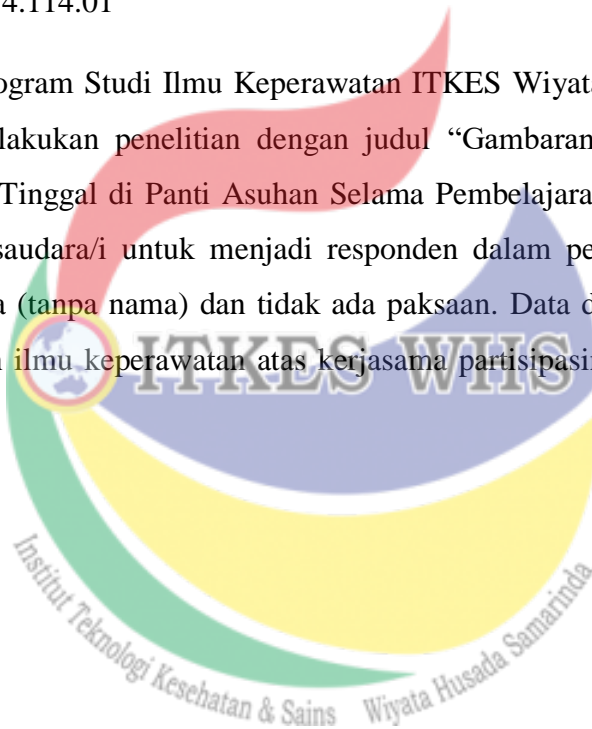
Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Qanitah Fiana Andjani

Nim : 17.114.114.01

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda, saya akan melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring”. Untuk itu kami mohon saudara/i untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Dijamin kerahasiaannya (tanpa nama) dan tidak ada paksaan. Data disajikan hanya untuk pengembangan ilmu keperawatan atas kerjasama partisipasinya, kami sampaikan terima kasih.



Hormat Saya,

Qanitah Fiana Andjani

Nim: 17.114.114.01

Lampiran 3

Informed Consent

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN KESEDIAAN MENGIKUTI  
PENELITIAN (*INFORMED CONSENT*)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama (inisial) :

Umur :

Jenis Kelamin :

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti saya bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring” yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Saya memahami bahwa tidak akan berakibat negatif bagi saya dan segala informasi yang diberikan dijamin kerahasiaannya. Saya memahami bahwa penelitian ini akan menjadi bahan masukan bagi perawat untuk dapat meningkatkan pelayanan di lembaga pembinaan, karena itu jawaban yang diberikan adalah sebenar-benarnya

Saya telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian ini dan telah mendapat jawaban yang memuaskan. Berdasarkan semua penjelasan diatas maka dengan ini saya menyatakan secara sukarela bersedia menjadi responden dan berpartisipasi aktif dalam penelitian.

Samarinda, Juli 2021

Responden

**KUESIONER PENELITIAN**  
**GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA ANAK REMAJA**  
**YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN SELAMA**  
**PEMBELAJARAN DARING**

---

Bagian 1 : Identitas Responden

Berikan tanda *ceklist* ( **√** )

No. Responden (Isi oleh Peneliti) :

1. Nama Inisial :
2. Jenis Kelamin : (  ) Perempuan (  ) Laki-Laki

Bagian 2 : kuesioner *STUDENT LIFE STRESS INVENTORY*

Kode :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini adalah menanyakan tentang perasaan dan pikiran bapak/ibu/Saudara selama **sebulan terakhir**. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan, yaitu:

- 1 : **Tidak pernah**
- 2 : **Jarang**
- 3 : **Kadang-kadang**
- 4 : **Sering**
- 5 : **Selalu**

Selanjutnya, Saudara diminta untuk menjawab pertanyaan dibawah dengan cara **memberikan tanda ceklist** ( **√** ) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran Bapak/Ibu/Saudara selama **satu bulan terakhir**.

| No              | PERTANYAAN  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------------|---|---|---|---|---|---|
| <b>frustasi</b> |   |   |   |   |   |   |
| 1               | Saya merasa putus asa ketika saya terlambat dalam mencapai tujuan yang saya inginkan                  |   |   |   |   |   |
| 2               | Saya merasa tidak tau berbuat apa-apa ketika saya menemui kesulitan                                   |   |   |   |   |   |
| 3               | Saya merasa jengkel ketika saya menemui kesulitan dan tidak punya jalan keluarnya                     |   |   |   |   |   |
| 4               | Saya merasa marah kepada diri saya sendiri ketika saya gagal untuk mencapai tujuan yang saya inginkan |   |   |   |   |   |
| 5               | Saya merasa malu dan marah ketika saya dijauhi temanteman dan lingkungan saya                         |   |   |   |   |   |
| 6               | Saya selalu merasa kecewa dan sedih ketika putus cinta  |   |   |   |   |   |
| 7               | Saya selalu merasa menyesal ketika tidak bisa memanfaatkan kesempatan yang ada                        |   |   |   |   |   |
| <b>konflik</b>  |   |   |   |   |   |   |
| 8               | Saya merasa bingung ketika dihadapkan kepada dua pilihan yang menyenangkan                            |   |   |   |   |   |
| 9               | Saya sering merasa bingung ketika dihadapkan kepada dua pilihan yang tidak menyenangkan bagi saya     |   |   |   |   |   |
| 10              | Sebelum saya bertindak saya selalu mempertimbangkan hal baik dan hal buruk yang akan terjadi          |   |   |   |   |   |
| <b>tekanan</b>  |   |   |   |   |   |   |

|                     |  |  |  |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|--|--|--|
| 11                  | Menurut saya, dikelas saya merasa tertekan karena saya sering menganggap bahwa belajar adalah sebuah kompetisi yang harus saya ikuti |  |  |  |  |  |
| 12                  | Saya sering merasa tertekan karena saya selalu dikejar deadline atas tugas saya yang selalu tertinggal                               |  |  |  |  |  |
| 13                  | Saya merasa lelah dan capek ketika saya melakukan aktivitas yang berlebihan  |  |  |  |  |  |
| 14                  | Dikelas saya mempunyai hubungan yang tidak baik dengan teman saya sehingga membuat saya menjadi tertekan                             |  |  |  |  |  |
| <b>perubahan</b>    |  |  |  |  |  |  |
| 15                  | Saya mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan  |  |  |  |  |  |
| 16                  | Saya ingin memperbaiki kesalahan yang saya perbuat ketika itu juga   |  |  |  |  |  |
| 17                  | Seringkali saya merasa hidup dan tujuan saya amat terganggu dengan masalah-masalah yang saya punya                                   |  |  |  |  |  |
| <i>Self-imposed</i> |  |  |  |  |  |  |
| 18                  | Saya ingin sekali ikut berkompetisi di dalam kelas, agar saya dipandang dan diakui pintar oleh teman-teman saya                      |  |  |  |  |  |
| 19                  | Saya ingin dicintai oleh semua orang yang ada dilingkungan saya  |  |  |  |  |  |
| 20                  | Seringkali saya merasakan khawatir yang berlebihan   |  |  |  |  |  |
| 21                  | Saya sering menunda pekerjaan yang sepele, sehingga tugas sekolah menjadi menumpuk   |  |  |  |  |  |



|                   |   |  |  |  |  |  |
|-------------------|---|--|--|--|--|--|
|                   | dan sulit saya kerjakan   |  |  |  |  |  |
| 22                | Ketika menghadapi permasalahan saya sering menemukan solusi tanpa bantuan orang lain.   |  |  |  |  |  |
| 23                | Saya sering merasa cemas ketika akan menghadapi ujian   |  |  |  |  |  |
| <b>fisiologis</b> |   |  |  |  |  |  |
| 24                | Saya mudah berkeringat ketika menghadapi sesuatu masalah  |  |  |  |  |  |
| 25                | Ketika menghadapi sebuah tekanan terkadang saya merasa bicara saya agak gagap karena sulit untuk berbicara                              |  |  |  |  |  |
| 26                | Tubuh saya seringkali merasa gemetar ketika menghadapi masalah  |  |  |  |  |  |
| 27                | Seringkali saya bergerak dengan cepat tanpa kontrol ketika merasa tertekan dan stress   |  |  |  |  |  |
| 28                | Saya sering merasa kelelahan yang luar biasa ketika menghadapi masalah, padahal apa yang saya kerjakan hanya hal yang mudah dikerjakan. |  |  |  |  |  |
| 29                | Saya sering mengalami gangguan pencernaan   |  |  |  |  |  |
| 30                | Saya sering merasa susah untuk bernapas bila sedang menghadapi masalah  |  |  |  |  |  |
| 31                | Saya sering merasakan punggung saya menjadi sakit sekali  |  |  |  |  |  |
| 32                | Ketika saya merasa stress saya sering merasakan sakit dan alergi pada kulit saya  |  |  |  |  |  |
| 33                | Ketika merasa stress kepala saya sering sakit   |  |  |  |  |  |

|                  |   |  |  |  |  |  |
|------------------|---|--|--|--|--|--|
| 34               | Saya sering merasa sakit pada radang sendi saya   |  |  |  |  |  |
| 35               | Saya sering demam ketika stress   |  |  |  |  |  |
| 36               | Ketika mendapat masalah dan merasa stress berat badan saya berkurang  |  |  |  |  |  |
| 37               | Ketika mendapat masalah dan merasa stress berat badan saya bertambah  |  |  |  |  |  |
| 38               | Ketika mendapat masalah saya sering merasa sulit tidur  |  |  |  |  |  |
| 39               | Seringkali ketika mendapat masalah dan merasa stress saya banyak tidur  |  |  |  |  |  |
| <b>emosional</b> |   |  |  |  |  |  |
| 40               | Saya sering merasa takut jika mendapatkan nilai jelek ketika ulangan  |  |  |  |  |  |
| 41               | Ketika mendapat masalah hal yang pertama saya lakukan adalah marah  |  |  |  |  |  |
| 42               | Saya sering merasa bersalah jika saya mengecewakan seseorang  |  |  |  |  |  |
| 43               | Saya sering merasa berduka ketika saya mendapatkan hal yang tidak sesuai dengan yang saya harapkan            |  |  |  |  |  |
| <b>perilaku</b>  |   |  |  |  |  |  |
| 44               | Saya sering menangis ketika merasa stress   |  |  |  |  |  |
| 45               | Ketika saya mendapatkan masalah saya lebih memilih menyakiti orang lain dari pada menyakiti diri saya sendiri |  |  |  |  |  |
| 46               | Ketika saya mendapatkan masalah saya selalu   |  |  |  |  |  |

|                           |  |  |  |  |  |  |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|
|                           | melakukan hal yang menyakiti diri saya sendiri. (contohnya memukul- mukul tembok sampai tangan berdarah)                   |  |  |  |  |  |
| 47                        | Ketika saya merasa stress hal yang saya lakukan adalah merokok secara berlebihan, karena dapat mengurangi rasa stress saya |  |  |  |  |  |
| 48                        | Saya seringkali cepat marah terhadap orang lain ketika saya mendapatkan masalah yang membuat saya stress.                  |  |  |  |  |  |
| 49                        | Saya selalu mempertahankan pendapat saya walaupun itu salah dan saya tidak mau untuk menarik kata-kata yang saya ucapkan.  |  |  |  |  |  |
| 50                        | Ketika saya menghadapi masalah yang sulit, seringkali saya ingin berusaha untuk bunuh diri                                 |  |  |  |  |  |
| 51                        | Saya lebih suka menyendiri ketika merasa stress  |  |  |  |  |  |
| <b>penilaian kognitif</b> |  |  |  |  |  |  |
| 52                        | Saya selalu menganalisis bagaimana situasi sekitar ketika saya mendapati sesuatu masalah.                                  |  |  |  |  |  |
| 53                        | Saya selalu mempunyai strategi yang tepat ketika masalah saya selalu menekan saya  |  |  |  |  |  |
| 54                        | Saya selalu membuat keputusan tanpa memikirkan dampak yang akan terjadi pada saya.   |  |  |  |  |  |
|                           | <b>Skor</b>  |  |  |  |  |  |

Lampiran 4

Surat Studi Pendahuluan

 **INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS  
WIYATA HUSADA SAMARINDA**   
Mulia Melalui Ilmu


Nomor : 340 /ITKES-WHS/LT/2021 3 Maret 2021  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Studi Pendahuluan dan Pengambilan data

Kepada Yth.  
Kepala Panti Asuhan Al- Walidaturrahmah  
di -  
Tempat

**Dengan hormat,**  
Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah- Nya kepada kita semua.  
Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/ibu agar dapat memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan studi pendahuluan dan pengambilan data di tempat yang Bapak/ibu pimpin.  
Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan tersebut adalah :



Nama : QANITAH FIANA ANDJANI  
NIM : 1711411401  
Semester : VIII  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Judul Penelitian : **Gambaran tingkat stres pada anak yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring**

Kami tidak akan menginformasikan/ menyebarkan data yang kami peroleh tanpa seijin pihak rumah sakit/ Puskesmas/Instansi bapak/ibu.  
Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Rektor I,  
  
**Andra Sulistyorini, S.ST., M.Keb**  
NIP. 114104.87.13.07

Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda

JL.KADRIE OENING NO.77 SAMARINDA, KALIMANTAN TIMUR, 75124

 Izin Menristekdikti RI Nomor : 1040/KPT/I/2019  @itkeswhs

Lampiran 5

Surat Permohonan Ijin Penelitian



INSTITUT TEKNOLOGI KESEHATAN DAN SAINS  
WIYATA HUSADA SAMARINDA



Nomor : 1296.3/ITKES-WHS/LT/2021  
Lampiran : -  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

13 Agustus 2021

Kepada Yth.  
**Kepala Panti Asuhan Ruhama Samarinda**  
di -  
Tempat

**Dengan hormat,**

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah- Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami **mohon** kepada Bapak/ibu agar dapat memberikan ijin kepada mahasiswa kami untuk melakukan Penelitian di tempat yang Bapak/ibu pimpin.

Adapun mahasiswa yang melakukan kegiatan tersebut adalah :

Nama : **QANITAH FIANA ANDJANI**  
NIM : 1711411401  
Semester : VIII  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Judul Penelitian : **Gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan**

Kami tidak akan menginformasikan/menyebarkan data yang kami peroleh tanpa seijin pihak rumah sakit/Puskesmas/Instansi bapak/ibu.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya kami mengucapkan terima kasih.

Wakil Rektor I,



**Chandra Sulistyorini, S.ST., M.Keb**  
NIK. 114104.8213.075

Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda



Lampiran 6

Dokumentasi





Lampiran 8

Nilai Hasil SPSS

**Explore**

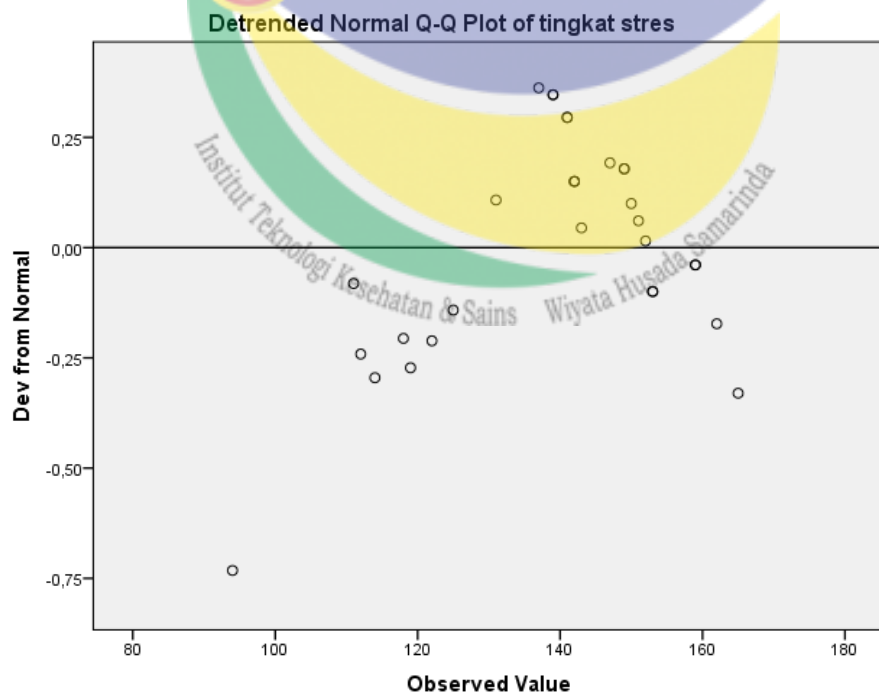
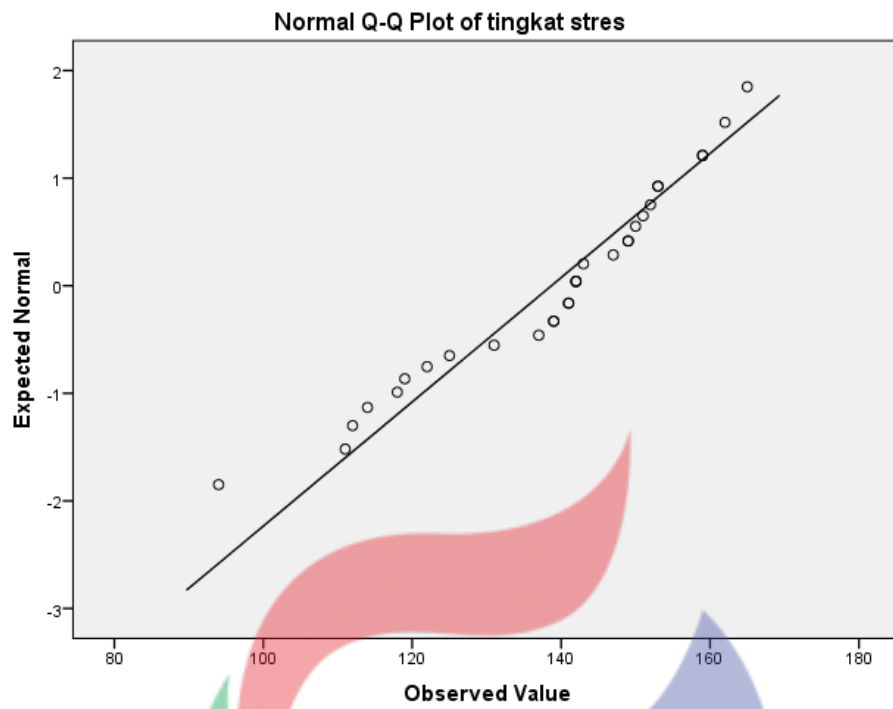
**Case Processing Summary**

|               | Cases |         |         |         |       |         |
|---------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
|               | Valid |         | Missing |         | Total |         |
|               | N     | Percent | N       | Percent | N     | Percent |
| tingkat stres | 30    | 100,0%  | 0       | 0,0%    | 30    | 100,0%  |

**Descriptives**

|               |                                  | Statistic   | Std. Error |  |
|---------------|----------------------------------|-------------|------------|--|
| tingkat stres | Mean                             | 138,70      | 3,162      |  |
|               | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound | 132,23     |  |
|               |                                  | Upper Bound | 145,17     |  |
|               | 5% Trimmed Mean                  | 139,46      |            |  |
|               | Median                           | 142,00      |            |  |
|               | Variance                         | 300,010     |            |  |
|               | Std. Deviation                   | 17,321      |            |  |
|               | Minimum                          | 94          |            |  |
|               | Maximum                          | 165         |            |  |
|               | Range                            | 71          |            |  |
|               | Interquartile Range              | 27          |            |  |
|               | Skewness                         | -,760       | ,427       |  |
|               | Kurtosis                         | ,059        | ,833       |  |

## tingkat stres



## Frequencies

|                        |         | Statistics    |       |               |
|------------------------|---------|---------------|-------|---------------|
|                        |         | jenis kelamin | umur  | tingkat stres |
| N                      | Valid   | 30            | 30    | 30            |
|                        | Missing | 0             | 0     | 0             |
| Mean                   |         |               | 16,83 | 138,70        |
| Std. Error of Mean     |         |               | ,160  | 3,162         |
| Median                 |         |               | 17,00 | 142,00        |
| Mode                   |         |               | 16    | 142           |
| Std. Deviation         |         |               | ,874  | 17,321        |
| Variance               |         |               | ,764  | 300,010       |
| Skewness               |         |               | ,676  | -,760         |
| Std. Error of Skewness |         |               | ,427  | ,427          |
| Kurtosis               |         |               | -,474 | ,059          |
| Std. Error of Kurtosis |         |               | ,833  | ,833          |
| Range                  |         |               | 3     | 71            |
| Minimum                |         |               | 16    | 94            |
| Maximum                |         |               | 19    | 165           |
| Sum                    |         |               | 505   | 4161          |

## Frequency Table

|       |   | jenis kelamin |         |               |                    |
|-------|---|---------------|---------|---------------|--------------------|
|       |   | Frequency     | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | L | 17            | 56,7    | 56,7          | 56,7               |
|       | P | 13            | 43,3    | 43,3          | 100,0              |
| Total |   | 30            | 100,0   | 100,0         |                    |

|       |       | umur      |         |               |                    |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
|       |       | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | 16    | 13        | 43,3    | 43,3          | 43,3               |
|       | 17    | 10        | 33,3    | 33,3          | 76,7               |
|       | 18    | 6         | 20,0    | 20,0          | 96,7               |
|       | 19    | 1         | 3,3     | 3,3           | 100,0              |
|       | Total | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

data responden

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

data responden

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 18        | 60,0    | 60,0          | 60,0               |
|       | berat  | 12        | 40,0    | 40,0          | 100,0              |
| Total |        | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

frustasi\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

frustasi\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | ringan | 2         | 6,7     | 6,7           | 6,7                |
|       | sedang | 16        | 53,3    | 53,3          | 60,0               |
|       | berat  | 12        | 40,0    | 40,0          | 100,0              |
| Total |        | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

konflik\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

konflik\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 13        | 43,3    | 43,3          | 43,3               |
|       | berat  | 17        | 56,7    | 56,7          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

tekanan\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

tekanan\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | ringan | 1         | 3,3     | 3,3           | 3,3                |
|       | sedang | 15        | 50,0    | 50,0          | 53,3               |
|       | berat  | 14        | 46,7    | 46,7          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

perubahan\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

perubahan\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 20        | 66,7    | 66,7          | 66,7               |
|       | berat  | 10        | 33,3    | 33,3          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

SI\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

SI\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | ringan | 1         | 3,3     | 3,3           | 3,3                |
|       | sedang | 17        | 56,7    | 56,7          | 60,0               |
|       | berat  | 12        | 40,0    | 40,0          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

fisiologi\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

fisiologi\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 19        | 63,3    | 63,3          | 63,3               |
|       | berat  | 11        | 36,7    | 36,7          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

emosional\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

emosional\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 5         | 16,7    | 16,7          | 16,7               |
|       | berat  | 25        | 83,3    | 83,3          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

perilaku\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

perilaku\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | ringan | 3         | 10,0    | 10,0          | 10,0               |
|       | sedang | 26        | 86,7    | 86,7          | 96,7               |
|       | berat  | 1         | 3,3     | 3,3           | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## Frequencies

### Statistics

PK\_cod

|   |         |    |
|---|---------|----|
| N | Valid   | 30 |
|   | Missing | 0  |

PK\_cod

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | sedang | 11        | 36,7    | 36,7          | 36,7               |
|       | berat  | 19        | 63,3    | 63,3          | 100,0              |
|       | Total  | 30        | 100,0   | 100,0         |                    |

## GAMBARAN TINGKAT STRESS PADA REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN SELAMA PEMBELAJARAN DARING

Qanitah Fiana Andjani<sup>1</sup>, Siti Kholifah<sup>2</sup>, Aries Abiyoga<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, ITKes Wiyata Husada Samarinda  
[qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id](mailto:qanitahfianaandjani401@student.stikeswhs.ac.id)<sup>1</sup>

Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, ITKes Wiyata Husada Samarinda  
[sitikholidah@itkeswhs.ac.id](mailto:sitikholidah@itkeswhs.ac.id)<sup>2</sup>, [ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id](mailto:ariesabiyoga@itkeswhs.ac.id)<sup>3</sup>

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Salah satu faktor penyebab tingkat stress remaja saat ini terjadi karena mereka mengalami kesulitan ketika harus belajar di rumah akibat pandemi. Stres akademik pada siswa akan muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, tugas yang tidak sesuai dengan kemampuan siswa, serta masalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran. Adanya kehadiran orangtua dan penerimaan dari keluarga dapat membuat remaja merasa diinginkan, dicintai dan dihargai sehingga remaja tersebut dapat menghargai dirinya sendiri. Semua hal tersebut berlaku sama bagi setiap remaja, termasuk bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan bisa dikatakan kurang beruntung karena tidak memiliki kesempatan penuh untuk merasakan kasih sayang dari orangtuanya. Pada fase ini remaja merasa ingin mengenal siapa dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan teman/orang lain yg berada di lingkungannya, jika pada fase ini remaja tidak mendapatkan bimbingan yang baik, maka akan cenderung sulit dalam beradaptasi dengan kehidupan sekitarnya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring. **Metode :** Penelitian ini berjenis *Kuantitatif* dengan rancangan penelitian *Deskriptif* dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Dengan teknik *Total Sampling* dari 30 responden. **Hasil :** Didapatkan data bahwa tingkat stress dengan kategori stress sedang 17 responden (56,%) dan tingkat stress berat 13 responden (43,3%). **Kesimpulan :** Remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. **Saran :** Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan agar semakin bisa memahami bagaimana gambaran tingkat stress pada remaja sehingga lebih aware dengan kondisi/perasaan yang sedang dirasakan.

**Kata Kunci :** Tingkat Stress, Remaja, Panti Asuhan, Pembelajaran Daring.

### ABSTRACT

**Background:** One of the issues contributing to today's high stress levels among youngsters is their inability to study at home owing to the epidemic. Students will experience academic stress as their expectations for academic accomplishment rise, as assignments are not tailored to their talents, as well as problems with peers and boredom with lessons. Parents' presence and family approval can make teenagers feel wanted, loved, and respected, allowing them to respect themselves. All of these things apply equally to every teenager, including teenagers who live in orphanages. Teenagers who live in orphanages can be said to be less fortunate because they do not have full opportunities to feel the love of their parents. In this phase, adolescents feel like getting to know who they are by comparing themselves with friends/others in their environment, if at this stage they do not get good guidance, they will tend to find it difficult to

adapt to their surrounding life. **Objective:** The goal of this study is to determine the level of stress experienced by orphaned teenagers while learning online. **Methods:** This is a *quantitative* study with a *cross-sectional* method and a *descriptive* research design. With a total of 30 respondents, a *total sampling* technique was used. **Results:** The data showed that the stress level with moderate stress category was 17 respondents (56%) and severe stress level was 13 respondents (43.3%). **Conclusion:** The COVID-19 pandemic caused stress in 30 orphanage responders during the online learning session. **Suggestion:** The findings of this study should be used to better understand the description of stress levels in adolescents so that they are more aware of the conditions/feelings that they are experiencing.

**Keywords:** Stress Levels, Adolescents, Orphanages, Online Learning.



## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari anak-anak menuju meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, Elizabeth. B. 1999). Salah satu karakteristik remaja terlihat dari memilih pergaulan yang cenderung lebih bebas tanpa terbelenggu aturan sekolah. Sehingga tidak heran jika remaja akan memilih untuk berbenturan dengan aturan sekolah daripada dianggap aneh oleh teman-teman sebayanya (Krisnaningrum, Iva., Masrukhi., Hamdan Tri Atmaja. 2017).

Ananda dan Apsari (2020) mengatakan bahwa salah satu faktor penyebab tingkat stress anak remaja saat ini terjadi karena mereka mengalami kesulitan ketika harus belajar di rumah akibat pandemi. Sokolova *et al.* (2014) menyatakan peran orangtua sangat penting dalam perubahan yang dialami remaja. Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia yang dinyatakan oleh Retno Listiyarti (2020) selaku komisioner banyak siswa mengalami stress karena berbagai masalah yang muncul selama mengikuti belajar jarak jauh atau belajar online yang dilakukan selama pandemi COVID-19, antara lain banyak anak tidak bisa mengakses Pembelajaran Jarak Jauh secara daring, sehingga banyak dari mereka yang tidak naik kelas sampai harus putus sekolah, stress pada siswa dapat disebabkan oleh tuntutan akademik yang membebani siswa selama pandemi, kurangnya hasil evaluasi belajar, banyaknya pekerjaan rumah, dan pengaruh lingkungan.

Stres akademik merupakan suatu kondisi yang meliputi gangguan fisik, mental atau emosional yang disebabkan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dengan potensi yang dimiliki siswa sehingga mereka semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan tuntutan di sekolah. Stres akademik pada siswa akan muncul ketika harapan untuk pencapaian prestasi akademik meningkat, tugas

yang tidak sesuai dengan kemampuan siswa, serta masalah dengan teman dan bosan dengan pelajaran (Riyadi, 2018 disitasi oleh Tri Natalia P, 2020).

Kebijakan pemerintah Indonesia dalam menyikapi wabah ini adalah dengan memberlakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) untuk memutus mata rantai penyebaran virus. Kebijakan ini berdampak besar pada pendidikan di Indonesia, khususnya dalam proses pembelajaran bagi siswa sekolah. Penerapan social distancing akan terus dilakukan hingga kondisi dinyatakan kondusif. (Sun *et al.* 2020).

Pengajar selaku elemen utama dalam pendidikan formal dipacu untuk beradaptasi dengan pelaksanaan pembelajaran yg semula menggunakan metode tatap muka konvensional & beralih ke pembelajaran daring. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) banyak menerima keluhan yang mengeluhkan anak menjadi tertekan dan kelelahan lantaran beban tugas. "Pengadu dari Jakarta menceritakan jika gurunya menaruh tugas menciptakan film pendek dengan ketika hanya 2 hari & harus di-upload dengan minimal mendapatkan 200 like. Membuat film sampai proses edit tidak mungkin dua hari, apalagi menggunakan syarat guru bidang studi lain juga menaruh aneka macam tugas yg bahkan wajib diselesaikan hari itu pula," Komisioner KPAI Bidang Pendidikan Retno Listiyarti menyebutkan via keterangan tertulis (Tirto.Id, 2020)

Remaja yang tidak mendapat perhatian dan bimbingan yang cukup kemungkinan akan merasa kurang dalam mendapatkan kasih sayang. Adanya kehadiran orangtua dan penerimaan dari keluarga dapat membuat remaja merasa diinginkan, dicintai dan dihargai sehingga remaja tersebut dapat menghargai dirinya sendiri. Semua hal tersebut berlaku sama bagi setiap remaja, termasuk bagi remaja yang tinggal di panti asuhan (Resty, 2015). Remaja yang tinggal di panti asuhan bisa dikatakan kurang beruntung karena

tidak memiliki kesempatan penuh untuk merasakan kasih sayang dari orangtuanya (Ali & Asrori, 2014).

Remaja yang tinggal di panti asuhan membutuhkan figur orangtua yang dapat memberikan rasa aman, kasih sayang, dan bimbingan. Panti asuhan memberikan tempat tinggal serta pengasuh berperan sebagai orang yang menggantikan sosok orangtua yang pada dasarnya harus membagi perhatian dan perlindungan pada banyak anak yang ada dalam panti tersebut (Resty, 2015). Pada fase ini remaja merasa ingin mengenal siapa dirinya dengan cara membandingkan dirinya dengan teman/orang lain yg berada di lingkungannya, jika pada fase ini siswa tidak mendapatkan bimbingan yang baik, maka anak akan cenderung sulit dalam beradaptasi dengan kehidupan sekitarnya.

Berangkat dari hal tersebut, peneliti berupaya mencari perbedaan kondisi yang dialami oleh anak remaja yang tinggal di panti asuhan dengan anak remaja yang tinggal di lingkungan keluarganya menggunakan studi pendahuluan wawancara dengan 5 anak remaja Panti Asuhan Aisyiyah Al-Walidaturrahmah dan 5 anak remaja yang tinggal di lingkungan keluarga di Jalan Ramania Voorvo RT 45. Dari studi pendahuluan wawancara tersebut peneliti mendapatkan hasil bahwa remaja yang tinggal bersama orang tua mengatakan tidak terlalu terbebani karena mendapat bantuan dalam mengerjakan tugas dari orang tua terutama ibunya dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberi sekolah, melainkan yang terbebani ialah ibunya karena harus ikut mempelajari pelajaran anaknya untuk membantu menyelesaikan tugas-tugasnya.

Sedangkan pada remaja yang tinggal di panti asuhan merasa terbebani dan sering kali mengeluh capek dengan pembelajaran daring karena selalu diberi tugas tanpa dijelaskan terlebih dahulu oleh gurunya. Mereka juga menambahkan bahwa tugas yang diberikan terlalu banyak tanpa adanya

penjelasan terlebih dahulu dari guru, terlebih lagi mereka tinggal di panti asuhan sehingga kurang mendapatkan bimbingan yang cukup dari ibu pengasuh secara intensif karena harus membagi waktu untuk adik-adik mereka lainnya yang lebih membutuhkan bimbingan belajar dalam pembelajaran daring saat ini. Oleh sebab itu, dibutuhkan penyesuaian diri yang lebih pada diri remaja yang tinggal di panti asuhan untuk menghadapi situasi baru pada pembelajaran daring saat ini.

Berdasarkan fenomena-fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tingkat stess pada remaja di panti asuhan dengan judul **Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Selama Pembelajaran Daring.**

## METODE

Penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif dengan metode penelitian *cross sectional*. Metode penelitian *cross sectional* adalah metode penelitian dalam satu waktu tanpa menghubungkan dengan kejadian dimasa lampau atau pun masa akan datang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

**Tabel 1 distribusi frekuensi tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring**

| Kategori     | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| Sedang       | 18            | 60,0           |
| Berat        | 12            | 40,0           |
| <b>Total</b> | <b>30</b>     | <b>100,0</b>   |

Hasil dari tabel data diatas menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan, hanya

ada sedikit perbedaan antara kedua kategori.

**Tabel 2** distribusi frekuensi berdasarkan domain kusioner tingkat stress (*Student Life Stress Inventory*) pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

| No           | Kategori                   | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|--------------|----------------------------|---------------|----------------|
| <b>1</b>     | <b><i>Frustrasi</i></b>    |               |                |
|              | Ringan                     | 2             | 6,7            |
|              | Sedang                     | 16            | 53,3           |
|              | Berat                      | 12            | 40,0           |
| <b>Total</b> |                            | <b>30</b>     | <b>100,0</b>   |
| <b>2</b>     | <b><i>Konflik</i></b>      |               |                |
|              | Sedang                     | 13            | 43,3           |
|              | Berat                      | 17            | 56,7           |
|              | <b>Total</b>               |               | <b>30</b>      |
| <b>3</b>     | <b><i>Tekanan</i></b>      |               |                |
|              | Ringan                     | 1             | 3,3            |
|              | Sedang                     | 15            | 50,0           |
|              | Berat                      | 14            | 46,7           |
| <b>Total</b> |                            | <b>30</b>     | <b>100,0</b>   |
| <b>4</b>     | <b><i>Perubahan</i></b>    |               |                |
|              | Sedang                     | 20            | 66,7           |
|              | Berat                      | 10            | 33,3           |
|              | <b>Total</b>               |               | <b>30</b>      |
| <b>5</b>     | <b><i>Self-imposed</i></b> |               |                |
|              | Ringan                     | 1             | 3,3            |

|                                    |    |           |
|------------------------------------|----|-----------|
| Sedang                             | 17 | 56,7      |
| Berat                              | 12 | 40,0      |
| <b>Total</b>                       |    | <b>30</b> |
| <b>6 <i>Fisiologi</i></b>          |    |           |
| Sedang                             | 19 | 63,3      |
| Berat                              | 11 | 36,7      |
| <b>Total</b>                       |    | <b>30</b> |
| <b>7 <i>Emosional</i></b>          |    |           |
| Sedang                             | 5  | 16,7      |
| Berat                              | 25 | 83,3      |
| <b>Total</b>                       |    | <b>30</b> |
| <b>8 <i>Perilaku</i></b>           |    |           |
| Ringan                             | 3  | 10,0      |
| Sedang                             | 26 | 86,7      |
| Berat                              | 1  | 3,3       |
| <b>Total</b>                       |    | <b>30</b> |
| <b>9 <i>Penilaian Kognitif</i></b> |    |           |
| Sedang                             | 11 | 36,7      |
| Berat                              | 19 | 63,3      |
| <b>Total</b>                       |    | <b>30</b> |

Hasil dari tabel data diatas menunjukkan frekuensi tingkat stress terbesar ada pada kategorik perilaku dimana hasil frekuensi tingkat stress berat 26 dan presentasinya (86,7%).

## PEMBAHASAN

## 1. Tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan

Pada table 1 hasil penelitian pada variabel gambaran tingkat stress pada remaja selama pembelajaran daring menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan dimana hasil dari tingkat stress kategori sedang ada sebanyak 60,0% dan dari kategori berat 40,0%. Berdasarkan hasil dari penelitian yang ditemukan oleh peneliti didapatkan bahwa remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. Dimana remaja yang kesehariannya hidup produktif dengan kegiatan, sekarang hanya dapat berdiam diri dirumah dikarenakan masa karantina yang mengharuskan tetap berada dirumah.

Saat keadaan normal untuk menghilangkan kepenatan, remaja biasa pergi rekreasi bersama teman sebayanya dan menikmati waktu diluar rumah, tetapi dengan kondisi sekarang kegiatan tersebut terhambat sampai waktu yang belum di tentukan. Hal tersebut jelas menyebabkan remaja memiliki kecenderungan menjadi cemas dan tertekan. (Cahyanthi, et.al 2021).

Sarafino (2008 dikutip Legiran, 2015) mengungkapkan stress suatu kondisi yang disebabkan interaksi individu dengan lingkungan, yang dapat menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi dan bersumber pada sistem biologis, psikologis, sosial dari diri seseorang. Stress bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan dan gangguan yang tidak menyenangkan yang dapat berasal dari luar diri seseorang.

Hasil penelitian dari Nocentini dkk (2021) dengan judul reaksi stres remaja menanggapi pandemi COVID-19 di puncak wabah di italia sejalan dengan penelitian ini yang menunjukkan hasil bahwa 1.529 remaja mewakili 28,9% dari semua responden, melaporkan tingkat stress sedang hingga sangat tinggi terhadap pandemi COVID-19. Nocentini dkk (2021) menyebutkan

bahwa secara keseluruhan, respons stres di kalangan remaja Italia dalam menanggapi pandemi COVID-19 selama puncak pandemi tampaknya cukup besar. Secara khusus, selama usia perkembangan ini, kriteria kontinuitas / diskontinuitas reaksi stres dari waktu ke waktu dan tingkat keparahannya sangat penting untuk implikasinya terhadap kesehatan mental remaja.

Hasil penelitian Nasrudin, dkk (2020) dengan judul dampak isolasi sosial selama pandemi covid-19 terhadap remaja: aktivitas, emosional, stress-adaptasi dan strategi koping remaja selama pandemi covid-19 di Indonesia mengatakan bahwa hasil penelitian menggambarkan perasaan pada remaja karena wabah Covid-19. Mulai dari perasaan cemas, marah, takut, senang, sedih, kacau, sendirian, hilang harapan, tenang, dihargai kategori sedang. Remaja belum bisa memahami mengungkapkan apa yang mereka rasakan, kadang mereka bahkan tidak sadar kalau yang dialaminya adalah stress.

Nasrudin, dkk (2020) menyebutkan bahwa stres yang dialami remaja akibat wabah covid-19 dipengaruhi oleh beberapa faktor. Beberapa hal yang menyebabkan remaja stres adalah ketidakpastian masa depan, perubahan aktivitas sehari-hari, kekhawatiran anggota keluarga yang terinfeksi Covid19. Misalnya, khawatir saat keluar rumah, bosan saat melakukan sesuatu, social distancing, dan kesulitan memahami materi pembelajaran online.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mendapatkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kebiasaan melakukan aktivitas diluar panti hanya untuk pergi ke sekolah dan sesekali berekreasi bersama teman satu panti. Sekarang, di saat pandemi seperti ini terlebih lagi di masa PPKM sekolah dan aktivitas anak panti pun di batasi dan membuat anak-anak panti pun melakukan aktivitas kesehariannya hanya di panti.

Aktivitas sehari-hari hanya berada di panti membuat anak panti pun

bisa merasa bosan dan bisa mengakibatkan stress, belum lagi normalnya anak remaja panti sering mendapatkan perintah dari pengasuh panti untuk membantu pengasuh mengasuh adik-adik mereka dan juga membersihkan panti sepulang sekolah tetapi untuk sekarang karena dari memulai hari di panti asuhan hanya berada di panti asuhan jadi mereka melakukan dua pekerjaan sekaligus yaitu sekolah daring dan membantu pengasuh panti di panti asuhan.

Sekolah daring atau pembelajaran daring ialah salah satu alasan remaja panti merasa stress, dari hasil penelitian remaja menyebutkan bahwa mereka kesusahan akibat alat elektronik/handphone yang terbatas. Mereka memiliki fasilitas alat elektronik/handphone yang terbilang terbatas untuk dipakai oleh semua anak yang menjalani pembelajaran daring di panti tersebut.

Selain masalah keterbatasan fasilitas alat elektronik/handphone mereka juga kesusahan jika dikasih tugas yang bertumpuk dengan tenggat waktu pengumpulan tugas yang berdekatan, mereka kesusahan karena tidak diberi penjelasan terlebih dahulu terkait tugas tersebut dan juga karena keterbatasan fasilitas selalu bergantian handphone dengan anak panti lainnya yang membuat sering telat untuk mengirimkan tugas.

Jika telat mengirimkan tugas, itu membuat remaja merasa takut akan nilai akhir semester mereka yang menjadi penentu bisa lanjut kelas atau tinggal kelas, dan akhirnya membuat remaja tersebut mengalami stress karena takut jika mereka gagal dan tidak naik kelas.

## 2. Gambaran Tingkat Stress berdasarkan indikator SLSI (*Student Life Stress Inventory*)

a. Gambaran tingkat stress pada kategori *frustasi* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *frustasi* kategori stress sedang 53,3% dimana individu kurang bisa mengekspresikan perasaan yang sedang di alaminya.

Frustrasi secara umum adalah keadaan emosional yang disebabkan oleh kegagalan mencapai kepuasan atau suatu tujuan karena adanya hambatan atau hambatan dalam usaha mencapai kepuasan atau tujuan tersebut (Sarwono, 2010). Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja bisa frustrasi karena kurang bisa mengekspresikan perasaan yang sedang dirasakan.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja panti asuhan mengalami stres dengan kategori frustrasi dikarenakan remaja merasa kurang bisa mengekspresikan perasaan sehingga remaja merasa tertekan dan frustrasi saat sedang menghadapi suatu masalah/kesulitan.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa frustrasi akibat kebingungan ketika mereka tidak mendapatkan arahan dari tugas yang diberikan dan membuat nilai akhir mereka kurang memuaskan. Keadaan tersebut menyebabkan responden merasa frustrasi karena takut jika tidak naik kelas.

b. Gambaran tingkat stress pada kategori *konflik* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil berat 56,7% dimana individu tidak bisa mengambil keputusan yang tepat jika dihadapkan dengan pilihan.

Mullins dalam Wijono 2010 menjelaskan bahwa, Konflik adalah

suatu kondisi ketidaksesuaian dengan tujuan dan munculnya berbagai perilaku yang saling bertentangan, baik oleh individu, kelompok atau organisasi. Jika di lihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasakan suatu konflik dalam dirinya karena ketika dihadapkan dengan pilihan remaja kurang bisa memilih keputusan akhir yang baik menurut mereka.

Berdasarkan fakta dan teori di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti asuhan mengalami stress dengan kategori konflik dikarenakan mereka sering merasa bingung untuk mengambil keputusan/tindakan apa yang baik dalam hal baik maupun hal buruk bagi mereka.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa muncul adanya konflik di dirinya ketika mereka sedang mengerjakan ujian semester, responden mengatakan walaupun mereka belajar sebelum waktu ujian tetapi pada saat berhadapan dengan soal ujian mereka sering ragu dengan jawaban yang mereka pilih karena terlalu tegang dan membuat mereka tidak bisa berpikir jernih.

Ditambah dengan fasilitas alat elektronik/handphone di panti yang sangat terbatas, yang membuat mereka sering mengalami bentrok pada jadwal sekolah. Jadi, responden merasa sedikit terbebani di posisi waktu yang terbatas dan juga di posisi harus menjawab soal ujian dengan keadaan tenang.

- c. Gambaran tingkat stress pada kategori *tekanan* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *tekanan* menunjukan hasil sedang 50,0% dimana individu mungkin sering mengalami banyak tekanan dalam dirinya yang membuat individu tersebut cepat merasakan lelah dan capek.

Tekanan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah keadaan tidak menyenangkan yang umumnya merupakan beban batin. Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasa tertekan bisa dikarenakan beban-beban tugas sekolah. Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti asuhan mengalami stress dengan kategori tekanan bisa dikarenakan sering merasa tertekan karena banyaknya deadline tugas membuat pekerjaan menjadi menumpuk yang menyebabkan sering merasa lelah dan capek ketika terlalu banyak melakukan aktivitas serta bisa karena memiliki masalah dengan teman sebaya sehingga membuat remaja merasa tertekan karena memiliki hubungan yang tidak baik dengan teman.

Dari hasil penelitian, remaja panti merasa tertekan akibat menumpuknya tugas dan ketika ujian sekolah dimulai, seringnya bentrok jadwal sekolah dengan temannya yang mengakibatkan bentrok antara remaja dan temannya karena saling mendahului untuk menggunakan handphone tersebut tanpa adanya yang mengalah karena saling memikirkan masalah nilai akhir masing-masing.

- d. Gambaran tingkat stress pada kategori *perubahan* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *perubahan* menunjukkan hasil sedang 66,7% dimana individu mungkin mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan sehingga individu tersebut sering merasa tujuan hidupnya terganggu dengan masalah yang dimiliki.

Jahja (2011) mengemukakan bahwa masa remaja adalah masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan fisik dan psikis yang sangat

cepat. Masa remaja sebagai masa perubahan Tingkat perubahan sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Pada masa remaja awal, ketika perubahan fisik terjadi dengan cepat, perubahan perilaku dan sikap juga terjadi dengan cepat. Sementara perubahan fisik menurun, perubahan sikap dan perilaku juga menurun ( Hurlock, E. B., dkk 1990)

Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja yang tinggal di panti mengalami stress dengan kateogori perubahan di mungkinkan dikarenakan remaja mempunyai pengalaman yang tidak menyenangkan sehingga individu tersebut sering merasa tujuan hidupnya terganggu dengan masalah yang dimiliki.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami perubahan pada psikisnya, responden mengatakan lebih sering merasa marah atas hal sepele dikarenakan lelah untuk menyelesaikan tugas yang menumpuk dengan melakukan pekerjaan di dalam panti asuhan dalam satu waktu yang membuat mereka banyak memendam perasaan negatif.

Responden jadi sering berargument dengan remaja lainnya akibat masalah sepele karena sama-sama sedang di fase lelah akibat keseharian mereka.

e. Gambaran tingkat stress pada kategori *self-imposed* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *self-imposed* menunjukkan hasil sedang 56,7% dimana mungkin individu kadang suka menyiksa diri sendiri hanya untuk di pandang dan di akui.

*Self-imposed* Secara umum, mengacu pada bagaimana seseorang

memaksakan dirinya. banyak kondisi yang dianggap remeh oleh orang dewasa berdampak negatif bagi anak, namun beberapa kondisi yang dialami sebagai stres bagi orang dewasa juga dapat dialami sebagai stres berat bagi anak-anak dan remaja. (Elia, dalam Yohanes 2020).

Berdasarkan fakta dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *self-imposed* di karenakan remaja suka berkompetisi dalam kelas sehingga membuatnya di pandang dan di akui pintar, suka mengalami kekhawatiran berlebihan yang membuatnya menginginkan *attention* lebih oleh teman temannya.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami *self-imposed* atau memaksakan diri ketika mereka sedang dalam kondisi mengikuti suatu lomba atau kompetisi di sekolahnya, seperti lomba cerdas cermat atau ketika quis. Ada perasaan dalam diri mereka yang menginginkan mereka selalu menjadi yang terdepan, perasaan seperti itu baik jika dalam komposisi yang normal, tetapi jika di atas batas normal itu juga bisa balik menjadi masalah bagi diri sendiri. Responden mengatakan jika sedang dalam kondisi mengikuti lomba cerdas cermat maupun mendapatkan quis dadakan mereka sering mengalami jantung berdebar, tangan tremor, dan kelelahan.

f. Gambaran tingkat stress pada kategori *fisiologis* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *fisiologis* menunjukkan hasil sedang 63,3% dimana ketika stress individu kadang suka merasa mengalami badan gemetar, sulit bernafas, sakit kepala, dan demam.

Menurut Robbins & Judge (2008) mengatakan, stres menampakkan diri dengan berbagai cara. Jika dilihat dari sudut pandang fisiologi stres dapat menciptakan perubahan dalam metabolisme, meningkatkan detak jantung, dan tarikan nafas, menaikkan tekanan darah, menimbulkan sakit kepala. Dalam perkembangan di usia remaja penyebab remaja mengalami stress fisiologi bisa dikarenakan stress akademik dan lingkungan sosial.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *fisiologi* bisa di karenakan remaja sulit mengontrol diri ketika sedang stress sehingga mengalami gejala-gejala stress fisiologi, contoh: gemetar, sulit bernafas, sakit kepala, demam dan mengalami *insomnia* atau sulit tidur.

Dari hasil penelitian, domain kategori *fisiologis* dan kategori *self-imposed* cukup berkaitan dikarenakan hal-hal yang memicu stres mengeluarkan gejala ada disebutkan didalam kategori *self-imposed* yaitu ketika mereka sedang dalam posisi tegang bercampur dengan perasaan keinginan selalu menjadi yang terdepan responden mengeluarkan gejala-gejala stress seperti jantung berdebar, tangan tremor dan kelelahan.

g. Gambaran tingkat stress pada kategori *emosional* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *emosional* menunjukkan hasil berat 83,3% dimana individu sering merasa sedih, marah, takut ketika stress atau mendapat masalah.

Santrock (2011) menyatakan bahwa perubahan biologis yang terjadi pada masa remaja adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual yang ditandai

dengan pubertas. Wong et al. (2008) mengatakan bahwa status emosional remaja masih terlihat belum jelas, antara perilaku yang sudah matang dengan perilaku seperti anak-anak. Akibat emosi yang mudah berubah ini, remaja sering kali dijuluki sebagai orang yang tidak stabil, tidak konsisten, dan tidak dapat diprediksi.

Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja merasakan gejala emosional ialah karena stress dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stress akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi (Sarafino, 2012).

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa di peroleh remaja panti yang mengalami stress dengan kategori *emosional* bisa di karenakan remaja sering merasa ketakutan berlebihan jika mendapatkan nilai jelek ketika ulangan dan merasa bersalah jika mengecewakan seseorang, sering marah dan termenung ketika mendapai sesuatu yang tidak sesuai dengan harapannya.

Dari hasil penelitian, domain kategori *emosional* dan kategori perubahan cukup berkaitan dikarenakan hal-hal yang memicu emosional ada disebutkan dalam kategori perubahan yaitu remaja panti mengalami perubahan pada psikisnya, responden mengatakan lebih sering merasa marah atas hal sepele dikarenakan lelah untuk menyelesaikan tugas yang menumpuk dengan melakukan pekerjaan di dalam panti asuhan dalam satu waktu yang membuat mereka banyak memendam perasaan negatif.

Responden jadi sering berargumen dengan remaja lainnya akibat masalah sepele karena sama-sama sedang di fase lelah akibat keseharian mereka.

h. Gambaran tingkat stress pada kategori *perilaku* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *perilaku* menunjukkan hasil sedang 86,7% dimana individu sering marah, menangis, dan menyendiri ketika sedang ada masalah.

Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh remaja adalah kenakalan remaja. Bidang kenakalan remaja meliputi perilaku-perilaku yang tidak dapat diterima secara sosial untuk tindak pidana. Ratnawati (2008) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan remaja menyimpang dari perilaku tersebut adalah dampak negatif dari perkembangan pesat, arus globalisasi di bidang komunikasi dan informasi, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, perubahan gaya hidup dan kurangnya perhatian orang tua, kasih sayang, bimbingan dan pengawasan.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja yang tinggal di panti yang mengalami stres dengan kategori *perilaku* bisa di karenakan ketika remaja panti sedang memiliki masalah, individu tidak mau mengalah walaupun dia sadar masalah yang terjadi adalah kesalahan dari individu tersebut, serta ketika remaja panti sedang memiliki masalah individu tersebut secara sengaja maupun tidak sengaja suka menyakiti diri sendiri/orang lain untuk kepuasan sendiri bahkan hal terburuk yang dilakukan ialah bisa melakukan percobaan bunuh diri.

Dari hasil penelitian, remaja panti mengalami perubahan perilaku akibat pembelajaran daring yang dikarenakan COVID-19 dikarenakan jadwal yang padat seperti banyak tugas, guru yang kurang dalam memberi penjelasan dalam zoom kelas, serta teman-teman yang tidak berada di panti atau yang tinggal bersama orang tuanya yang kurang membantu responden ketika sedang kebingungan terhadap tugas-tugas sekolah yang membuat

responden merasa sendiri, walaupun ada teman dalam panti asuhan responden merasa tidak ada yang membantu dan membuat mereka stress dan menangis dan muncul pikiran-pikiran negatif untuk menyakiti diri sendiri.

i. Gambaran tingkat stress pada kategori *penilaian kognitif* pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari domain kuesioner gambaran tingkat stress pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring menunjukkan hasil dengan domain *penilaian kognitif* menunjukkan hasil berat 63,3% dimana individu kurang menganalisis dan kurang mempunyai strategis yang tepat ketika sedang mendapat suatu masalah.

Menurut Lazarus (1984), reaksi kognitif terhadap stres mencakup hasil dari proses penilaian seperti keyakinan tentang bahaya atau ancaman yang terkandung dalam suatu peristiwa atau keyakinan tentang penyebabnya. Gejala stres kognitif termasuk pemikiran obsesif dan ketidakmampuan untuk berkonsentrasi. Jika dilihat dari perkembangan di usia remaja penyebab remaja mengalami hal tersebut bisa terjadi karena kurang memperoleh kasih sayang, bimbingan, dan pengawasan dari orang tua.

Berdasarkan fakta dan teori diatas, peneliti menyimpulkan bahwa diperoleh remaja yang tinggal di panti yang mengalami stres dengan kategori *penilaian kognitif* bisa di karenakan kurangnya bimbingan atau perhatian dari pengasuh panti oleh karena itu individu seringkali susah untuk menyelesaikan masalah serta seringkali salah membuat keputusan dalam menyelesaikan masalahnya.

Dari hasil penelitian, ada remaja panti yang mengalami stress karena tidak dapat menyelesaikan semua tugas-tugas sekolahnya sehingga mengalami penurunan dalam penilaian kognitif di dirinya seperti yang disebutkan dalam kategori perilaku yaitu responden

merasa sendiri dan tak ada yang membantu ketika sedang dihadapkan dengan tugas-tugas sekolah yang membuatnya bingung harus menyelesaikannya yang mana terlebih dahulu, dan ujung-ujungnya membuat terbengkalai atas tugas-tugas sekolahnya tersebut.

Adapula remaja yang mengatakan saat sedang dalam situasi banyak tugas menumpuk dan tidak ada yang membantu, mereka tetap mengerjakan walau perlahan dengan bantuan google dan teman sebayanya di panti asuhan.

Berdasarkan pemaparan hasil per-indikator kuesioner tingkat stress diatas didapatkan nilai kategori stress terberat dari jawaban rata-rata responden yaitu pada domain *perilaku*. Stress yang berkepanjangan dapat berdampak pada aspek dan sistem tubuh seseorang. Stress berdampak pada emosional, kognitif, fisiologis, dan perilaku. Dampak secara emosional meliputi cemas, depresi, tekanan fisik, dan psikologis (Perry & Potter, 2010).

Desmita (2017) menemukan bahwa stress akademik pada siswa dapat menyebabkan penurunan kinerja, perilaku maladaptif, dan masalah psikososial lainnya. Stress dapat menimbulkan dampak yang sangat luas dan berpengaruh pada banyak hal dalam kehidupan. Stress dapat menyebabkan penyakit psikis dan psikologis, masalah ditempat kerja, gangguan dalam keluarga dan kehidupan sosial, kecanduan, dan mungkin perilaku kriminal (Cooke, Baldwin & Howison, 2008). Perkembangan perilaku remaja yang kurang baik seperti lebih suka menyendiri, merasa cemas atau khawatir terhadap apapun, sering merasa tidak bahagia, tertekan atau menangis, sulit memusatkan perhatian pada apapun, sering merasa ketakutan dan mudah takut terhadap sesuatu, memiliki fokus dan perhatian yang kurang baik.

Hasil penelitian Hariani Lubis, dkk (2021) menyebutkan bahwa ciri-ciri perkembangan kognitif pada usia remaja

ditandai dengan munculnya kebingungan antara kondisi ideal dan nyata. Dengan berpikir, mereka mampu menganalisis situasi, tetapi ketika menghadapi masalah nyata, mereka harus beradaptasi untuk menghadapi perubahan yang terus berlanjut. Perubahan tersebut terkadang tidak sejalan dengan nilai individu, sehingga tidak jarang terjadi konflik dengan identitas diri yang telah terbentuk.

Pengetahuan, sikap dan kapasitas anggota keluarga untuk membentuk lingkungan keluarga yang baik dan memenuhi kebutuhan biopsikososial memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap pertumbuhan dan perkembangan individu (Selina, 2011). Penelitian Riyadi (2014) tentang risiko masalah perkembangan dan mental emosional anak di panti asuhan dibandingkan dengan orang tua kandung menunjukkan bahwa masalah perkembangan anak di panti asuhan lebih tinggi daripada orang tua kandung, anak yang tinggal dengan pengasuhan orang tua. Hasil penelitian Wahyuningrum (2013) menyebutkan bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung labil dan mudah berubah-ubah. Hal ini disebabkan karena adanya beberapa faktor perkembangan yang belum terpenuhi diantaranya adalah faktor pengasuhan.

Oktafia (2015) menyatakan sebagian besar anak yang tinggal di panti asuhan cenderung memiliki citra diri yang negatif dan berisiko lebih tinggi mengalami masalah perilaku. Penelitian lain tentang masalah perkembangan dan emosional pada anak oleh Wiguna (2012) menemukan bahwa anak yang tinggal dan oleh orang tuanya cenderung tidak menunjukkan gangguan perilaku dan emosional, anak angkat menunjukkan pertumbuhan yang terhambat, dan kemampuan linguistik dan kognitif yang relatif lebih lemah (Loman, 2009). Menurut Whetten K. et al (2009), terdapat perbedaan status perkembangan, fungsi kognitif dan emosi yang lebih baik pada anak yang

diasuh di panti asuhan dibandingkan pada anak terlantar.

## KESIMPULAN

Gambaran tingkat stress pada remaja selama pembelajaran daring menunjukkan bahwa perbedaan tidak signifikan dimana hasil dari tingkat stress kategori sedang ada sebanyak 18 responden (60,0%) dan dari kategori berat ada sebanyak 12 responden (40,0%). Berdasarkan paparan diatas disimpulkan bahwa remaja panti asuhan sebanyak 30 responden mengalami stress selama masa pembelajaran daring akibat pandemi COVID-19. Dari analisa data yang telah dilakukan maka didapatkan hasil bahwa remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami stress akibat pembelajaran daring dikarenakan terbatasnya aktivitas karena pandemi dan kurangnya rekreasi akibat PPKM yang membuat individu merasa bosan serta menumpuknya tugas-tugas di sekolah maupun di panti asuhan di tambah dengan masalah pribadi dari masing-masing individu.

## SARAN

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan lebih mendalami ilmu tentang tingkat stress agar bisa lebih mengungkapkan kondisi dan reaksi pada remaja yang tinggal di panti asuhan selama pembelajaran daring di samarinda, bisa juga pada tempat yang berbeda dalam rangka mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, S. (2020). *Manajemen Strea Dan Motivasi Belajar Siswa Pada Era Disrupsi*. Al-Idarah: Jurnal Kependidikan Islam, 10(2), 211-221.
- Alligood, Martha R. (2017) *Pakar Teori Keperawatan dan Karya Mereka*. Singapore: Elsevier.
- Ali, M. & Asrori, M. 2014. *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ananda, S. S. D., & Apsari, N. C. (2020). *Mengatasi Stress Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19 Dengan Teknik Self Talk*. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(2), 248-256.
- Apriyani, Meliya. 2021. *Gambaran Tingkat Stres Pada Remaja Selama Pandemi Covid-19*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Proses*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyani, Y. (2012). *Perkembangan dan Peran Panti Asuhan Keluarga Yatim Muhammadiyah di Bidang Pendidikan*. Tahun 1966-1984.
- Ariyani, Farida. (2012). *Stres Inoculation Training(SIT): Solusi efektif Mengelola Stres Belajar Siswa Menuju Generasi Unggul dan Berkarakter*. Universitas Negeri Makasar
- Atziza, R. (2015). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran*. *Jurnal Agromedicine*, 2(3), 317-320.
- Arti Kata – *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Online*, [online], (<https://lektur.id/arti-tekanan/>), diakses tanggal 18 September 2021).
- Azwar, Saifuddin. 2000. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Liberty.
- Bartlett, D. (1998). *Stress: Perspectives and processes*. McGraw-Hill Education (UK).

- Budiyati, G. A., & Oktavianto, E. (2020). *STRES DAN RESILIENSI REMAJA DI MASA PANDEMI COVID-19*. Husada Mahakam: Jurnal Kesehatan, 10(2), 102-109.
- Cahyanthi, N. K. A. M. P., Achjar, K. A. H., Yasa, I. D. P. G. P., & Sukarja, I. M. (2021). *Model AKSI untuk Mewujudkan Gerakan Sehat Mental dalam Mengatasi Kecemasan Remaja*. Jurnal Keperawatan, 13(1), 81-90.
- Cooke, D. J., Baldwin, P. J., & Howison, J. (2008). *Menyingkap dunia gelap penjara*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan remaja*.
- Dewe, P. J., O'Driscoll, M. P., & Cooper, C. L. (2012). *Theories of psychological stress at work*. In
- Deswanda, A. R. *Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi remaja yayanan sosial di Jakarta Selatan (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta)*.
- Diananda, A. (2019). *Psikologi remaja dan permasalahannya*. ISTGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam, 1(1), 116-133.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Gaol, N. T. L. (2016). *Teori stres: stimulus, respons, dan transaksional*. Buletin psikologi, 24(1), 1-11.
- Gadzella. 1991, *Student-life Stress inventory*. Copyright. Commerce. Texas
- Gatchel, R. J. & I. Z. Schultz, I. Z. (eds.) *Handbooks in health, work, and disability* (pp. 23-38). USA: Springer.
- Gunardi H, Hartanto F, Sutomo R. (2010). *Kuesioner Kekuatan dan Kesulitan, The Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ)*. Workshop CPD III : Update in Growth and Development – Social Pediatric Endokronology and Nutrition Metabolic. Departemen Ilmu Kesehatan Anak FK UNDIP – RSUP Dr.Karyadi : Semarang.
- Hidayat. A. Aziz Alimul. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Hurlock, Elizabeth B. *Alih bahasa Isti Widayanti dan Sudjarwo. (1999). Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B., Istiwidayanti, Sijabat, R. M., & Soedjarwo. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga, Jakarta.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2018) *Wong's nursing care of infants and children-E-book*. Elsevier Health Sciences.
- Ikatan Dokter Anak Indonesia.(2010). *Masalah Mental Emosional Remaja dalam Bunga Rampai Kesehatan Remaja*. Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia: Jakarta, hal.62-75
- Iqrima, N., & Sali, I. *Peran Pengurus Panti Asuhan dalam Menunjang Keberlanjutan Pendidikan Anak di Panti Asuhan Nurul Hamid*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa, 3(9).

- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). *Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan*. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Khoirunnisa, S., Ishartono, I., & Resnawaty, R. (2015). *Pemenuhan Kebutuhan Pendidikan Anak Asuh di Panti Sosial Asuhan Anak*. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1).
- Kozier, B. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 7. Volume 1. Jakarta: EGC.
- Krisnaningrum, I., Masrukhi, M., & Atmaja, H. T. (2017). *Perilaku Sosial Remaja Era Globalisasi di SMK Muhammadiyah Kramat, Kabupaten Tegal*. *Journal of Educational Social Studies*, 6(2), 92-98.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, USA: Springer Publishing Company
- Listyarti, R. (2020). *Siswa Belajar dari Rumah, KPAI: Anak-anak Stres Dikasih Banyak Tuga*. Jakarta: [www.news.detik.com](http://www.news.detik.com)
- Legiran, L., Azis, M. Z., & Bellinawati, N. (2015). Faktor risiko stres dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 2(2), 197-202.
- Loman MM, Wilk KL, Frenn KA, Pollak SD, Gunnar MR. (2009). *Postinstitutionalized children's development: growth, cognitive, and language outcomes*. *J Dev Behav Pediatr*. 2009;30(5):426-34
- Lyon, B. L. (2012). *Stress, coping, and health*. In Rice, H. V. (Eds.) *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice (pp.3-23)*. USA: Sage Publication, Inc
- Mulyadi, Y. B. (2020). *Penerapan Teknik Konseling Behavioral Terhadap Anak Yang Mengalami Stres Belajar*. *DUNIA ANAK: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 28-40.
- Musradinur, M. (2016). *Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi*. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 183-200.
- Nasrudin, N., Kusmaningrum, U. A., & Prihaninuk, D. (2020). *Dampak Isolasi Selama Pandemi Covid-19 Terhadap Remaja: Aktivitas, Emosional, Stres-Adaptasi dan Strategi Koping Remaja Selama Pandemi Covid-19 di Indonesia*. *Jurnal EDUNursing*, 4(2). 110-121.
- Ningrum, N. A. (2012). *Hubungan antara coping strategy dengan kenakalan pada remaja awal*. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 7(1).
- Notoatmojdo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan: Rineka Cipta*
- Nursalam, (2011). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta.

- Oktafia.(2015). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perkembangan Konsep Diri Remaja di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi*. Jurnal Keperawatan Universitas Andalas.
- Palupi, T. N. (2020). *Tingkat Stres Pada Siswa-Siswi Sekolah Dasar dalam Menjalankan Proses Belajar di Rumah Selama Pandemi Covid-19*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM, 9(2), 18-19.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2011). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*, Edisi kesembilan, cetakan Ke-2. Jakarta: Kencana: McGraw Hill Companies.
- Pratama, S., & Sulaeman, A. (2016). *Peran panti asuhan mandhanisivi pku muhammadiyah purbalingga dalam pembentukan akhlakul karimah anak asuh*. Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam, 14-25.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010b). *Fundamental Keperawatan*. Vol.2. (Ed.7). Jakarta: Salemba Medika.
- Qamarina, N. (2017). *Peranan Panti Asuhan Dalam Melaksanakan Fungsi Pengganti Keluarga Anak Asuh di UPDT Panti Sosial Asuhan Anak Harapan Kota Samarinda*. eJournal Administrasi Negara, 5(3).
- Ramadhani Putri Harini, Vinny. 2020. *Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Remaja Selama Menjalani Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi COVID-19 di Kelurahan Patrang Kecamatan Patrang*. Jember: Universitas Jember.
- Ramadhan, A. F. T. (2021). *Gambaran Strategi Coping Stress Menghadapi Belajar dari Rumah Dalam Situasi Pandemi Covid-19 pada Siswa Kelas XI di SMA "X"*. (Doktoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Resty, Gharnish Tiara. 2015. *Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Yatimputri Aisyiyah Yogyakarta*. Yogyakarta: Skripsi.
- Ratnawati, G. (2008). *Pola pembinaan narapidana anak sebagai salah satu upaya pemenuhan kebutuhan pendidikan di Lembaga Pemasarakatan Anak*. Diperoleh 5 Januari 2015 dari <http://imadiklus.googlecode.com>
- Rinmalae, M. P., Regaletha, T. A., & Benu, J. M. Y. (2019). *Harga Diri dan Penerimaan Diri Remaja Akhir di Panti Asuhan Sonaf Maneka Kelurahan Lasiana Kota Kupang*. Journal of Health and Behavioral Science, 1(4), 199-206.
- Rice, V. H. (Ed.). (2011). *Theories of stress and its relationship to health*. In Rice, H. V. (Eds.), *Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice*. USA: Sage Publication, Inc
- Rofiah, S. (2021). *Pengaruh Pembelajaran Online terhadap Stres Akademik Siswa Di SMA Negeri 1 Kapanjen*. Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi, 4(1), 41-47.

- Robbins. (2008). *Perilaku Organisasi*. Jilid 8 (terjemahan). Jakarta : Prenhalindo
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). *Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19: Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic*. Biodik, 6(2), 214-224.
- Syahdan. 2020. *Hubungan Tingkat Stres dengan Motivasi Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Via Daring Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Itkes Wiyata Husada Samarinda*. Samarinda: ITKes Wiyata Husada.
- Samsugito, I., & Putri, A. N. (2020). *Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi pada Remaja di SMAN 14 Samarinda*. Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan, 2(2), 70-78.
- Santrock, J. W. (2007b). *Remaja* edisi kesebelas, jilid I. (W. Hardani, Ed.) (Alih Bahas). University of texas, Dallas: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak (Verawati Pakpahan & Wahyu Anugraheni)*. Vol. 2. (Ed.11). Jakarta: Salemba Humanika
- Selina, H & Hartanto, F. (2010). *Guidelines For Adolescent Preventive Service (GAPS); Skrining Masalah Kesehatan Remaja*. Continuing Professional Development III Ilmu Kesehatan Anak; Okt 30-31; Semarang (Indonesia).
- Serafini, T. E., & Adams, G. R. (2002). *Functions of Identity: Scale Construction and Validation*. Identity, 2(4), 361-389.  
[https://doi.org/10.1207/S1532706XID0204\\_05](https://doi.org/10.1207/S1532706XID0204_05)
- Sarafino, E.P. 2012. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. International Student Version*. Singapore: John Wiley & Sons, In
- Sarwono, W. S, 2010, *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Stuart, G. W, Keliat, B. A., Pasaribu, J. (2016) *Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart*, Edisi Indonesia. Jakarta: Elsevier.
- Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (2013). *Buku Saku Ilmu Keperawatan jiwa (5th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Setyrini, I. (2020). *Pandemi COVID-19 Dan Online Learning: Apakah Berpengaruh Terhadap Proses Pembelajaran Pada Kurikulum 13?*. Jurnal of Industrial Engineering & Management Research, 1(1), 95-102.
- Soewadi. 1990. *Bahan Kuliah Ilmu Kedokteran Jiwa*. Fakultas Kedokteran UGM. Yogyakarta.
- Sokolova, dkk. 2014. *Kepribadian Anak*. Jakarta: Katahati.
- Sofiyatun. (2012). *Penerapan Panti Asuhan Bina Amal Shaleh Amanah Klepu Sumberarum Moyudan Sleman Yogyakarta dalam Pemberdayaan Anak melalui Pelatihan Sablon*. Artikel. Yogyakarta (Online)  
<http://eprints.uny.ac.id/pdf>
- Staal, M. A. (2004). *Stress, cognition, and human performance: A literature review and conceptual framework*. Nasa technical memorandum, 212824, 9. <http://humanfactors.arc.nasa.gov/web/library/publications/publications.php>

- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*, Bandung: Alfabeta
- Sun, L., Tang, Y., & Zuo, W. (2020). *Coronavirus pushes education online*. *Nature Materials*, 19(6), 687-687.
- Ursin, H., & Eriksen, H. R. (2004). *The cognitive activation theory of stress*. *Psychoneuroendocrinology*, 29(5), 567-592. Doi: 10.1016/S0306-4530(03)00091-X
- Wardani, Tiya Kusuma. 2016. *Menurunkan Stres Akademik Melalui Teknik Stress Incolution Training Siswa Kelas XI C SMP Negeri 10 Salatiga*. Jawa Tengah: Universitas Kristen Satya Wacana
- Wiguna T. (2012). *Masalah Kesehatan Mental Remaja di Era Globalisasi dalam The 2nd Adolescent Health National Symposia, Current Challenges in Management*. RSCM: Jakarta, hal.62-71; Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI
- Wijono, S. (2010). *Psikologi Industri & Organisasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Wulandari, A. (2014). *Karakteristik pertumbuhan perkembangan remaja dan implikasinya terhadap masalah kesehatan dan keperawatannya*. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2(1), 39-43.
- Whetten K, Ostermann J, Pence BW, Whetten RA, O'Donnell K, Messe LC, dkk. *A comparison of the wellbeing of orphans and abandoned children ages 6–12 in institutional and community-based care setting in 5 less wealthy nations*. *PloS One*. 2009;4(12):1–11
- Wong, D. L., Marilyn, H. E., David, W., Marilyn, L. W., & Patricia, S. (2008). *Buku ajar keperawatan pediatrik (Agus Sutarna, Neti Juniarti, & Kuncara, Penerjemah)*. Vol. 2. (Ed.6). Jakarta: EGC
- Yudrik, J. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: kencana.
- <https://tirto.id/segudang-masalah-belajar-dari-rumah-karena-corona-covid-19-eGqQ>
- <https://indopolitika.com/banyak-anak-stres-saat-pembelajaran-jarak-jauh-kpai-beri-saran-begini/>
- 