



UNIVERSITAS INDONESIA

**GAMBARAN MEKANISME KOPING SISWA KELAS 3 SMA
DI SMAN 1 PURWAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012
MENJELANG UJIAN NASIONAL**

SKRIPSI

**NADYA NAVISKA
0806334155**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
JUNI 2012**



UNIVERSITAS INDONESIA

**GAMBARAN MEKANISME KOPING SISWA KELAS 3 SMA
DI SMAN 1 PURWAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012
MENJELANG UJIAN NASIONAL**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
pada Fakultas Ilmu Keperawatan

**NADYA NAVISKA
0806334155**

**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA
DEPOK
JUNI 2012**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nadya Naviska

NPM : 0806334155

Tanda Tangan : 

Tanggal : 4 Juli 2012

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Nadya Naviska
NPM : 0806334155
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Tugas Akhir : Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3
SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran
2011/2012 Menjelang Ujian Nasional.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Efy Afifah, S.Kp., M.Kes
(Ketua Penguji)

Penguji : Rr. Tutik Sri Hariyati S.Kp., MARS

Ditetapkan di : Depok

Tanggal : 4 Juli 2012

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karuniaNya saya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini dibuat dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Saya menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini banyak bantuan yang diberikan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, saya ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dewi Irawati M.A., Ph.D, selaku dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
2. Ibu Kuntarti, S.Kp, M.Biomed, selaku koordinator Tugas Akhir Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
3. Ibu Efy Afifah S.Kp., M Kes, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikirannya demi membimbing saya dalam menyusun skripsi ini.
4. Ibu Hening Pujasari S.Kp., M.Biomed., MANP, selaku pembimbing akademik.
5. SMAN 1 Purwakarta yang telah bersedia menjadi tempat penelitian dan membantu dalam memperoleh data yang saya perlukan.
6. Kedua orang tua tercinta, Idat Hidayat dan Ina Mardiaty terimakasih atas kasih sayang, doa, motivasi, dan dukungan baik moral maupun materiil sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Adik-adikku, Nanda Gumilang dan Nauval Ghifari atas doa dan bantuannya selama ini.
8. Sahabat-sahabat terbaik di kampus, “L” (Riri, Isti, Mpit, Jnonk, Utiy, Ridung, dan Epin). Sahabat yang selalu siap sedia memberikan kritik dan saran bagi saya. Terimakasih untuk canda dan tawa yang tak pernah habis.

9. Ninda Kartikadewi, Hari Akbar Muharamsyah, Firda Utami Intania, dan Meizar Ahmad Assiry. Terimakasih atas saran, doa, dan bantuannya selama saya menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh mahasiswa FIK UI 2008, terimakasih telah menjadi generasi yang PEDULI.
11. Siswa-siswa kelas 3 di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 yang telah bersedia menjadi responden bagi penelitian penulis.
12. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan dari semua pihak yang telah membantu penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Depok, Juli 2012

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Nadya Naviska
NPM : 0806334155
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

GAMBARAN MEKANISME KOPING SISWA KELAS 3 SMA DI SMAN 1
PURWAKARTA TAHUN AJARAN 2011/2012 MENJELANG UJIAN
NASIONAL

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Depok

Pada tanggal: 4 Juli 2012

Yang menyatakan



(Nadya Naviska)

ABSTRAK

Nama : Nadya Naviska
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul : Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional

Ujian Nasional sebagai salah satu syarat kelulusan sekolah menimbulkan kecemasan dan perasaan stres bagi sebagian besar siswa kelas 3 SMA. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif sederhana yang bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada siswa kelas 3 SMA menjelang Ujian Nasional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 194 siswa kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Selanjutnya data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian. Hasil menunjukkan bahwa 51% siswa menggunakan mekanisme koping berfokus masalah dan 49% menggunakan mekanisme koping berfokus emosi.

Kata kunci: mekanisme koping, siswa, Ujian Nasional

ABSTRACT

Name : Nadya Naviska
Program Study : Nursing
Title : Coping Mechanisms Description of 3rd grade high school students in SMAN 1 Purwakarta Academic Year 2011/2012 before the National Exam.

National Exam as one of school graduation requirements cause anxiety and stress for most high school students in 3rd grade. This research used a simple descriptive design which has purpose to know the description of coping mechanisms of high school students in 3rd grade before the National Exam. Samples in this research were 194 high school students in grade 3 at SMAN 1 Purwakarta Academic Year 2011/2012. Sampling technique used was simple random sampling and use questionnaire as a research instruments. Furthermore, the data collected were analyzed using univariate analysis to determine the frequency of the study variables. The results showed that 51% of students use problem focused coping mechanisms and 49% of students use emotion focused coping.

Key words: coping mechanism, National Exam, students

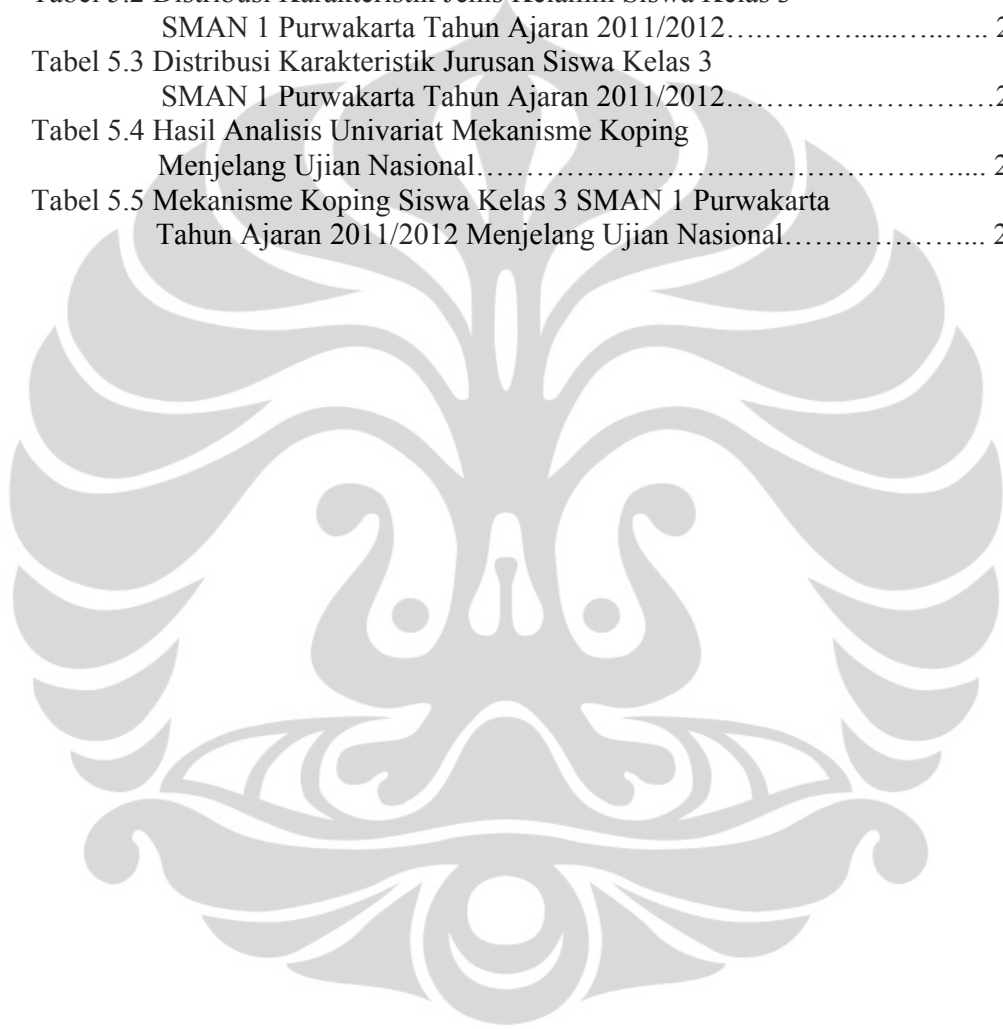
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	3
1.4.1 Tujuan Umum.....	3
1.4.2 Tujuan Khusus.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1 Siswa.....	4
1.5.2 Instansi Pendidikan/SMAN 1 Purwakarta.....	4
1.5.3 Perkembangan Ilmu Keperawatan.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Remaja.....	5
2.1.1 Tugas Perkembangan Remaja.....	6
2.2 Stres.....	7
2.2.1 Stres Pada Remaja.....	9
2.3 Mekanisme Koping.....	10
2.4 Kerangka Teori.....	12
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	13
3.1 Kerangka Konsep.....	13
3.2 Definisi Operasional.....	15
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	17
4.1 Desain Penelitian.....	17
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	17
4.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
4.4 Etika Penelitian.....	18
4.5 Alat Pengumpul Data.....	19
4.6 Metode Pengumpul Data.....	20
4.7 Analisis Data.....	21
4.8 Sarana Penelitian.....	21

4.9 Jadwal Penelitian.....	22
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....	24
5.1 Karakteristik Responden.....	24
5.1.1 Usia.....	24
5.1.2 Jenis Kelamin.....	25
5.1.3 Jurusan.....	25
5.2 Data Mekanisme Koping.....	26
BAB 6 PEMBAHASAN.....	28
6.1 Interpretasi Hasil.....	28
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	32
6.3 Implikasi untuk Keperawatan.....	32
6.3.1 Pelayanan Keperawatan.....	32
6.3.2 Penelitian Keperawatan.....	32
6.3.3 Pendidikan Keperawatan.....	33
BAB 7 PENUTUP.....	34
7.1 Kesimpulan.....	34
7.2 Saran.....	34
7.2.1 Peneliti lain.....	34
7.2.2 Instansi Pendidikan/Sekolah.....	34
7.2.3 Perawat.....	35
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	15
Tabel 4.1 Jadwal Penelitian.....	22
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Usia Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012.....	24
Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012.....	25
Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Jurusan Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012.....	25
Tabel 5.4 Hasil Analisis Univariat Mekanisme Koping Menjelang Ujian Nasional.....	26
Tabel 5.5 Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional.....	26



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian.....	12
Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....	13



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat Izin Penelitian
Lampiran 2 *Informed Consent*
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan periode perkembangan dimana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya antara usia 13-20 tahun (Potter & Perry, 1999). Perubahan yang terjadi pada remaja antara lain perubahan fisik, emosional, sosial, intelektual, dan moral (Cole, 1963). Perubahan-perubahan yang terjadi pada usia remaja dapat memunculkan masalah-masalah yang menyebabkan remaja dilanda stres.

Stres pada remaja dapat disebabkan dari masalah dengan orang tua, teman, sekolah, maupun lingkungan. Masalah yang terjadi itu disebut sebagai stressor. Stressor terbagi dalam dua jenis, stressor internal dan eksternal. Stressor internal muncul dari dalam diri, sementara stressor eksternal berasal dari luar diri seseorang (Potter & Perry, 1999). Masalah akademis merupakan salah satu stressor eksternal yang sering terjadi pada remaja.

Periode remaja yang berusia antara 13-20 tahun merupakan rentang usia pelajar SMP sampai SMA. Oleh karena itu peran utama remaja adalah sebagai siswa dan kewajiban utama siswa adalah belajar. Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu sesuai dengan Undang-Undang No. 20 tahun 2003. Proses belajar dalam suatu jenjang pendidikan diakhiri dengan diadakannya tes yang disebut Ujian Nasional. Para siswa harus mengikuti ujian nasional untuk menentukan kelulusannya. Stres yang sering dihadapi oleh siswa kelas 3 SMP maupun SMA adalah stres akibat Ujian Nasional.

Ujian nasional (UN) diadakan pada setiap akhir dari jenjang setiap tingkatan pendidikan dan terdiri dari beberapa mata pelajaran. Mata pelajaran itu antara lain Matematika, Bahasa Indonesia, dan Bahasa Inggris, ditambah dengan pelajaran Fisika, Biologi, dan Kimia bagi jurusan IPA. Sementara untuk jurusan IPS ditambah dengan mata pelajaran Geografi, Sosiologi, dan Ekonomi. Secara

keseluruhan maka ada 6 mata pelajaran yang diujikan pada Ujian Nasional di tingkat SMA.

Para siswa kelas 3 SMA sebagai peserta ujian seringkali memandang UN sebagai hal yang menakutkan karena standar nilai kelulusan yang terus meningkat. Tahun 2012 mendatang, standar nilai kelulusan UN yaitu 5,5 untuk setiap mata pelajaran yang diujikan (Permendikbud No 59 Tahun 2011). Selain itu pendapat masyarakat yang menganggap bahwa siswa yang tidak lulus UN merupakan siswa yang 'bodoh' juga menjadi stresor tersendiri bagi para siswa. Beberapa alasan tersebut menyebabkan para siswa terus berlomba mempersiapkan diri agar bisa mengerjakan ujian dengan lancar.

Salah satu cara yang digunakan untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi UN adalah dengan mengikuti program bimbingan belajar maupun mengikuti pelajaran tambahan di sekolah seperti yang dilakukan para siswa SMAN 1 Purwakarta. Lembaga bimbingan belajar atau bimbel saat ini banyak terdapat di setiap kota termasuk di Purwakarta. Selain itu untuk membantu para siswa, pihak sekolah juga mengadakan program pelajaran tambahan atau yang biasa disebut pemantapan. Program ini bertujuan sama dengan program yang diadakan lembaga bimbingan belajar tetapi waktu yang disediakan untuk pemantapan ini terbatas karena biasanya diadakan sepulang sekolah. Oleh karena itu banyak siswa yang masih mengikuti program bimbingan belajar walaupun sudah mengikuti program pemantapan dari sekolah. Para siswa tinggal memilih lembaga bimbingan belajar mana yang menurut mereka paling baik dan mampu membantu mereka untuk semakin memahami materi pelajaran.

Stressor Ujian Nasional menyebabkan para siswa dilanda stres. Meningkatnya jumlah stressor yang dialami siswa menjelang Ujian Nasional menimbulkan mekanisme koping dari para siswa itu sendiri. Remaja biasanya memiliki banyak strategi dalam mengatasi stres namun terkadang tidak menyadari koping yang dipilihnya (Santrock, 1998). Setiap individu dapat memiliki koping yang berbeda-beda, dari koping yang berfokus masalah hingga koping yang berfokus pada

emosi. Koping berfokus masalah yang mungkin dimiliki oleh siswa kelas 3 antara lain mengikuti bimbingan belajar, membeli buku referensi, dan mengikuti try out Ujian Nasional. Sementara contoh mekanisme koping berfokus emosi yang mungkin dilakukan antara lain berkumpul bersama teman, berolahraga, tidur, dan menangis.

1.2 Rumusan Masalah

Masa remaja umumnya berlangsung selama 8 tahun dan pada masa tersebut banyak perubahan yang terjadi. Remaja dapat menemukan berbagai macam permasalahan dalam fase menuju kedewasaan yang dapat menjadi stressor dan menyebabkan remaja mengalami stres. Salah satu contoh stressor yang dapat terjadi pada remaja adalah Ujian Nasional yang akan berpengaruh pada kelulusan mereka dalam suatu jenjang pendidikan. Stres yang terjadi akan memunculkan suatu mekanisme koping yang berbeda-beda pada setiap individu. Belum diketahuinya mekanisme koping pada siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta dalam mengatasi stres menjelang Ujian Nasional perlu untuk diteliti karena perbedaan koping yang digunakan setiap individu dapat membawa remaja pada kebebasan dalam memilih koping dan menimbulkan adanya kemungkinan dalam pemilihan koping yang negatif dan disfungsional.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana mekanisme koping siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 menjelang Ujian Nasional?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan mekanisme koping yang digunakan oleh para siswa SMA kelas 3 di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 menjelang Ujian Nasional.

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Diketahui karakteristik siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta

1.4.2.2 Diketahui jenis mekanisme koping yang digunakan siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa SMAN 1 Purwakarta terutama siswa kelas 3 untuk dapat memilih koping yang tepat menjelang Ujian Nasional.

1.5.2 Instansi Pendidikan/SMAN 1 Purwakarta

Penelitian ini diharapkan dapat membantu instansi pendidikan terutama SMAN 1 Purwakarta dalam membantu mengurangi jumlah stressor menjelang Ujian Nasional. Selain itu juga dapat membantu dalam mempersiapkan para siswa dalam menghadapi ujian nasional sedari dini dimulai semenjak mereka berada di kelas 1 SMA.

1.5.3 Perkembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi pengembangan ilmu keperawatan terutama keperawatan jiwa dalam memberikan asuhan keperawatan mengenai stres dan koping pada remaja. Serta mengarahkan agar para siswa memiliki mekanisme koping yang tepat.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja

Populasi penduduk remaja di dunia terus meningkat seiring berjalannya waktu. Saat ini populasi remaja mencapai 20% dari populasi dunia dan lebih dari 85% berada di negara berkembang. Jumlah remaja diperkirakan akan meningkat 600% dalam selang waktu 55 tahun antara tahun 1970 hingga 2025 (WHO, 1997). Jumlah populasi remaja yang terus meningkat ini menyebabkan remaja perlu mendapat perhatian khusus dalam menjalani masa-masa transisi menuju kedewasaan.

Remaja akan dihadapkan pada situasi yang penuh dengan berbagai perubahan. Remaja adalah masa terjadinya berbagai pertumbuhan seperti perubahan fisik, sosial, emosional, intelektual, dan moral (Cole, 1963). Perubahan itu menandakan terjadinya masa transisi remaja dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja perlu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dalam kehidupannya.

Salah satu perubahan yang paling mudah diamati pada remaja adalah adanya perubahan fisik. Perubahan fisik remaja terdiri dari penambahan tinggi badan, berat badan, perubahan bentuk tubuh, dan sistem reproduksi (Cobb, 2001). Pubertas merupakan salah satu contoh perubahan fisik yang terjadi pada remaja. Remaja perempuan akan mengalami menstruasi dan remaja laki-laki akan mengalami mimpi basah atau ejakulasi. Perubahan fisik menjadi perubahan yang paling terlihat yang dapat membedakan remaja dengan anak-anak.

Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas akan mempengaruhi sisi emosional remaja. Berbagai masalah yang dihasilkan dari perubahan fisik dan hormonal akan membuat perasaan remaja mudah berubah dengan cepat. Remaja menjadi mudah senang, lalu mudah marah, dan bisa kembali menjadi senang dalam waktu yang relatif singkat. Perubahan emosi secara cepat dan drastis ini yang sering menjadi alasan munculnya istilah labil bagi para remaja.

Perubahan sosial pada remaja terlihat dari hubungan mereka terhadap teman sebaya. Sesuai perkembangan yang terjadi, remaja akan menjadi lebih dekat dengan teman dibandingkan dengan keluarga. Mereka akan mampu memilih teman mana yang memiliki kesamaan sifat dan nilai-nilai dengan dirinya dan akan muncul peran sebagai pemimpin dan pengikut dalam hubungan persahabatan yang terjalin. Ketertarikan dengan lawan jenis pun mulai terlihat pada masa remaja sehingga mereka cenderung memulai suatu hubungan heteroseksual atau biasa disebut pacaran. Pada tahap ini diperlukan kontrol yang kuat dari orang tua agar remaja tidak terjerumus pada pergaulan yang membawa pengaruh negatif bagi dirinya.

Perubahan moral pada remaja ditunjukkan dari adanya kontrol terhadap perilaku yang berasal dari diri sendiri. Hal itu disebabkan karena remaja berada dalam tahap perkembangan kognitif berpikir formal-operasional (Piaget, 1954 dalam Santrock, 1998). Tahap formal-operasional menjelaskan bahwa remaja sedang berada pada tahap dimana telah mampu berpikir konkrit, kritis, dan menerapkannya dengan sistematis. Remaja seperti sudah memiliki nilai-nilai yang berasal dari dirinya sendiri yang melandasi setiap perilaku dan tindakan yang mereka lakukan.

2.1.1 Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Erikson dalam Santrock (1998), remaja berada dalam fase *identity formation vs diffusion* atau identitas vs kekacauan identitas. Fase ini menandakan bahwa remaja berada pada sebuah tahap dimana mereka mencari tahu siapa mereka dan apa tujuan hidupnya. Remaja akan mencoba untuk beradaptasi dan mengeksplorasi peran baru yang mereka miliki. Jika remaja menggunakan cara yang positif untuk mempelajari perannya tersebut maka remaja akan memiliki identitas yang positif. Sementara apabila dalam mengeksplorasi peran barunya itu remaja mendapat berbagai tekanan dan paksaan dari luar, salah satunya dari orang tua, maka remaja akan berada dalam suatu identitas yang negatif.

Havighurst dalam Newman & Newman (2009) menyebutkan bahwa remaja merupakan masa munculnya berbagai macam perubahan dan memiliki beberapa tugas perkembangan. Tugas perkembangan remaja menurut Havighurst antara lain mencapai hubungan baru yang lebih dewasa dengan teman sebaya baik sejenis maupun berbeda jenis kelamin, menerima peran maskulin maupun feminin, menerima keadaan fisik dan menggunakan tubuhnya dengan baik, serta mencapai sisi emosional yang stabil. Remaja akhir memiliki tugas perkembangan yang lebih jauh seperti mempersiapkan untuk pernikahan, karir, memiliki nilai sebagai panduan dalam bertindak, serta mencapai tanggung jawab secara sosial untuk bertingkah laku. Tugas perkembangan remaja itu perlu untuk dilewati setiap tahapannya. Remaja yang mampu mengerjakan setiap tugas perkembangannya akan menjalani masa remaja dengan baik.

2.2 Stres

Stres adalah segala situasi dimana tuntutan non spesifik mengharuskan seorang individu untuk berespon atau melakukan tindakan (Selye, 1976). Garber (2000) mendefinisikan hidup stres sebagai suatu lingkungan yang ditandai dengan kurangnya keinginan dan harapan yang dapat diperoleh atau adanya kegiatan tidak menyenangkan yang tidak dapat dihindari. Berdasarkan definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa stres adalah kondisi lingkungan seseorang yang tidak menyenangkan karena adanya tekanan yang mengharuskan individu tersebut melakukan penyesuaian.

Selye (1974) menyebutkan ada dua jenis stres yang terjadi. Stres yang merugikan dan bersifat destruktif disebut distres, sementara stres yang bermanfaat dan bersifat konstruktif disebut eustres. Contoh eustres adalah ketika seseorang merasa stres akibat dikejar *deadline*. Stres tersebut menyebabkan seseorang untuk berusaha keras memenuhi *deadline* pekerjaannya dan stres tersebut pada akhirnya bermanfaat karena menyebabkan tugas selesai dengan tepat waktu. Kondisi distres terjadi misalnya saat seseorang terlambat bangun di pagi hari dan terlambat pergi ke sekolah. Keadaan tersebut menyebabkan seseorang menjadi terburu-buru, panik, tidak fokus, dan efek buruk lainnya.

Stres yang terjadi merupakan manifestasi dari segala macam tekanan yang dirasakan atau disebut juga stressor. Berbagai tekanan dan masalah yang terjadi dalam hidup seseorang akan membawa individu tersebut ke dalam perasaan stres. Stressor dapat berasal dari mana saja termasuk dari internal dan eksternal (Potter & Perry, 1999). Stressor internal adalah stressor yang berasal dari dalam diri seseorang. Contoh stressor internal antara lain cemas, sakit, demam, dan rasa takut. Sementara stressor eksternal adalah stressor yang berasal dari luar diri atau lingkungan sekitar. Contoh stressor eksternal antara lain tekanan keluarga, perubahan suhu, dan tekanan dari pihak sekolah.

Saat seseorang berada dalam kondisi stres, tubuh akan melakukan reaksi adaptasi untuk menyesuaikan diri. Proses adaptasi itu terdiri dari LAS dan GAS (Selye, 1974). LAS atau *Local Adaptation System* merupakan respon tubuh terhadap stres dan tidak melibatkan semua sistem tubuh. Sementara GAS atau *General Adaptation System* merupakan reaksi fisiologis dari seluruh tubuh terhadap stres. GAS ini terdiri dari tiga tahap, tahap *alarm*, *resistance*, dan *exhaustion*. Tahap *alarm* terjadi ketika tubuh mulai menyadari adanya stressor yang mengancam tubuh akan mengandalkan mekanisme pertahanan untuk menghadapi ancaman tersebut. Tahapan yang kedua adalah tahap *resistance*. Pada tahap ini, individu mulai merancang strategi untuk melawan stres. Jika berhasil maka gejala stres akan berkurang atau kondisi tubuh kembali normal. Namun jika gagal maka tubuh akan memasuki tahapan GAS yang selanjutnya, tahap *exhaustion*. Tahap ini merupakan tahap ketika tubuh sudah tidak mampu lagi menghadapi stressor atau ancaman yang muncul. Tahap ini disebut juga tahap kelelahan.

Helmi (2000) menyatakan ada empat macam reaksi stres, antara lain reaksi psikologis yang menekankan pada emosi misalnya menangis, marah, sedih, dan mudah tersinggung. Reaksi yang kedua adalah reaksi fisiologis. Reaksi yang biasanya muncul dalam keluhan fisik seperti pusing, tekanan darah tinggi, rambut rontok, dan nyeri lambung. Reaksi yang selanjutnya adalah reaksi kognitif yang tampak dalam perilaku sulit berkonsentrasi, mudah lupa, dan sulit mengambil keputusan. Reaksi yang terakhir adalah reaksi perilaku. Reaksi perilaku terutama

muncul pada remaja, misalnya perilaku mengkonsumsi narkoba, minum minuman beralkohol, merokok, dan perilaku menyimpang lainnya.

2.2.1 Stres pada Remaja

Stres pada remaja terjadi karena tumpukan berbagai macam masalah yang muncul akibat perubahan-perubahan yang terjadi dalam masa peralihan menuju dewasa. Masalah yang muncul pada remaja dapat bersumber baik dari diri sendiri maupun dari luar seperti orang tua, teman sebaya, dan sekolah. Tekanan-tekanan yang muncul dari orang tua untuk selalu berprestasi di sekolah, persaingan di sekolah antar teman sebaya, terlalu banyak kegiatan yang dilakukan merupakan stressor yang biasanya terjadi pada remaja. Namun tidak semua remaja yang mengalami masalah dalam hidupnya akan menganggap hal itu sebagai masalah. Faktor psikologis seperti kemampuan kognitif, pengaturan emosi, dan temperamen akan mempengaruhi cara pandang remaja terhadap suatu masalah (Kaslow, et al 2000).

Kaslow (2000) menyebutkan ada tiga area dalam proses kognitif yang berkaitan dengan stres, antara lain *negative self-schemas*, *faulty information processing*, dan *negative expectancies*. Pandangan negatif terhadap diri sendiri dapat membuat remaja merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Remaja juga terkadang melakukan kesalahan dalam menginterpretasikan informasi sehingga memicu terjadinya stres. Selain itu remaja cenderung lebih berpikiran negatif pada setiap hal yang terjadi dalam hidup mereka dan mereka menganggap setiap hal sebagai stressor.

Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam mengatur emosi dalam dirinya dan begitu pula dengan remaja. Remaja yang mampu mengatur emosi dengan baik akan memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan remaja yang tidak mampu mengatur emosi dan memiliki temperamen tinggi. Remaja dengan tingkat stres tinggi memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengkonsumsi alkohol dan obat-obatan (Chassin, et al., 1996 dalam Blane, et al., 2009). Sementara itu dalam menghadapi stressor di tingkat sekolah, remaja yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi tidak akan merasa terancam dengan tuntutan akademik yang dihadapinya. Remaja dengan kepercayaan diri yang

Universitas Indonesia

tinggi justru akan merasa tertantang dengan stressor akademik tersebut. Sebaliknya, remaja dengan kepercayaan diri yang rendah akan merasa sangat terancam dan akan memunculkan reaksi kecemasan yang berlebihan ketika berhadapan dengan stressor akademik di sekolah (Schwarzer & Schwarzer, 1982 dalam Frydenberg, 1997).

2.3 Mekanisme Koping

Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menghadapi masalah yang terjadi dalam hidupnya tergantung dari nilai, kepercayaan, dan pencapaian yang ingin diraih (Frydenberg, 2008). Cara individu dalam mengatasi stres disebut koping. Koping menunjukkan pemikiran, perasaan, dan perilaku yang seseorang lakukan untuk menghadapi masalah yang terjadi dalam keseharian (Frydenberg, 1997). Awalnya koping merupakan suatu reaksi alami yang muncul akibat adanya stressor, tetapi seiring berjalannya waktu koping menjadi suatu hal yang dilakukan untuk mengatur stressor. Mekanisme koping pada setiap orang akan berbeda dengan orang lainnya.

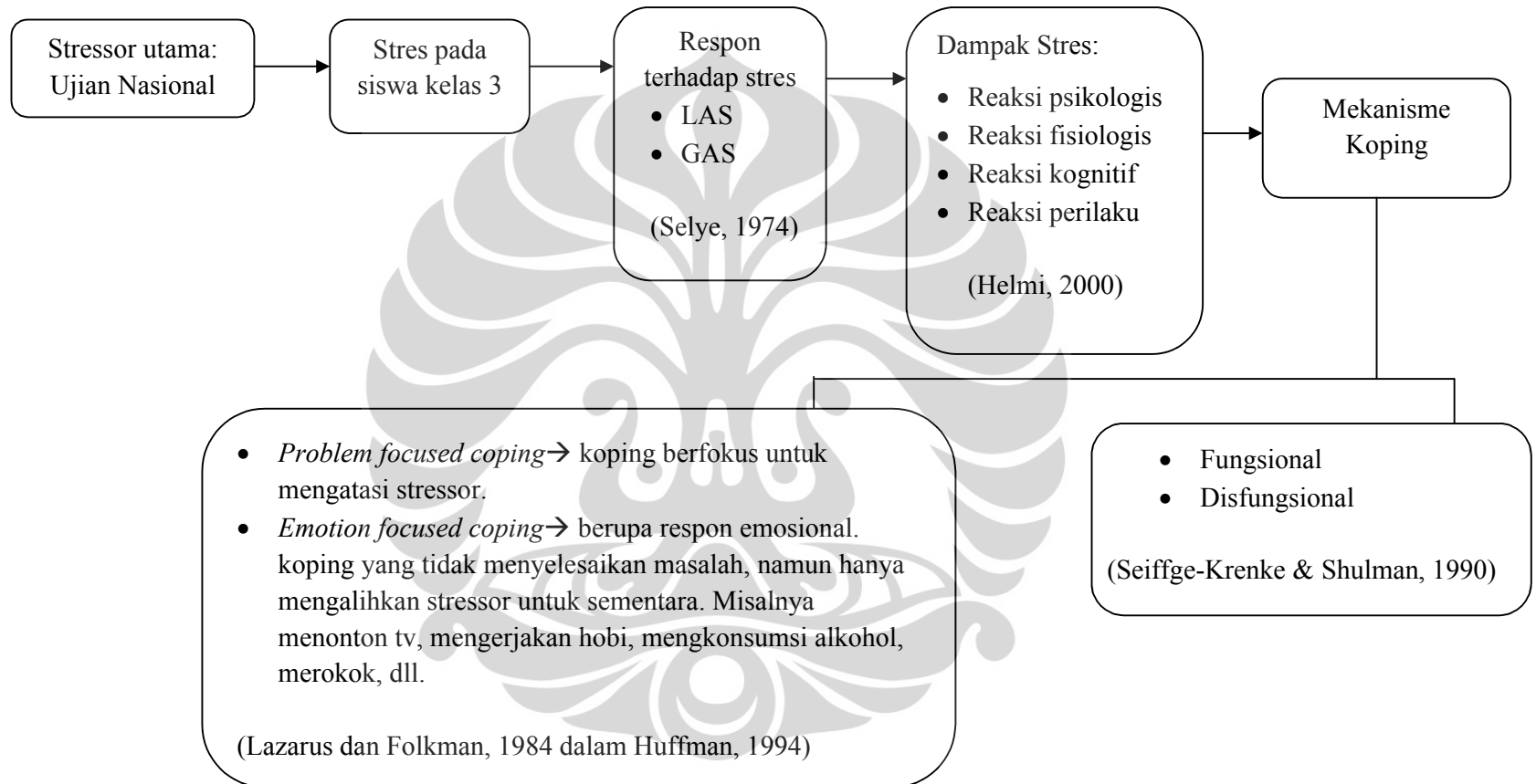
Koping dapat dibagi dalam dua jenis: koping berfokus pada masalah dan koping yang berfokus pada emosi (Lazarus dan Folkman, 1984 dalam Huffman, 1994). Koping berfokus emosi merupakan koping yang dilakukan untuk mengabaikan stressor, mengatasi stressor secara sementara, dan tidak dapat menyelesaikan masalah. Sementara koping berfokus pada masalah lebih menekankan pada usaha untuk menyelesaikan masalah secara tuntas untuk menghentikan stressor. Beberapa ahli lain menggolongkan koping dalam koping fungsional dan koping disfungsional (Seiffge-Krenke dan Shulman, 1990). Sebuah koping dikatakan fungsional ketika seseorang yang memiliki koping tersebut mampu beradaptasi dengan masalah yang dihadapi. Koping disfungsional terjadi ketika koping yang digunakan tidak menyelesaikan masalah atau koping tersebut adalah koping yang salah (Ebata dan Moos, 1991).

Mekanisme koping seseorang akan berubah sesuai dengan penambahan usia dan koping emosional semakin meningkat sesuai dengan tingkatan sekolah (Compas, et al., 1988 dalam Frydenberg, 2008). Sementara mekanisme koping berfokus

pada masalah lebih banyak dilakukan oleh individu yang lebih dewasa (Ebata dan Moss, 1994 dalam Frydenberg, 2008). Herwina (2006) dalam penelitiannya menyatakan bahwa sebagian besar remaja menggunakan koping berfokus emosi dalam mengatasi stressnya. Remaja cenderung lebih memilih untuk mengatasi stres dengan melakukan hal-hal menyenangkan yang bersifat sementara agar dapat melupakan stres yang dirasakan.

Kebanyakan remaja dihadapkan pada lebih dari satu stressor. Stressor muncul dalam masalah yang cukup besar dan masalah yang tidak terlalu besar. Remaja lebih sering menghadapi stres dengan cara mengabaikan stressornya. Mengabaikan masalah dengan menghindari, mengalihkan, dan penolakan adalah strategi koping yang tidak produktif (Frydenberg, 2008). Koping yang paling sering dilakukan remaja ketika berhadapan dengan stres adalah mendengarkan musik, menonton televisi, berolahraga, dan berkumpul bersama teman. Strategi itu dikatakan strategi koping yang tidak produktif karena tidak ada usaha yang dibuat untuk menyelesaikan masalah atau mengurangi stres.

2.4 Kerangka Teori

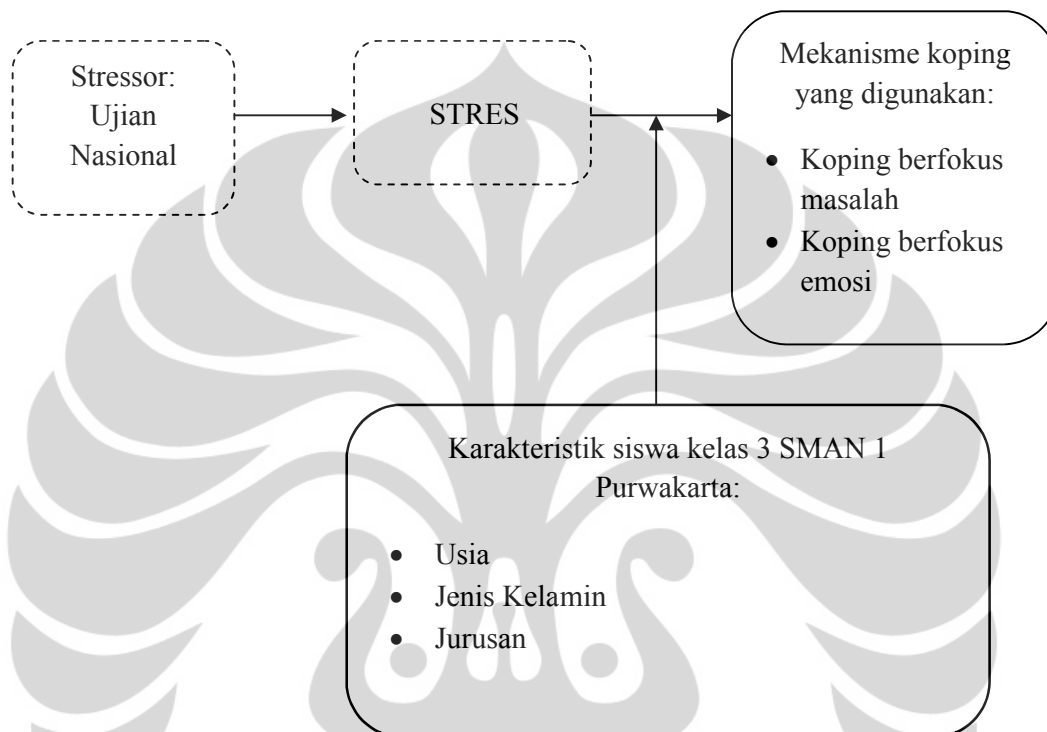


Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian “Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional”

BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL

Bab ini akan menguraikan tentang kerangka konsep dan definisi operasional.

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep “Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional”

Keterangan :

-  = Faktor yang diteliti  = Garis penghubung
 = Faktor yang tidak diteliti

Stres akibat ujian nasional menimbulkan mekanisme koping yang berbeda-beda pada setiap siswa kelas 3 SMA. Jenis kegiatan koping yang bermacam-macam tersebut dapat dikelompokkan ke dalam dua jenis mekanisme koping utama, yaitu *problem focused coping* atau mekanisme koping berfokus masalah dan *emotion*

focused coping atau mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Selain meneliti mekanisme koping yang digunakan, dalam penelitian ini peneliti juga akan meneliti data demografi siswa yang berupa usia, jenis kelamin, dan jurusan. Di akhir penelitian akan diketahui mekanisme koping mana yang lebih banyak digunakan oleh siswa kelas 3 SMA menjelang Ujian Nasional.



3.2 Definisi Operasional

Penelitian ini menjadikan siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta sebagai subjek penelitian dan memiliki satu variabel yaitu mekanisme koping menjelang Ujian Nasional.

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian Gambaran Mekanisme Koping pada Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Menjelang Ujian Nasional 2012

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Usia	Lamanya waktu hidup responden saat pengambilan data.	Menjawab pertanyaan kuesioner dengan isian bebas	Kuesioner	Urutan usia dengan satuan tahun	Ordinal
Jenis Kelamin	Perbedaan orang berdasarkan seks.	Menjawab pertanyaan kuesioner dengan pilihan jawaban laki-laki atau perempuan.	Kuesioner	1. Laki-laki 2. Perempuan	Nominal
Jurusan	Peminatan bidang studi yang dipilih.	Menjawab pertanyaan kuesioner dengan pilihan jawaban IPA atau IPS.	Kuesioner	1. IPA 2. IPS	Nominal

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Mekanisme koping	Pola perilaku yang dilakukan untuk menghadapi stressor, seperti mekanisme koping berfokus masalah dan mekanisme koping berfokus emosi.	Menjawab pertanyaan kuesioner dengan skala likert (1) Tidak pernah, (2) Pernah, (3) Kadang-kadang, (4) Sering, untuk pernyataan yang mengarah pada koping berfokus masalah. Dan (1) Sering, (2) Kadang-kadang, (3) Pernah, (4) Tidak pernah, untuk pernyataan yang mengarah pada koping berfokus emosi.	Kuesioner	1. Mekanisme koping berfokus masalah (skor kuesioner > 106,15) 2. Mekanisme koping berfokus emosi (skor kuesioner < 106,15)	Nominal



BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif sederhana yang bertujuan untuk menggambarkan mekanisme koping yang digunakan siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 menjelang Ujian Nasional. Penelitian dilakukan dengan prosedur pengumpulan data dari responden dengan menggunakan kuesioner.

4.2 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 3 di SMAN 1 Purwakarta. Peneliti menggunakan metode *random sampling* dengan teknik *simple random sampling* pada pemilihan sampel di penelitian ini. Sampel penelitian ini harus memenuhi kriteria sebagai berikut:

- Remaja
- Kelas 3 SMA
- Bersekolah di SMAN 1 Purwakarta
- Bersedia menjadi responden

Simple random sampling adalah teknik pengumpulan sampel secara acak dalam suatu populasi. Jumlah sampel diperoleh dengan menggunakan rumus Slovin (Umar, 2004):

$$n = \frac{N}{1+N(d^2)}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Besar populasi

d = Toleransi terjadinya kesalahan (0,05)

Perhitungan sampel dengan menggunakan rumus Slovin:

$$\begin{aligned}n &= 315/1+315 (0,05^2) \\ &= 315/1+0,78 \\ &= 177 \text{ responden}\end{aligned}$$

Untuk mengantisipasi kesalahan dalam pengambilan data, maka peneliti menambah jumlah sampel 10% dari jumlah yang seharusnya sehingga jumlah responden menjadi 194 responden.

4.3 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 April 2012 di SMAN 1 Purwakarta. Peneliti memilih tempat ini karena SMAN 1 Purwakarta merupakan satu-satunya SMA RSBI (Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional) di Purwakarta dan dianggap mampu mewakili karakteristik responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Selain itu juga belum pernah ada penelitian sebelumnya yang dilakukan di SMAN 1 Purwakarta.

4.4 Etika Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti mengajukan permohonan ijin kepada Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Setelah mendapatkan permohonan ijin, peneliti mengajukan ijin kepada instansi terkait (SMAN 1 Purwakarta) untuk mendapatkan persetujuan pengambilan data. Peneliti lalu melakukan penelitian dengan sebelumnya memberikan penjelasan kepada para responden. Penjelasan ini dilakukan agar responden mengetahui tujuan, prosedur, serta kemungkinan resiko yang mungkin timbul dari proses penelitian. Kuesioner yang diberikan menekankan pada masalah etika yang meliputi *informed consent*, *anonymity* (tanpa nama), dan *confidentiality* (kerahasiaan). Responden diberikan lembar persetujuan atau *informed consent* untuk ditandatangani jika responden menyetujui untuk terlibat dalam

penelitian. Namun jika responden tidak bersedia untuk menandatangani *informed consent* maka responden berhak untuk tidak terlibat dalam penelitian.

4.5 Alat Pengumpul Data

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa kuesioner. Kuesioner dipilih karena tidak memerlukan banyak biaya serta waktu dalam pengisiannya relatif cepat dan singkat. Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari dua bagian, antara lain:

- Kuesioner I berisi pertanyaan mengenai data demografi responden berupa usia, jenis kelamin, dan jurusan.
- Kuesioner II berisi 38 pernyataan terkait mekanisme koping yang digunakan oleh siswa kelas 3 menjelang Ujian Nasional.

Pernyataan mengenai mekanisme koping disusun berdasarkan strategi mekanisme koping berfokus masalah dan mekanisme koping berfokus emosi. Kuesioner II terdiri dari 38 pernyataan dengan 19 pernyataan mengenai mekanisme koping berfokus masalah dan 19 pernyataan mengenai mekanisme koping berfokus emosi. Kuesioner bagian II ini menggunakan skala likert dalam pengukurannya, yaitu antara 1-4 untuk masing-masing pertanyaan. Pada pernyataan mengenai mekanisme koping berfokus masalah terdapat empat kategori jawaban: Tidak pernah (TP) = 1, Pernah (P) = 2, Kadang-kadang (KD) = 3, Sering (SR) = 4. Sementara pada pernyataan mengenai mekanisme koping berfokus emosi terdapat empat kategori jawaban: Sering (SR) = 1, Kadang-kadang (KD) = 2, Pernah (P) = 3, dan Tidak pernah (TP) = 4. sehingga total nilai berkisar antara 38-152.

Uji coba kuesioner telah dilakukan pada 30 siswa di SMAN 2 Purwakarta. Pemilihan responden untuk uji coba kuesioner ini berdasarkan pada karakteristik siswa SMAN 2 Purwakarta yang hampir sama dengan karakteristik siswa SMAN 1 Purwakarta. Uji coba kuesioner ini dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan. Pengujian reliabilitas instrumen yaitu dengan melihat nilai *alpha*

cronbach, yaitu dengan membandingkan r hitung dengan r tabel. Jika r hitung lebih besar dari r tabel maka pernyataan tersebut reliabel. Uji reliabilitas dimulai dengan menguji validitas instrumen terlebih dahulu. Apabila sebuah pernyataan dinyatakan tidak valid, maka pernyataan tersebut diubah menjadi bentuk pernyataan baru. Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian, didapatkan nilai reliabilitas 0,606 dan nilai validitasnya berada pada rentang 0,009 sampai dengan 0,545 dengan pernyataan yang tidak valid sebanyak sepuluh pernyataan. Pernyataan yang tidak valid kemudian dilakukan modifikasi dan perubahan redaksional bahasa yang lebih mudah dimengerti oleh responden.

4.6 Metode Pengumpul Data

Pengumpulan data dilakukan di SMAN 1 Purwakarta setelah mendapatkan persetujuan dari pihak sekolah dengan cara menyerahkan surat izin dari Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. Peneliti menemui responden langsung di tiap kelas dan menjelaskan maksud serta tujuan penelitian. Calon responden diminta membaca *informed consent* dengan teliti dan diperbolehkan untuk bertanya jika ada pertanyaan. Selanjutnya calon responden menandatangani *informed consent* bila setuju untuk terlibat dalam penelitian. Peneliti tidak memaksa calon responden untuk bersedia mengikuti penelitian. Bagi calon responden yang setuju untuk menjadi responden kemudian diberikan kuesioner yang berkaitan dengan penelitian. Peneliti menjelaskan tata cara pengisian kuesioner dan responden diberi kesempatan bertanya jika ada hal-hal yang kurang dipahami.

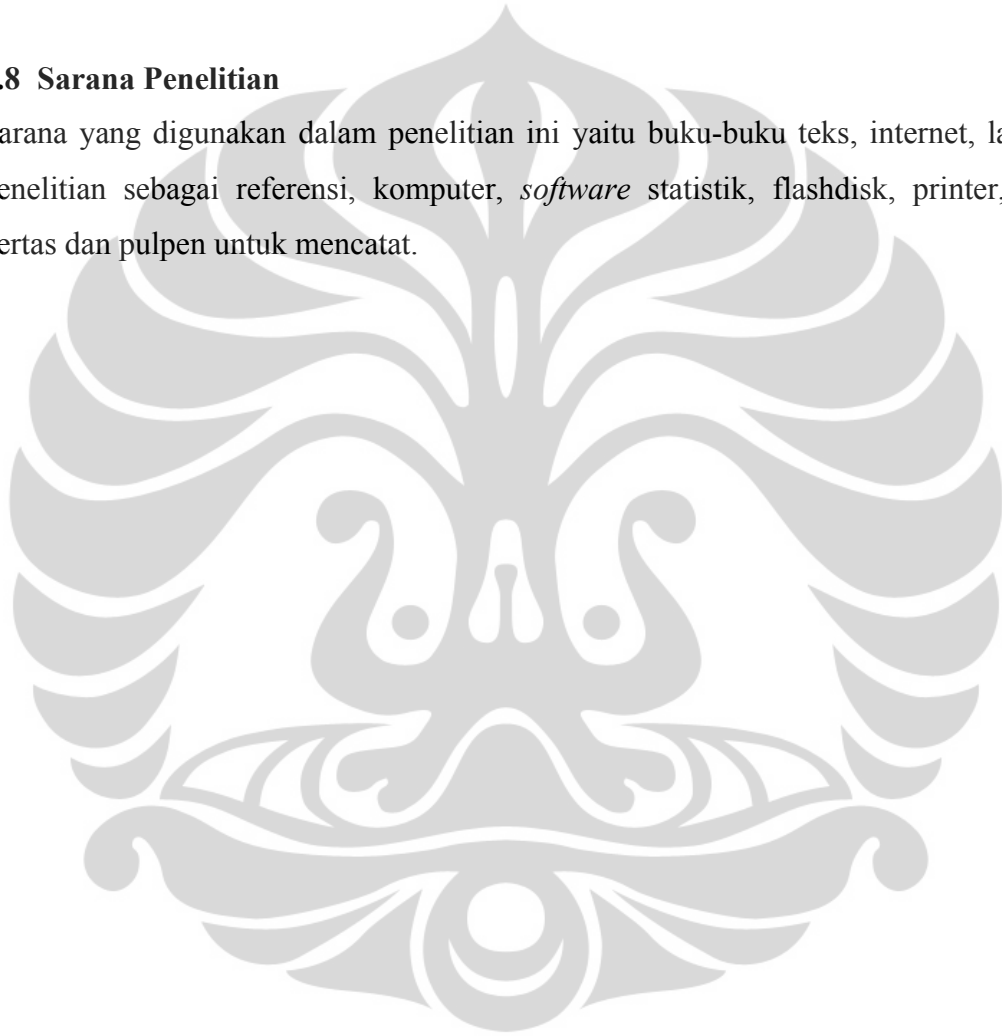
Peneliti mendampingi responden dan mengawasi jalannya pengisian kuesioner secara langsung di dalam kelas. Peneliti tidak mempengaruhi responden dalam mengisi kuesioner. Setelah responden selesai mengisi kuesioner, peneliti mengingatkan responden untuk memeriksa setiap poin pertanyaan pada kuesioner, mengumpulkan kuesioner, dan kemudian memeriksa kembali kelengkapan jawaban. Peneliti lalu mengucapkan terimakasih kepada responden atas kesediaannya terlibat dalam penelitian.

4.7 Analisis Data

Analisis data dilakukan setelah penelitian selesai. Peneliti menggunakan analisis univariat untuk menganalisis data yang telah terkumpul. Analisis univariat bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian yaitu mekanisme koping yang digunakan siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta menjelang Ujian Nasional.

4.8 Sarana Penelitian

Sarana yang digunakan dalam penelitian ini yaitu buku-buku teks, internet, laporan penelitian sebagai referensi, komputer, *software* statistik, flashdisk, printer, serta kertas dan pulpen untuk mencatat.



4.9 Jadwal Penelitian

Tabel 4.1 Jadwal Penelitian

Kegiatan	September	Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identifikasi masalah	■																																				
Studi kepustakaan		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																								
Penyusunan proposal		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■																								
Pengumpulan proposal													■																								
Pengumpulan surat izin																			■																		
Pengumpulan data																									■												
Pengolahan data																													■								

BAB 5 HASIL PENELITIAN

Bab ini akan menguraikan hasil penelitian yang dilakukan kepada siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 yaitu mengenai distribusi karakteristik responden serta mekanisme koping yang digunakan. Penelitian tentang gambaran mekanisme koping siswa kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta menjelang Ujian Nasional dilakukan pada tanggal 9 April 2012 di SMAN 1 Purwakarta. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta tahun ajaran 2011/2012. Kuesioner yang berhasil dikumpulkan sebanyak 194 kuesioner dari 194 kuesioner yang disebar. Seluruh kuesioner diolah karena memenuhi syarat penelitian dan tidak ada yang *drop out*. Data yang dikumpulkan selanjutnya dilakukan analisis univariat dengan metode tendensi sentral yang ditampilkan dalam bentuk tabel.

5.1 Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden ditampilkan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 194 siswa kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012. Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri atas usia, jenis kelamin, dan jurusan.

5.1.1 Usia

**Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Usia Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta
Tahun Ajaran 2011/2012**

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
16	14	7,2
17	110	56,7
18	69	35,6
19	1	0,5
Total	194	100

Berdasarkan tabel 5.1 terlihat bahwa dari 194 responden, siswa yang berusia 17 tahun merupakan subjek penelitian terbanyak dengan jumlah 110 orang (56,7%). Sedangkan hanya 1 orang (0,5%) yang berusia 19 tahun.

5.1.2 Jenis Kelamin

**Tabel 5.2 Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin Siswa Kelas 3
SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012**

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	61	31,4
Perempuan	133	68,6
Total	194	100

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh siswa perempuan, sebesar 133 orang (68,6%) sementara 61 orang (31,4%) sisanya berjenis kelamin laki-laki.

5.1.3 Jurusan

**Tabel 5.3 Distribusi Karakteristik Jurusan Siswa Kelas 3
SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012**

Jurusan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
IPA	156	80,4
IPS	38	19,6
Total	194	100

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa dari 194 responden penelitian yang terlibat dalam penelitian ini terdapat 156 orang (80,4%) yang berasal dari jurusan IPA dan yang berasal dari jurusan IPS berjumlah 38 orang (19,6%).

5.2 Data Mekanisme Koping

Data mekanisme koping dianalisis menggunakan analisis statistik dengan metode tendensi sentral. Berdasarkan hasil perhitungan statistik didapatkan *Mean*, *Median*, *Std Deviation*, *Skewness*, dan *Std Error of Skewness*. Perhitungan dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh memiliki distribusi normal atau tidak normal.

Tabel 5.4 Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional

Variabel	Mean	Median	SD	Skewness	SE of Skewness
Mekanisme Koping	106,15	107	8,451	0,090	0,175

Berdasarkan hasil perhitungan *skewness* dibagi dengan *std error of skewness* didapatkan hasil 0,5. Jika hasilnya < 2 maka data dinyatakan terdistribusi normal dan untuk penentuan jenis mekanisme koping yang digunakan responden berdasarkan pada nilai mean yang didapat. Jika skor lebih tinggi atau sama dengan nilai mean (106,15) maka jenis mekanisme koping yang digunakan adalah mekanisme koping berfokus masalah. Sedangkan jika skor lebih rendah daripada nilai mean maka mekanisme koping yang digunakan adalah mekanisme koping berfokus emosi.

Tabel 5.5 Distribusi Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional

Mekanisme Koping	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Berfokus Masalah	98	51
Berfokus Emosi	96	49
Total	194	100

Tabel 5.5 menunjukkan hasil penelitian mengenai mekanisme koping siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta terhadap stressor Ujian Nasional. Berdasarkan tabel 5.5

diketahui bahwa siswa kelas 3 dengan mekanisme coping berfokus masalah berjumlah 98 orang (51%) sementara siswa dengan mekanisme coping berfokus emosi berjumlah 96 orang (49%).



BAB 6

PEMBAHASAN

Bab ini akan menjelaskan mengenai interpretasi hasil penelitian dan keterbatasan penelitian. Interpretasi hasil akan membahas mengenai hasil penelitian yang dikaitkan dengan teori yang ada di tinjauan pustaka. Sedangkan keterbatasan penelitian akan memamparkan mengenai keterbatasan yang terjadi selama dilakukannya penelitian.

6.1 Interpretasi Hasil

Responden dalam penelitian ini merupakan siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 194 orang. 56,7% responden berusia 17 tahun, 35,6% berusia 18 tahun, 7,2% yang berusia 16 tahun, dan 0,5% berusia 19 tahun. Hal ini terjadi karena rata-rata siswa kelas 3 SMA tahun ajaran 2011/2012 lahir pada tahun 1994 dan 1995.

Sementara itu berdasarkan proporsi jenis kelamin, 68,6% responden dari penelitian ini adalah siswa perempuan dan hanya 31,4% yang berjenis kelamin laki-laki. Jumlah responden perempuan memiliki persentase yang lebih banyak karena total siswa perempuan pada kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 berjumlah lebih banyak daripada siswa laki-laki. Total siswa perempuan kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2011 berjumlah 212 orang dan siswa laki-laki hanya 103 orang.

Penelitian ini mengambil responden baik dari jurusan IPA maupun IPS. 194 responden pada penelitian ini merupakan perwakilan masing-masing kelas dari kelas XII IPA 1 sampai dengan XII IPA 8 dan juga XII IPS 1 serta XII IPS 2. Sebanyak 80,4% responden berasal dari jurusan IPA dan 19,6% berasal dari jurusan IPS. Jumlah responden yang berasal dari jurusan IPA lebih banyak karena SMAN 1 Purwakarta memiliki 8 kelas IPA dan hanya ada 2 kelas IPS.

Siswa SMAN 1 Purwakarta menganggap Ujian Nasional yang akan mereka hadapi sebagai sumber masalah atau stressor yang menyebabkan mereka mengalami stres. Menurut Garber (2000), stres merupakan suatu lingkungan yang ditandai dengan kurangnya keinginan dan harapan yang dapat diperoleh atau adanya kegiatan tidak menyenangkan yang tidak dapat dihindari. Pada situasi ini, Ujian Nasional dianggap sebagai kegiatan tidak menyenangkan yang tidak dapat dihindari. Oleh karena itu para siswa berusaha sebisa mungkin untuk mengatasi stressor tersebut dengan kopingnya masing-masing.

Hasil penelitian menunjukkan 51% siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta menggunakan jenis mekanisme koping berfokus masalah. Data tersebut menunjukkan bahwa 51% siswa SMAN 1 Purwakarta sudah memiliki koping yang baik dalam mengatasi masalah Ujian Nasional yang mereka hadapi. Hasil penelitian ini bertentangan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Herwina (2006). Herwina dalam penelitiannya menyatakan bahwa sebagian besar remaja menggunakan koping berfokus emosi dalam mengatasi stressnya. Remaja cenderung lebih memilih untuk mengatasi stres dengan melakukan hal-hal menyenangkan yang bersifat sementara agar dapat melupakan stres yang dirasakan. Hal ini dapat terjadi karena responden, waktu, dan tempat penelitian yang digunakan berbeda.

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Purwakarta, sebuah sekolah unggulan di Kabupaten Purwakarta. Kabupaten Purwakarta sebagai kota kecil memiliki karakteristik pelajar yang tentunya berbeda dengan pelajar-pelajar lain yang berasal dari kota besar seperti Jakarta. Fasilitas hiburan di Kabupaten Purwakarta yang tidak selengkap fasilitas hiburan di kota besar menyebabkan para siswa tidak terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain. Ketidakadaan *mall* dan bioskop membuat para siswa menghabiskan waktu keseharian mereka dengan diam di rumah, berkunjung ke rumah teman, mengikuti bimbingan, atau sesekali berjalan-jalan ke luar kota. Ketersediaan salah satu atau sebagian sumber koping dapat mempengaruhi para siswa dalam memilih jenis mekanisme koping. Kondisi tersebut menyebabkan para siswa cenderung lebih memiliki mekanisme koping

yang berfokus masalah daripada mekanisme koping berfokus emosi terutama mekanisme koping berfokus emosi yang berhubungan dengan melakukan hal-hal menyenangkan yang bersifat hiburan.

Jenis mekanisme koping berfokus masalah yang banyak digunakan oleh siswa kelas 3 antara lain mengikuti program pemantapan dari sekolah, mengikuti *try out* Ujian Nasional, mengerjakan soal-soal Ujian Nasional tahun sebelumnya, dan mengikuti program bimbingan belajar. 90,7% responden mengaku mengikuti program pemantapan dari sekolah sebagai salah satu cara untuk mengatasi kecemasannya dalam menghadapi Ujian Nasional. Program pemantapan di SMAN 1 Purwakarta merupakan program pelajaran tambahan yang diberikan sekolah kepada para siswa kelas 3 setelah jam pulang sekolah. Sementara 70,6% responden juga mengaku mengikuti *try out* Ujian Nasional yang diadakan di berbagai tempat. *Try out* Ujian Nasional ini banyak diadakan oleh lembaga bimbingan belajar, alumni, ataupun sekolah itu sendiri. Selain itu para siswa juga banyak mengambil referensi soal dari soal-soal Ujian Nasional yang terdahulu agar terbiasa dengan jenis-jenis soal Ujian Nasional.

Sementara itu 49% siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta juga diketahui memiliki mekanisme koping berfokus emosi. Data tersebut menunjukkan bahwa masih cukup banyak siswa yang menggunakan mekanisme koping berfokus emosi dalam mengatasi stressor Ujian Nasional. Jenis mekanisme koping berfokus emosi yang banyak digunakan antara lain mendengarkan musik, berkumpul bersama teman-teman, mengikuti kegiatan keagamaan lebih banyak daripada biasanya, *browsing* internet, serta menonton televisi. 69% responden mengaku menjadi lebih sering menikmati musik kesukaan saat dilanda stres UN. Musik dianggap mampu menenangkan dan membantu melupakan sejenak masalah yang dihadapi. Sementara 50% responden juga mengaku sering berkumpul bersama teman-teman menjelang Ujian Nasional. Berkumpul bersama teman-teman sebaya baik sejenis maupun berlawanan jenis merupakan salah satu tugas perkembangan remaja. Selain itu 48,5% responden mengatakan lebih sering mengikuti kegiatan keagamaan saat sedang dihadapkan pada stressor Ujian Nasional. Mendekatkan

diri kepada Tuhan YME dianggap dapat memberikan ketenangan dan memenuhi kebutuhan spiritual.

Masih banyaknya siswa yang menggunakan mekanisme koping berfokus emosi ini dapat terjadi karena menurut Kaslow (2000), proses kognitif *negative self-schemas* membuat remaja memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan membuat remaja merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stressor yang dialaminya. Remaja lebih sering menghadapi stres dengan cara mengabaikan stressornya. Mengabaikan masalah dengan menghindar, mengalihkan, dan penolakan adalah strategi koping yang tidak produktif (Frydenberg, 2008).

Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menghadapi masalah yang terjadi dalam hidupnya tergantung dari nilai, kepercayaan, dan pencapaian yang ingin diraih (Frydenberg, 2008). Mengacu pada teori menurut Frydenberg tersebut, 49% responden yang memiliki mekanisme koping berfokus pada emosi dianggap memiliki nilai, kepercayaan, dan pencapaian yang kurang kuat untuk menghadapi Ujian Nasional dengan baik sehingga mereka cenderung mengabaikan stressor Ujian Nasional. Remaja dengan kepercayaan diri yang tinggi akan merasa tertantang dengan stressor akademik. Sebaliknya, remaja dengan kepercayaan diri yang rendah akan merasa sangat terancam dan akan memunculkan reaksi kecemasan yang berlebihan ketika berhadapan dengan stressor akademik di sekolah (Schwarzer & Schwarzer, 1982 dalam Frydenberg, 1997). Berdasarkan teori tersebut dapat disimpulkan bahwa 51% siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 memiliki kepercayaan diri yang tinggi terkait dengan stressor akademik Ujian Nasional sehingga merasa tertantang dan mampu memilih mekanisme koping yang tepat yaitu mekanisme koping berfokus masalah dalam mengatasi Ujian Nasional. Sementara 49% siswa lainnya kurang percaya diri dalam menghadapi stressor akademik Ujian Nasional sehingga memiliki mekanisme koping berfokus emosi serta belum mampu untuk memilih mekanisme koping yang tepat.

6.2 Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dari penelitian ini sehingga penelitian ini jauh dari sempurna. Hal tersebut disebabkan adanya beberapa keterbatasan yang dialami peneliti, seperti:

- Desain penelitian yang bersifat deskriptif sederhana sehingga hasil penelitian hanya mampu menggambarkan dan belum dapat mencapai hasil yang lebih luas lagi. Serta penelitian hanya dilakukan di SMAN 1 Purwakarta sehingga tidak mampu menyimpulkan secara umum jenis mekanisme koping siswa kelas 3 SMA menjelang Ujian Nasional.
- Instrumen penelitian yang digunakan merupakan kuesioner dimana pernyataan-pernyataannya dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan konsep yang ada. Walaupun instrumen yang digunakan sudah melalui proses uji coba kuesioner untuk mengetahui validitas dan realibilitas namun setelah instrumen diperbaiki, peneliti tidak melakukan uji coba kuesioner kembali. Sehingga mungkin kurang dapat menggali aspek yang diteliti.

6.3 Implikasi untuk Keperawatan

6.3.1 Pelayanan Keperawatan

Perawat seharusnya dapat bekerja sama dengan pihak sekolah dalam memberikan sosialisasi mengenai mekanisme koping yang tepat yang dapat digunakan oleh siswa kelas 3 SMA menjelang Ujian Nasional. Hasil penelitian ini dapat dijadikan data dasar untuk mengembangkan keilmuan keperawatan melalui program bimbingan konseling di sekolah.

6.3.2 Penelitian Keperawatan

Hasil penelitian mengenai mekanisme koping yang digunakan siswa kelas 3 SMA ini dapat dijadikan sebagai data dasar dalam mengembangkan penelitian keperawatan selanjutnya. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan juga penelitian terhadap variabel-variabel lain, seperti tingkat stres dan tingkat kecemasan.

6.3.3 Pendidikan Keperawatan

Dalam bidang pendidikan keperawatan, hasil penelitian ini dapat memberikan suatu gambaran mengenai mekanisme koping yang digunakan siswa kelas 3 menjelang Ujian Nasional. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 memiliki mekanisme koping berfokus masalah saat menjelang Ujian Nasional. Oleh karena itu dalam lingkup keperawatan, sebaiknya perawat dapat merancang program edukasi untuk siswa kelas 3 SMA mengenai jenis mekanisme koping yang tepat yang dapat digunakan menjelang Ujian Nasional.



BAB 7 PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Penelitian ini melibatkan responden sejumlah 194 orang. Kriteria responden pada penelitian ini adalah remaja, siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta, serta bersedia untuk menjadi responden dan terlibat dalam penelitian. Karakteristik responden siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta tahun ajaran 2011/2012 memiliki rata-rata umur 17 tahun, yang didominasi oleh jenis kelamin perempuan dan sebagian besar responden berasal dari jurusan IPA. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 51% responden menggunakan mekanisme koping berfokus masalah dan 49% lainnya menggunakan mekanisme koping berfokus emosi. Persentase tersebut menunjukkan bahwa lebih banyak siswa kelas 3 SMAN 1 Purwakarta yang memilih untuk mengatasi stres menjelang UN yang dihadapinya dengan berfokus dalam menghadapi ujian nasional. Contoh mekanisme koping berfokus masalah yang mereka gunakan antara lain mengikuti program pemantapan dari sekolah, mengikuti *try out* Ujian Nasional, mengerjakan soal-soal Ujian Nasional tahun sebelumnya, dan mengikuti program bimbingan belajar. Sementara contoh mekanisme koping berfokus emosi yang banyak digunakan antara lain menikmati musik yang disukai, berkumpul bersama teman-teman, dan mengikuti kegiatan keagamaan lebih sering dari biasanya.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak antara lain:

7.2.1 Peneliti lain

Jika akan melakukan penelitian dengan topik yang sama, sebaiknya menggunakan desain penelitian korelatif sehingga hasil yang didapat mampu mencapai hasil yang lebih luas.

7.2.2 Instansi Pendidikan/Sekolah

Pemberian konseling untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dan mengurangi stres yang dirasakan para siswa menjelang ujian nasional masih

perlu ditingkatkan agar lebih banyak lagi siswa yang dapat memiliki mekanisme coping yang berfokus pada masalah.

7.2.3 Perawat

Perawat diharapkan dapat terlibat dalam program konseling atau bimbingan yang dilakukan di sekolah sebagai suatu intervensi dalam konteks keperawatan jiwa.



DAFTAR PUSTAKA

- Blane, et al. (2009). *Psychological theories of drinking and alcoholism*. 2nd edition. New York: The Guilford Press.
- Cobb, Nancy J. (2001). *Adolescence*. 4th Ed. California: Mayfield publishing company.
- Cole, L. (1963). *Psychology of adolescence*. Edisi ke-5. New York: Holt. Rinehard and Winston Inc.
- Ebata, A., and Moos, R. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12, 33-54.
- Frydenberg, Erica. (2008). *Adolescent coping: Advance in theory, research, and practice*. New York: Routledge.
- Frydenberg, Erica. (1997). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. New York: Routledge.
- Garber, J. (2000). Development and depression. In M, L. Richard, S. Laurence, *Handbook of adolescence psychology* (2nd ed., p. 604). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Herwina, Mila. (2006). *Sumber stres, strategi koping dan tingkat stres pada remaja awal dan madya*. Tesis tidak dipublikasikan. Pasca sarjana Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Depok.
- Huffman, K. et al. (1994). *Psychology in action*. Canada: John Wiley & Sons.Inc

Kaslow, N.J., Adamson, L. B., & Collins, M. H. (2000). A developmental psychopathology perspective on the cognitive components of child and adolescence depression. In M, L. Richard, S. Laurence, *Handbook of adolescence psychology* (2nd ed., p. 604). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.

Kemdikbud. (2011). *Permendikbud No 59 tahun 2011*. Januari 3, 2012.

<http://dikdas.kemdikbud.go.id/application/media/file/Permendikbud%20Nomor%2059%20Tahun%202011.pdf>

Komalasari, Dian & Helmi, Avin Fadilla. (2000). Faktor-faktor penyebab perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 28: 37-47.

Newman & Newman. (2009). *Developmental through life: A psychosocial approach*. Belmont: Wadsworth Cengage Learning.

Potter & Perry. (1999). *Fundamental of nursing: Concepts, process, and practice*. St. Louis: Mosby.

Santrock, J., W. (1998). *Adolescence*. 7th Ed. McGraw Hill Companies.

Seiffge-Krenke, I. and Shulman, S. (1990). Coping style in adolescence. A cross-cultural study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21, 351-357.

Selye, H. (1974). *Stress without distress*. Philadelphia: W.B Saunders.

Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: McGraw Hill.

Umar, Husein. (2004). *Metode penelitian untuk skripsi dan tesis bisnis*. Cetakan ke-6. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

World Health Organization. (1997). Fact Sheet No. 186. Geneva, Switzerland:
Author.





UNIVERSITAS INDONESIA
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

Kampus UI Depok Telp. (021) 78849120, 78849121 Fax. 7864124
Email : fonui1@cbn.net.id Web Site : http://www.fikui.or.id

Nomor : //37 /12.F12.D1/PDP.01.04/2012

14 Maret 2012

Lamp : --

Perihal : Permohonan ijin penelitian

Yth.
Kepala Sekolah
SMAN 1 Purwakarta

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir (skripsi) bagi mahasiswa Program Studi Sarjana (SI) Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI):


Nama mahasiswa : Nadya Naviska
NPM : 0806334155

akan melakukan pengumpulan data penelitian dengan judul "Gambaran Mekanisme Koping pada Siswa Kelas 3 SMA Menjelang Ujian Nasional".

Sehubungan dengan hal tersebut, bersama ini kami mohon dengan hormat kesediaan Bapak/Ibu mengijinkan mahasiswa FIK-UI tersebut untuk melakukan pengumpulan data di lingkungan SMAN 1 Purwakarta pada bulan Maret – Mei 2012.

Atas perhatian dan ijin yang diberikan, disampaikan terima kasih.

Wakil Dekan.


Dra. Sunaiti Sahar, Ph.D
NIP. 19570115 198603 2 002

Tembusan:

1. Wakil Kepala Sekolah Bid. Kesiswaan SMAN 1 Purwakarta
2. Dekan FIK UI
3. Sekretaris FIK UI
4. Manajer Pendidikan dan Riset FIK UI

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,
Calon Responden Penelitian
Di tempat

Purwakarta, 9 April 2012

Dengan hormat,

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Nadya Naviska

NPM : 0806334155

Alamat: Jl. Basuki Rahmat Gg Kolbis No 6 RT 08/02

Sindangkasih Purwakarta 41112

Adalah mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia sedang melakukan penelitian dengan judul penelitian “Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional”.

Penelitian ini memberikan manfaat tidak langsung pada responden, yaitu dapat mengetahui koping dalam menghadapi ujian nasional melalui kuesioner yang diberikan peneliti. Penelitian ini tidak akan merugikan responden. Selain itu responden juga mendapatkan cinderamata dari peneliti atas partisipasinya menjadi responden. Penelitian ini tidak akan mengikat responden. Saya selaku peneliti akan merahasiakan identitas dan jawaban saudara sebagai responden dalam penelitian ini. Bersama surat ini kami lampirkan lembar persetujuan menjadi responden. Saudara dipersilakan menandatangani lembar persetujuan apabila bersedia secara sukarela menjadi responden penelitian.

Besar harapan kami agar saudara bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Atas kesedian dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Hormat Saya
Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Nadya Naviska
Judul Penelitian : Gambaran Mekanisme Koping Siswa Kelas 3 SMA di SMAN 1 Purwakarta Tahun Ajaran 2011/2012 Menjelang Ujian Nasional
Pembimbing : Efy Afifah, S.Kp, M.Kes

Saya telah mendapat penjelasan dari peneliti tentang tujuan penelitian ini. Saya mengerti bahwa data mengenai penelitian ini akan dirahasiakan. Semua berkas yang mencantumkan identitas subjek penelitian hanya digunakan atau dimusnahkan.

Saya mengerti bahwa tidak ada resiko yang akan terjadi dan sebagai imbalan dalam pengisian kuesioner, saya mendapat cinderamata dari peneliti. Apabila ada pertanyaan dan respon emosional yang tidak nyaman atau berakibat negatif pada saya, maka peneliti akan menghentikan pengumpulan data dan peneliti memberikan hak kepada saya untuk mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa resiko apapun.

Demikian surat pernyataan ini saya tandatangani tanpa suatu paksaan. Saya bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini secara sukarela.

Purwakarta,

2012

()

KUESIONER PENELITIAN**Usia** :**Jenis Kelamin** : Laki-laki/Perempuan***Jurusan** : IPA/IPS*

*) Coret yang tidak perlu

Beri tanda (√) pada jawaban yang paling sesuai

Keterangan: (TP: Tidak Pernah, P: Pernah, KD: Kadang-kadang, SR: Sering)

No	Pernyataan Dalam menghadapi ujian nasional maka anda akan	TP	P	KD	SR
1.	Saya bertanya kepada guru mengenai pelajaran yang belum dimengerti				
2.	Saya mengisi waktu luang dengan membaca novel				
3.	Saya membentuk kelompok belajar bersama teman-teman				
4.	Saya mencari cara agar bisa mencontek saat ujian nasional nanti				
5.	Saya menganggap ujian nasional sebagai tantangan yang harus dihadapi				
6.	Saya menangis karena stres menghadapi UN				
7.	Saya membuat jadwal belajar mandiri				
8.	Saya makan/minum secara berlebihan dari biasanya				
9.	Saya mencil dalam mempelajari bahan ujian				
10.	Saya tidur lebih banyak dari biasanya				
11.	Saya membuat prioritas kegiatan yang akan dilakukan menjelang ujian				
12.	Saya merokok untuk mengurangi stres UN				
13.	Saya menandai kalender untuk mengingatkan hari ujian nasional				
14.	Saya menikmati musik yang disukai				
15.	Saya membeli beberapa buku referensi untuk membantu memahami pelajaran yang diujikan				
16.	Saya menghabiskan waktu bersama pacar (Pacaran)				
17.	Saya membuat lingkungan rumah yang kondusif sehingga nyaman untuk belajar				
18.	Saya berolahraga saat sedang stres menghadapi UN				

(Lanjutan)

No	Pernyataan Dalam menghadapi ujian nasional maka anda akan	TP	P	KD	SR
19.	Saya bertanya mengenai pengalaman UN kepada kakak kelas yang sudah melewati UN				
20.	Saya minum minuman beralkohol				
21.	Saya menemui guru BK untuk konsultasi masalah belajar				
22.	Saya menonton tv				
23.	Saya berdiskusi dengan teman jika ada pelajaran yang kurang dipahami				
24.	Saya berjalan-jalan dengan keluarga				
25.	Saya mengikuti program bimbingan belajar				
26.	Saya pergi berbelanja				
27.	Saya menjalani les mata pelajaran dengan guru privat di rumah				
28.	Saya menghabiskan waktu dengan melakukan kegiatan bermusik (misalnya: band, karaoke)				
29.	Saya fokus dan melupakan hal yang tidak ada hubungannya dengan UN				
30.	Saya menunda makan sehingga makan lebih sedikit dari biasanya				
31.	Saya berusaha untuk masuk sekolah tiap hari agar tidak ketinggalan pelajaran				
32.	Saya mengikuti kegiatan keagamaan lebih banyak dari biasanya				
33.	Saya mengerjakan soal-soal ujian nasional tahun sebelumnya				
34.	Saya berkumpul bersama teman-teman				
35.	Saya mengikuti <i>try out</i> ujian nasional				
36.	Saya browsing internet (misalnya: facebook, twitter, dan <i>social media</i> lainnya)				
37.	Saya mengikuti program 'pemantapan' dari sekolah				
38.	Saya menghabiskan waktu dengan bermain game				

**Harap diperiksa kembali jangan sampai ada yang terlewat
Terima Kasih atas Partisipasinya 😊**

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Nadya Naviska

Tempat, Tanggal Lahir : Purwakarta, 22 Januari 1991

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat Asal : Jl. Basuki Rahmat Gg. Kolbis No 6 RT 08/02
Sindangkasih Purwakarta 41112

Email : nadyanaviska@hotmail.com
nadya.naviska@ui.ac.id

Riwayat Pendidikan :

Tahun 2008- 2012 : Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

Tahun 2005-2008 : SMAN 1 Purwakarta

Tahun 2002-2005 : SMPN 1 Purwakarta

Tahun 1996-2002 : SDN Singawinata 1 Purwakarta