



**HUBUNGAN PERSEPSI TENTANG KESESUAIAN HARAPAN ORANG
TUA DENGAN DIRI DALAM PILIHAN STUDI LANJUT DENGAN
TINGKAT STRES PADA SISWA KELAS XII
DI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

oleh

**Dita Dityas Hariyanto
NIM 092310101015**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS JEMBER
2013**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

nama : Dita Dityas Hariyanto

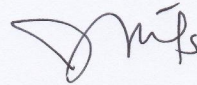
NIM : 092310101015

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember” yang saya tulis adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang harus dijunjung tinggi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari ini tidak benar.

Jember, September 2013

Yang menyatakan,



Dita Dityas Hariyanto

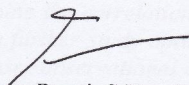
NIM 092310101015

PENGESAHAN

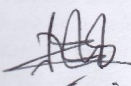
Skripsi yang berjudul “Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember” telah diuji dan disahkan oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember pada:

hari : Senin
tanggal : 23 September 2013
tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember

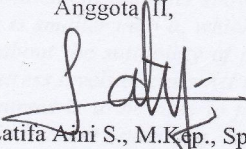
Tim Penguji
Ketua,


Hammy Rasni, S.Kp., M.Kep.
NIP. 19761219 200212 2 003

Anggota I,


Ns. Erti Ikhtiarini Dewi, M.Kep., Sp. Kep. J
NIP. 19811028 200604 2 002

Anggota II,


Ns. Latifa Aini S., M.Kep., Sp.Kom.
NIP. 19710926 200912 2 001

Mengesahkan
Ketua Program Studi,


dr. Sujono Kardis, Sp.KJ
NIP. 19490610 198203 1 001

Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember (The Correlation Perceptions About The Suitability of Parental Expectation in The Choice of Further Studies with The Stress Levels of Class XII Students in District Jember)

Dita Dityas Hariyanto

Nursing Science Study Program, Jember University

ABSTRACT

Career planning is one of the final tasks of adolescent development. Involvement of parents in the determination of adolescent career will raise parental expectations on teenagers. Parental expectations are too high on adolescent career can affect the perception of youth. Adolescents who perceive as pressure will cause stress in teens. This research aimed to determine the correlation of perception about the suitability of parental expectations in the further study options with the level of stress in class XII in Jember. This research uses observational analytic design with cross sectional design with a sample of 76 respondents. Sampling technique used is purposive sampling. Based on the research results that were 63 respondents (82.9%) had less perception in accordance with the expectations of parents and a total of 62 respondents (81,6%) experienced moderate and severe stress. Collecting data using questionnaires and analyzed using chi square test. Statistical analysis showed that the p value is 0.011 and $\alpha = 0.05$ so that the p value is smaller than α , which means that there is a relationship between the perception about the suitability of parental expectations in the choice of further studies with the stress levels of class XII students in district Jember. Recommendations are given to nurses is to be able to facilitate communication between parents and children in career planning to avoid misunderstandings between parents and children.

Keywords : *Parental Expectation in The Choice of Further Studies, Stress Levels*

RINGKASAN

Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember; Dita Dityas Hariyanto, 092310101015; 2013: 141 halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.

Pemilihan karir merupakan salah satu tugas yang rumit bagi remaja. Pemilihan karier merupakan hal yang sulit bagi remaja karena berkaitan dengan ketidakmampuan remaja yang belum tahu akan pekerjaan yang dapat memberikan jaminan masa depan pada remaja. Pemilihan karier pada remaja akan dipengaruhi faktor orang tua. Hal tersebut terjadi karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang memberikan pengaruh terhadap berbagai aspek perkembangan remaja. Keterlibatan orang tua dalam penentuan karier remaja akan memunculkan harapan orang tua pada remaja. Harapan orang tua yang terlalu tinggi tentang karier remaja akan menimbulkan konflik pada remaja. Konflik tentang harapan orang tua dapat mempengaruhi persepsi remaja tentang harapan orang tua. Persepsi tersebut akan diterima secara berbeda oleh masing-masing remaja. Remaja akan mempersepsikan sebagai suatu motivasi dan yang lain akan menganggapnya sebagai suatu tekanan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode observasional analitik dan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 7177 responden dengan sampel yang terdiri dari 76 responden. Teknik pemilihan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian dilakukan di salah satu tempat berlangsungnya ujian SBMPTN tahun 2013 yaitu di Program Studi Ilmu Keperawatan menggunakan kuesioner persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dan kuesioner tingkat stres sebagai alat pengumpul data, sehingga data yang diperoleh adalah data primer. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan *Pearson Product Moment* dan uji *Alpha Cronbach*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai persepsi yang kurang sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 63 orang (82,9%) dan sisanya mempunyai persepsi sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 13 orang (17,1%). Tingkat stres yang dialami responden sebagian besar adalah stres sedang dan berat sebanyak 62 orang (81,6%) dan stres ringan sebanyak 14 orang (18,4%). Stres sedang dan berat yang banyak dialami oleh responden terjadi karena dilakukan pengukuran setelah berlangsungnya ujian SBMPTN, sehingga peneliti juga memiliki keterbatasan dalam mengontrol situasi dan kondisi yang terjadi disekitar responden. Hasil uji statistik didapatkan $p\ value = 0,011$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PEMBIMBINGAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTO	v
HALAMAN PERNYATAAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
ABSTRACT	viii
RINGKASAN	ix
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Umum.....	8
1.3.2 Tujuan Khusus.....	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat bagi Keperawatan.....	8
1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat	9
1.4.3 Manfaat bagi Siswa	9
1.4.4 Manfaat bagi Instansi dilakukannya penelitian	9
1.5 Keaslian Penelitian	10
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	12

2.1 Remaja Akhir	12
2.1.1 Pengertian Remaja Akhir	12
2.1.2 Karakteristik Remaja Akhir.....	12
2.1.3 Perubahan Pada Masa Remaja Akhir	14
2.1.4 Tugas Perkembangan Remaja Akhir	15
2.1.5 Minat Remaja Akhir	16
2.1.6 Masalah Umum Pada Remaja	18
2.1.7 Pendidikan dan Pemilihan Karier Remaja Akhir	19
2.2 Persepsi Tentang Harapan Orang Tua.....	23
2.2.1 Definisi Persepsi.....	23
2.2.2 Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi	24
2.2.3 Proses Terjadinya Persepsi	27
2.2.4 Aspek Persepsi	28
2.2.5 Harapan Orang Tua	28
2.3 Konsep Stres	31
2.3.1 Definisi Stres	31
2.3.2 Jenis Stres	32
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Stres	34
2.3.4 Sumber Stres Psikologis.....	36
2.3.5 Tahapan Stres	37
2.3.6 Respon Terhadap Stressor	38
2.3.7 Pengukuran Stres	41
2.4 Konsep Sekolah Berbasis Kesehatan dan Perawat Sekolah	44
2.5 Hubungan Antara Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII	45
2.6 Kerangka Teori	48
BAB 3. KERANGKA KONSEP.....	49

3.1 Kerangka Konsep	49
3.2 Hipotesis Penelitian.....	50
BAB 4. METODE PENELITIAN.....	51
4.1 Desain Penelitian	51
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	51
4.2.1 Populasi Penelitian	51
4.2.2 Sampel Penelitian	51
4.2.3 Kriteria Subjek Penelitian	52
4.3 Tempat Penelitian	53
4.4 Waktu Penelitian.....	53
4.5 Definisi Operasional	54
4.6 Pengumpulan Data	55
4.6.1 Sumber Data	55
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data	56
4.6.3 Alat Pengumpulan Data.....	57
4.6.4 Uji Validitas dan Reliabilitas	62
4.7 Rencana Pengolahan Data dan Analisis Data	66
4.7.1 <i>Editing</i>	66
4.7.2 <i>Coding</i>	66
4.7.3 <i>Entry</i>	67
4.7.4 <i>Cleaning</i>	67
4.8 Analisa Data	68
4.8.1 Analisa Univariat.....	68
4.8.2 Analisa Bivariat.....	68
4.9 Etika Penelitian	69
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	71
5.1 Hasil Penelitian	72
5.1.1 Karakteristik Responden Penelitian	72
5.1.2 Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua	

dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut	74
5.1.3 Tingkat Stres Siswa Kelas XII	75
5.1.4 Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua Dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres Siswa Kelas XII	76
5.2 Pembahasan.....	77
5.2.1 Karakteristik Responden Penelitian	77
5.2.2 Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua Dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut	80
5.2.3 Tingkat Stres Siswa Kelas XII	85
5.2.4 Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua Dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres Siswa Kelas XII.....	90
5.3 Keterbatasan Penelitian	94
BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN.....	95
6.1 Simpulan	95
6.2 Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN.....	104

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan jiwa merupakan salah satu bagian yang tidak terpisahkan dari kesehatan dan merupakan unsur utama dalam terwujudnya kualitas hidup manusia yang utuh. Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi yang sehat secara emosional, psikologis, dan sosial karena adanya hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan coping yang efektif, konsep diri yang positif, dan kestabilan emosional (Videbeck, 2008). Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan jiwa adalah bagian utama dari kesehatan dan merupakan suatu kondisi sehat secara emosional, psikologis, dan sosial dari seorang individu karena adanya hubungan interpersonal yang memuaskan, perilaku dan coping yang efektif, konsep diri yang positif, dan kestabilan emosional sehingga kualitas hidup manusia yang utuh dapat terwujud.

Kualitas hidup manusia yang utuh ditunjang dengan adanya sistem pelayanan kesehatan. Pelayanan keperawatan merupakan bagian dari sistem pelayanan kesehatan yang terdiri dari peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, perawatan primer, diagnosis, tindakan, rehabilitasi, dan perawatan berkelanjutan. Pencegahan penyakit merupakan komponen penting dalam pelayanan kesehatan (Potter & Perry, 2005).

Pencegahan yang dilakukan oleh perawat tidak hanya berfokus pada pencegahan yang bersifat fisik, tetapi juga berkaitan dengan kesehatan jiwa seseorang. Perawat jiwa merupakan bagian dari profesi perawat yang berperan untuk meningkatkan kesehatan jiwa pada individu, kelompok, keluarga, dan masyarakat. Perawat jiwa dapat melakukan perannya di klinis dan di komunitas. Perawat jiwa di komunitas dapat melakukan pencegahan pada kelompok yang berisiko. Bentuk pencegahan primer yang dilakukan oleh perawat jiwa adalah melakukan peran sebagai pendidik yang memberikan pengajaran kepada komunitas untuk melakukan pencegahan agar terhindar dari gangguan jiwa. Bentuk pencegahan sekunder yang dapat dilakukan perawat jiwa adalah melakukan deteksi dini pada komunitas yang berisiko mengalami gangguan jiwa.

Salah satu bentuk gangguan jiwa adalah gangguan mental emosional seperti cemas, stres, dan depresi. Timbulnya stres diakibatkan karena ketidakmampuan individu dalam menghadapi setiap masalah dalam hidupnya. Stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami individu yang dapat berasal dari berbagai bidang kehidupan manusia. Setiap tahap tumbuh kembang manusia pasti akan pernah mengalami stres, begitu pula dengan remaja akhir. Remaja di Amerika berusia 18 hingga 24 tahun merupakan generasi paling stres diantara populasi lainnya. CEO dari *American Psychological Association* menyatakan penyebab stres pada remaja akhir tersebut adalah pekerjaan dan uang. Sebanyak 49 persen dari remaja akhir tersebut mengatakan bahwa mereka tidak bisa mengatasi stres dengan baik (Tempo, 2013).

Masa remaja akhir merupakan suatu masa ketika remaja dihadapkan pada suatu tugas perkembangan untuk mempersiapkan karier dan pekerjaan. Remaja akhir yang telah menyelesaikan sekolah menengah atas akan melanjutkan studi ke perguruan tinggi sehingga mendorong mereka dalam melakukan pemilihan jurusan yang sesuai dengan bakat serta minat mereka. Pemilihan jurusan dan eksplorasi karier pada remaja akhir akan menghadapkan remaja pada proses pengambilan keputusan (Purwanta, 2012).

Pengambilan keputusan pada remaja tentang eksplorasi karier sedikit banyak akan dipengaruhi faktor keluarga dalam hal ini orang tua. Hal tersebut terjadi karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang memberikan pengaruh terhadap berbagai aspek perkembangan remaja. Orang tua melalui aspirasinya membantu perkembangan eksplorasi karier remaja dengan memberi dukungan dan sumber daya konstruktif yang bisa digunakan remaja dalam pengambilan keputusan karier (Purwanta, 2012).

Bandura (dalam Papalia, 2008) menjelaskan bahwa orang tua dapat mempengaruhi prestasi pendidikan anak dengan melibatkan diri dalam pendidikan anak dan sebagai penasihat bagi anak-anak mereka. *National Center for Education Statistics* (dalam Papalia, 2008) juga menjelaskan bahwa siswa dengan orang tua yang amat terlibat dalam kehidupan sekolah dan memonitor perkembangan anaknya biasanya menjadi siswa yang terbaik di sekolah menengah atas. Hubungan orang tua dan remaja dapat juga menjadi sumber stres pada remaja apabila orang tua memiliki cita-cita tinggi yang tidak realistik

terhadap prestasi akademik yang terus menerus mendesak para remaja untuk mencapai sasaran yang dikehendaki.

Wong (2008) menjelaskan bahwa tekanan dari sekolah, tekanan untuk bersaing, hubungan dengan orang tua, hubungan dengan saudara kandung, hubungan dengan teman sebaya, keuangan, perencanaan karier, citra tubuh, konflik ideologis dan konflik seksualitas merupakan area stres pada remaja. Konflik tentang harapan orang tua dapat mempengaruhi persepsi anak tentang harapan orang tua. Persepsi tersebut akan ditangkap secara berbeda oleh masing-masing remaja. Remaja akan mempersepsikan sebagai suatu motivasi dan yang lain akan menganggapnya sebagai suatu tekanan.

Beberapa penelitian sebelumnya juga turut berkontribusi terhadap konflik antara orang tua dan remaja. Holmes dan Mazza (dalam Santrock, 2007) menjelaskan bahwa karakteristik remaja yang dianggap berhubungan dengan percobaan bunuh diri adalah remaja yang memiliki sejarah ketidakstabilan dan ketidakbahagiaan dalam keluarga. Ketidakstabilan dan ketidakbahagiaan dalam keluarga tersebut dalam bentuk kekurangan afeksi dan dukungan emosional, tingkat kontrol yang terlalu tinggi, tekanan berprestasi yang terlalu berlebihan dari orang tua, menjadi hal-hal yang menyebabkan depresi pada remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Hoffman (dalam Nasution, 2007) pada 120 remaja sekolah menengah lanjutan di Amerika mengatakan bahwa perbedaan antara orang tua sering terjadi, tuntutan orang tua dianggap sangat mengganggu, dan remaja takut tidak dapat memenuhi harapan orang tua. Beberapa manifestasi

seperti motivasi sosial remaja yang menurun, kecemasan tingkat tinggi, dan rasa takut akan mempengaruhi remaja dalam mengelola stres.

Mu'tadin (dalam Nasution, 2007) juga mengatakan bahwa remaja sering mengalami dilema yang sangat besar antara mengikuti kehendak orang tua atau mengikuti keinginannya sendiri dan dalam hal ini akan menimbulkan konflik pada diri remaja. Konflik ini akan mempengaruhi remaja dalam usahanya untuk mandiri, sehingga sering menimbulkan hambatan dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitarnya, bahkan dalam beberapa kasus tidak jarang remaja menjadi frustrasi dan memendam kemarahan yang mendalam kepada orang tuanya. Konflik yang banyak dialami remaja tersebut dimanifestasikan dalam bentuk depresi dan tekanan dalam kejiwaan saat mengikuti studi lanjutan.

Satu dari empat penduduk Indonesia menderita kelainan jiwa dari rasa cemas, depresi, stres, penyalahgunaan obat, kenakalan remaja sampai skizofrenia. Data hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) yang dilakukan Badan Litbang Departemen Kesehatan pada tahun 1995, antara lain menunjukkan bahwa gangguan mental remaja dan dewasa terdapat 140 per 1000 anggota rumah tangga, gangguan mental anak usia sekolah terdapat 104 per 1000 anggota rumah tangga. Prevalensi dari gangguan mental emosional pada remaja Propinsi Jawa Timur sebesar 12,3% (Risesdas, 2007).

Stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh remaja akan memunculkan dampak negatif. Dampak negatif secara kognitif antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, dan sulit memahami pelajaran. Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan

cemas, sedih, kemarahan, frustrasi, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah, dan insomnia. Dampak perilaku yang muncul antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas sekolah, penyalahgunaan obat dan alkohol, terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan yang berlebihan serta beresiko tinggi (Heiman & Kariv dalam Safaria, 2006).

Fenomena yang terjadi pada beberapa siswa kelas XII menunjukkan bahwa beberapa orang tua mempunyai harapan yang tidak sesuai dengan harapan anak. Harapan orang tua tersebut dimanifestasikan dalam bentuk paksaan orang tua agar anak memilih jurusan yang diinginkan oleh orang tua. Beberapa anak menjalani jurusan tersebut dengan setengah hati. Salah seorang siswa bahkan mengalami stres ketika menjalani jurusan yang diinginkan oleh orang tuanya dan mengatakan bahwa hasil kuliah selama di jurusan tersebut tidak maksimal sehingga pada tahun kedua perkuliahan memutuskan untuk mengikuti seleksi ulang untuk masuk perguruan tinggi dengan jurusan yang diinginkannya (Kompasiana, 2013).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Dinas Pendidikan Kabupaten Jember didapatkan data bahwa jumlah siswa kelas XII SMA baik negeri ataupun swasta pada tahun 2012 adalah 7177 siswa dengan 2951 siswa laki-laki dan 4226 siswa perempuan. Jumlah tersebut dibagi menjadi 4024 siswa pada jurusan IPA, 3123 siswa pada jurusan IPS, dan 30 siswa pada jurusan bahasa.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 18 siswa dan siswi kelas XII di salah satu SMA negeri di Jember menunjukkan bahwa dari 18 siswa dan siswi terdapat satu orang yang mengatakan bahwa orang tuanya tidak mendukung jurusan yang diminati oleh anaknya dan siswa tersebut mengatakan ada jurusan lain yang lebih tinggi yang diinginkan oleh orang tuanya. Lima belas orang mengatakan bahwa mereka malu apabila tidak mampu masuk pada jurusan favorit yang mereka inginkan dan delapan orang mengatakan bahwa mereka merasa terbebani dengan harapan orang tua untuk masuk perguruan tinggi dan jurusan favorit.

Delapan belas siswa dan siswi yang diajukan pertanyaan untuk mengetahui tingkat stres, 14 orang berada pada tingkat stres ringan dan 4 orang berada pada tingkat stres sedang. Berdasarkan penjabaran dari fenomena diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian apakah ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. mengidentifikasi karakteristik siswa kelas XII SMA;
- b. mengidentifikasi persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember;
- c. mengidentifikasi tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember;
- d. mengetahui hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat bagi keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan pustaka serta pengetahuan mahasiswa mengenai persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

1.4.2 Manfaat bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat khususnya para orang tua untuk lebih terbuka dan lebih intens lagi dalam berkomunikasi dengan anak terutama mengenai masalah pendidikan, karena pada dasarnya keputusan yang diambil akan berpengaruh terhadap kesuksesan dan masa depan anak.

1.4.3 Manfaat bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswa tentang persepsi kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan dampaknya terhadap tingkat stres sehingga nantinya siswa mampu melakukan komunikasi yang baik dengan orang tua agar tidak terjadi kesalahpahaman lagi antara keinginan orang tua dan keinginan anak. Hasil penelitian ini nantinya juga diharapkan dapat membantu siswa menggunakan mekanisme koping yang baik selama menjalani jurusan yang sudah dipilihnya dengan nyaman.

1.4.4 Manfaat bagi instansi dilakukannya penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada konselor sekolah dalam hal ini guru bimbingan konseling untuk dapat membimbing dan memberi masukan serta nasehat kepada para siswanya saat sebelum para siswa menentukan jurusan yang dipilih. Guru bimbingan konseling juga berperan menjadi penengah antara orang tua dan siswa ketika terjadi kesalahan komunikasi diantara keduanya.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian yang menjadi dasar dari penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Nainggolan (2007) yang berjudul “Hubungan Antara Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua Dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi terhadap harapan orang tua dengan ketakutan akan kegagalan pada mahasiswa Program Studi Psikologi Undip. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Undip sejumlah 181 mahasiswa dengan menggunakan teknik sampling *proporsional random sampling*. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode skala psikologi, yaitu skala ketakutan akan kegagalan yang terdiri dari 86 aitem dan skala persepsi terhadap harapan orang tua yang terdiri dari 41 aitem. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana.

Penelitian lain yang menjadi dasar dari penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Pranadji dan Muharrifah (2010) yang berjudul “Interaksi Antara Remaja, Ayah, dan Sekolah Serta Hubungannya Dengan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui interaksi antara remaja, ayah, dan sekolah serta hubungannya dengan tingkat stres dalam menghadapi Ujian Nasional pada siswa SMA Negeri dan SMA swasta. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 dan SMA Insan Kamil, Kota Bogor, Jawa Barat dengan 81 responden yang dapat mengisi kuesioner

dengan benar. Analisa data pada penelitian ini menggunakan *t independent*, Mann Whitney, korelasi Spearman, dan multiple regresi linear.

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan saat ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada sampel dan metode pengambilan sampel. Sampel pada penelitian sebelumnya adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Undip dengan menggunakan metode *proporsional random sampling* sedangkan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah remaja kelas XII SMA di Kabupaten Jember dengan menggunakan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*.

Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *chi-square*. Penelitian ini yang berjudul hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Remaja Akhir

2.1.1 Pengertian Remaja Akhir

Para ahli perkembangan membedakan masa remaja menjadi periode awal dan periode akhir. Minat karir, pacaran, dan eksplorasi identitas seringkali lebih menonjol di masa remaja akhir dibandingkan di masa remaja awal (Santrock, 2007). Masa remaja akhir adalah umumnya mereka yang tergolong lulus SMU atau sudah memasuki dunia perguruan tinggi (Dariyo, 2004).

Wong (2008) menyatakan bahwa masa remaja akhir dimulai pada usia 18 tahun dan berakhir pada usia 20 tahun. WHO menyatakan bahwa masa remaja akhir dimulai dari usia 18 tahun dan berakhir pada usia 21 tahun. Masa remaja akhir merupakan periode transisi pada rentang kehidupan manusia untuk menuju masa dewasa. Masa remaja akhir akan menyebabkan remaja lebih banyak berpikir tentang pendidikan dan pekerjaan yang dapat membawa mereka pada kesuksesan.

2.1.2 Karakteristik Remaja Akhir

Penyesuaian diri pada masa remaja awal merupakan sesuatu yang masih penting pada kelompok remaja. Penyesuaian diri akan lambat laun berkurang karena remaja mulai menginginkan adanya identitas diri dan tidak lagi menjadi puas ketika sama dengan teman-temannya (Hurlock, 1980). Pengungkapan identitas diri merupakan salah satu karakteristik dari remaja akhir. Masa remaja

akhir dan masa kuliah fokus utama adalah perkembangan identitas (Santrock, 2007). Pencarian identitas dapat dilakukan dengan usaha untuk menjelaskan bentuk peranan remaja dalam masyarakat dan cara remaja agar dapat diterima oleh orang lain (Erikson dalam Hurlock, 1980).

Hal-hal penting yang menyangkut perkembangan identitas di masa remaja akhir merupakan bentuk pertama dari perkembangan fisik, kognitif, sosio-emosional yang meningkat hingga suatu titik yang menyebabkan individu dapat menyortir berbagai identitas dan identifikasi di masa kanak-kanak untuk menuju kematangan orang dewasa (Marcia & Carpendale dalam Santrock, 2007).

Erikson (dalam Santrock, 2007) mengungkapkan bahwa identitas remaja terdiri dari identitas pekerjaan/karier, identitas prestasi/intelektual, identitas religius, identitas politik, identitas relasi, identitas seksual, identitas budaya, minat, kepribadian, dan identitas fisik. Salah satu identitas yang berkaitan dengan penelitian ini adalah identitas pekerjaan/karier. Faktor yang terlibat pada identitas karier meliputi kemampuan dan kepribadian individu, pendidikan, latar belakang sosial ekonomi, saran dari konselor sekolah, pengalaman hidup, serta nilai-nilai sosial (Papalia, 2009).

Bentuk karakteristik yang lain dari masa remaja akhir adalah lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai citra jasmani dirinya, dapat mewujudkan rasa cinta, dan mampu berpikir abstrak. Karakteristik remaja akhir yang unik dan berbeda dari rentang kehidupan yang lain harus dipahami oleh orang tua dan masyarakat. Pemahaman dan bimbingan perlu diberikan pada

remaja akhir untuk membantu remaja akhir dalam melewati masa remaja akhir dan memulai masa dewasa dengan baik.

2.1.3 Perubahan Pada Masa Remaja Akhir

Perubahan yang terjadi selama masa remaja akhir antara lain perubahan pada fisik, perubahan kognitif, perubahan sosial, perubahan emosional, serta perubahan sikap dan tingkah laku. Perubahan fisik pada remaja akhir terjadi lebih lambat dibandingkan pada saat remaja awal tetapi proses reproduksi kelenjar seks akan tetap berjalan bahkan sampai lanjut usia. Perubahan yang terjadi pada masa remaja akhir adalah penyempurnaan bentuk tubuh pada saat remaja awal. Penyakit yang berhubungan dengan pertumbuhan fisik seperti sakit perut, pusing, dan kelelahan sudah mulai berkurang. Remaja akhir lebih sering menunjukkan rasa sakit ketika dibebankan tugas atau pekerjaan kepada mereka (Mappiare, 1985).

Perubahan kognitif atau cara berpikir yang berlangsung selama masa remaja akhir meliputi kemampuan menyusun rencana, menyusun alternatif-alternatif pilihan, membuat perhitungan untung-rugi dalam memilih, dan mengadakan konsensus dengan orang tua. Remaja akhir akan lebih realistis akan kemampuan dan meletakkan tujuan sesuai dengan hal yang dapat dicapai. Remaja akhir akan berusaha dan mengerahkan usahanya untuk mencapai tujuannya dan menambah kepercayaan diri berdasarkan pada pengetahuan mengenai keberhasilan di masa lalu (Hurlock, 1980). Bentuk pilihan yang dilakukan oleh remaja akhir adalah pilihan mengenai jurusan, kelanjutan studi, pemilihan jabatan, dan teman hidup (Mappiare, 1985).

Perubahan emosional yang berlangsung di masa remaja akhir relatif lebih stabil dari masa remaja awal namun tidak berarti pula bahwa remaja akhir tidak mengalami perbedaan pendapat dengan orang lain. Perbedaan pendapat dengan orang lain akan dihadapi dengan perasaan lebih tenang dan lebih teratur (Mappiare, 1985). Hurlock (1980) mengatakan bahwa kematangan emosi remaja tercermin melalui kemampuan remaja untuk tidak meledakkan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu pada saat dan tempat yang lebih tepat. Rasa tidak bahagia berangsur-angsur timbul menggantikan rasa tidak bahagia ketika memasuki remaja akhir (Hurlock, 1980).

Perubahan sosial selama masa remaja akhir saling berhubungan dengan perkembangan pribadi dan moral pada remaja akhir. Pandangan remaja terhadap masyarakat dan kehidupan bersama dalam masyarakat banyak dipengaruhi oleh citra diri dan rasa percaya diri (Mappiare, 1985).

2.1.4 Tugas Perkembangan Remaja Akhir

Tugas perkembangan adalah tugas-tugas yang harus diselesaikan oleh individu pada fase atau periode kehidupan tertentu. Seorang individu akan merasa bahagia apabila individu berhasil dalam mencapai tugas perkembangannya dan sebaliknya apabila mereka gagal dalam mencapai tugas perkembangan akan memunculkan rasa kecewa dan juga mendapat celaan dari orang tua dan masyarakat serta dapat mengganggu tugas perkembangan pada fase selanjutnya.

Tugas perkembangan remaja akhir menurut Duvall (dalam Nurjanah, 2012) adalah menetapkan diri sebagai individu yang mandiri dengan kedewasaan, membangun ikatan afeksional yang kuat dengan calon pasangan, adopsi pola sosial orang tua dalam mempelajari pergaulan, mempelajari kontradiksi dalam etika moral, ketidaksesuaian antara prinsip dan praktik, serta menangani masalah dengan tanggung jawab, mengeksplorasi kemungkinan untuk memperoleh pasangan masa depan dan memperoleh hasrat, memilih pekerjaan, menyiapkan untuk menerima peranan individu di masa depan sebagai seorang warga yang bertanggung jawab dalam komunitas yang lebih besar, mempelajari untuk mengatur keinginan seksual, mencapai level pemahaman yang tinggi, serta memformulasikan kepercayaan dan sistem nilai.

2.1.5 Minat Remaja Akhir

Minat pada saat masa remaja akan lebih matang dibandingkan ketika masih dalam masa kanak-kanak. Minat remaja ini dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain pengalaman, tanggung jawab, lingkungan, dan kesempatan dalam mengembangkan minat. Hurlock (1980) mengungkapkan beberapa minat pada masa remaja yang khususnya terjadi pada masa remaja akhir antara lain:

1. minat rekreasi berkaitan dengan adanya tugas sekolah, tugas rumah, kegiatan ekstrakurikuler, dan pekerjaan sesudah sekolah atau pekerjaan pada akhir pekan yang menyebabkan remaja tidak mempunyai banyak waktu lagi untuk rekreasi seperti ketika mereka masih kanak-kanak. Bentuk rekreasi yang dipilih

remaja pada akhirnya adalah kegiatan-kegiatan yang mereka sukai seperti olahraga, membaca, mendengarkan musik, menonton televisi dan film.

2. minat pribadi yang terdiri dari:

- a. minat pada prestasi baik dari segi olahraga ataupun nilai akademik di sekolah yang baik akan menimbulkan kepuasan, ketenaran, dan harga diri pada remaja. Remaja akan berupaya untuk bisa menjadi yang terbaik dalam bidang-bidang tersebut untuk mendapat pengakuan dari kelompok sebayanya.
- b. minat pada kemandirian dapat menimbulkan perselisihan dengan orang tua atau dengan orang dewasa lainnya.
- c. minat pada uang berkaitan dengan minat remaja dengan kemandirian. Remaja yang ingin mandiri dan menikmati kebebasan akan bekerja sendiri untuk memperoleh uang.

3. minat pendidikan pada remaja searah dengan minat pekerjaan. Seorang remaja yang mempunyai pemikiran yang lebih matang akan karier dan pekerjaan akan terus berusaha untuk belajar dalam mencapai karir dan pekerjaan yang diinginkannya.

4. minat pekerjaan pada akhir masa remaja seringkali menjadi sumber pikiran. Beberapa anak sekolah menengah atas mulai memikirkan masa depan mereka secara bersungguh-sungguh terutama anak laki-laki. Anak laki-laki dari keluarga yang statusnya rendah berharap melalui pekerjaan akan membawa mereka pada status sosial yang lebih tinggi. Remaja dihadapkan pada dua pilihan untuk memilih antara pekerjaan yang disenangi ataukah memilih

pekerjaan yang dicita-citakan. Menjelang masa dewasa, remaja mulai menilai pekerjaan berdasarkan kemampuan, waktu, dan biaya yang diperlukan.

Setiap remaja berhak untuk memiliki minat-minat diatas dan memilih atau memiliki minat diatas sebagai tanda bahwa mereka telah memasuki masa remaja akhir. Berbagai minat yang ada pada remaja akhir tersebut dapat membawa perubahan yang baik bagi remaja seperti minat pada pendidikan dan pekerjaan. Pencapaian minat remaja terkadang terhambat oleh adanya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pencapaian minat remaja akhir adalah keinginan dan harapan orang tua yang berbeda dengan anak sedangkan faktor internal yang dapat mempengaruhi pencapaian minat remaja adalah persepsi remaja tersebut dalam menanggapi keinginan dan harapan orang tua sebagai tuntutan.

2.1.6 Masalah Umum Pada Remaja

Masalah yang dihadapi remaja dapat berasal dari dalam dan luar diri seorang remaja. Masalah internal atau yang berasal dari dalam seorang remaja adalah masalah yang berkaitan dengan perkembangan fisik dan mental seorang remaja. Masalah-masalah tersebut dapat menimbulkan rasa rendah diri pada remaja, ketidakmampuan dalam menghadapi kenyataan, dan perasaan tertekan yang terus menerus (Sujanto, 1996).

Masalah eksternal atau yang berasal dari luar diri remaja banyak dipengaruhi oleh lingkungan di sekitar remaja tinggal, yaitu lingkungan masyarakat, lingkungan sekolah, dan lingkungan keluarga. Lingkungan

masyarakat yang menyebabkan masalah pada remaja adalah diskriminasi dan persaingan yang tidak adil. Lingkungan sekolah yang dapat menyebabkan masalah pada remaja adalah perlakuan guru yang tidak adil, disiplin yang terlalu keras, hukuman yang tidak menunjang tercapainya tujuan pendidikan, kurang adanya interaksi antara guru dan murid (Sujanto, 1996). Lingkungan keluarga yang dapat menyebabkan masalah pada remaja adalah konflik pemilihan teman atau pacar, konflik pemilihan jurusan, dan konflik dengan saudara kandung (Dariyo, 2004).

2.1.7 Pendidikan dan Pemilihan Karier Pada Remaja Akhir

Remaja akhir akan melakukan tugas untuk mengembangkan kemampuan intelektual maupun keterampilan dasar guna mempersiapkan diri untuk memasuki kehidupan nyata di masyarakat. Bentuk persiapan diri yang dilakukan adalah memilih program studi yang tepat sebagai bekal untuk mengembangkan karier pribadinya (Dariyo, 2004). Winkel (1997) mengatakan bahwa konseling sangat bermanfaat bagi orang yang harus mengambil keputusan penting. Konseling terbagi menjadi empat yaitu konseling krisis, konseling fasilitatif, konseling preventif, dan konseling developmental (Mappiare, 1992).

Konseling yang diberikan pada remaja akhir dapat berasal dari orang tua dan sekolah. Keterlibatan orang tua menjadikan remaja akan lebih mudah dalam menentukan masa depannya karena adanya penunjuk arah yang diberikan dari orang tua dalam bentuk nasehat dan bimbingan. Hill dan Tyson (dalam Setiawan,

2011) mengatakan bentuk keterlibatan orang tua dapat dibagi ke dalam tiga domain, yaitu:

1. *home-based involvement* yang mencakup strategi komunikasi orang tua dan anak, keterlibatan dengan tugas sekolah, menciptakan lingkungan untuk belajar di rumah.
2. *school-based involvement* mencakup komunikasi antara orang tua dan pihak sekolah atau perguruan tinggi dan kunjungan orang tua ke perguruan tinggi
3. *academic socialization* mencakup komunikasi orang tua tentang cita-cita dan pekerjaan serta persiapan rencana untuk masa depan.

Konseling di sekolah berupa bimbingan karier di sekolah yang terbagi menjadi tiga yaitu penyadaran karier di jenjang pendidikan dasar, eksplorasi karier di jenjang pendidikan menengah awal, dan persiapan karier di jenjang pendidikan menengah akhir (Winkel, 1997). Bimbingan karier merupakan salah satu wujud upaya pendidikan karier yang berorientasi pada pendampingan proses perkembangan karier manusia muda. Materi bimbingan pada jenjang persiapan karier antara lain informasi karier, cara mengambil keputusan dan membuat pilihan, pertentangan antara pandangan sendiri dan pandangan keluarga, dan bahaya kecenderungan memilih bidang pekerjaan hanya menurut pertimbangan (Winkel, 1997).

Ginzenberg (dalam Dariyo, 2004) menjelaskan tahap-tahap perkembangan karier adalah sebagai berikut :

1. fantasi (*fantastic*) yaitu ketika individu membayangkan dirinya kelak akan memasuki dunia pekerjaan yang menurutnya dianggap sangat menguntungkan

dari segi material, keterkenalan, maupun penghargaan. Masa ini banyak ditemukan pada anak usia 3 hingga 9 tahun.

2. tentatif (*tentative*) yaitu ketika individu akan mencoba-coba untuk menyesuaikan minat atau bakat dan nilai sosial masyarakat dalam memilih suatu bidang karier pekerjaan. Tahap ini dicapai pada masa remaja awal yaitu usia 11 hingga 13 tahun.
3. realistik (*realistic*) yaitu ketika individu merencanakan pendidikan sesuai kebutuhan karier mereka. Mereka sudah memantapkan diri untuk memasuki dunia pekerjaan sesuai dengan kondisi kemampuan sendiri, sosial ekonomi orang tua, maupun keadaan sosial masyarakat. Tahap ini dicapai pada masa remaja akhir dan dewasa muda dari usia 18 hingga 25 tahun.

Berk (dalam Dariyo, 2004) mengungkapkan bahwa penentuan dan pemilihan karier seorang remaja ditentukan oleh beberapa faktor yaitu:

1. orang tua

Keikutsertaan orang tua dalam perencanaan karier anaknya berkaitan dengan masalah pembiayaan pendidikan. Orang tua meminta agar anaknya memilih program studi yang menjamin kehidupan kariernya dan yang cepat menghasilkan nilai materi agar masa depan anaknya terjamin. Dalam kehidupan nyata, tak selamanya yang menjadi pilihan orang tua akan berhasil dijalankan oleh anak tanpa disertai minat-bakat, kemampuan, kecerdasan, dan motivasi dari anak yang bersangkutan.

2. teman sebaya

Lingkungan pergaulan dalam kelompok remaja akhir cukup memberi pengaruh pada diri seorang individu dalam memilih jurusan program studi di perguruan tinggi. Remaja biasanya merasa tidak enak apabila jurusan yang dipilih tidak sama dengan teman-temannya. Pengaruh teman sebaya ini bersifat eksternal.

3. jenis kelamin

Masyarakat menghendaki agar jenis tugas dan pekerjaan tertentu dilakukan oleh jenis kelamin tertentu pula misalnya seorang perempuan akan mengambil karier sebagai sekretaris, psikolog, dosen dan seorang laki-laki akan memilih tentara, polisi, dan hakim.

4. karakteristik kepribadian individu

Hal-hal yang berkaitan dengan karakteristik kepribadian individu antara lain bakat-minat, kepribadian, intelektual. Bakat dan minat individu dapat diketahui melalui tes psikologis yang kemudian nanti hasilnya dapat digunakan dalam menentukan jurusan agar sesuai dengan bakat dan minat.

Purwanta (2012) menyatakan bahwa pemilihan karier remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari minat, kepribadian, dan prestasi akademik sedangkan faktor eksternal terdiri dari orang tua, teman sebaya, dan lingkungan sosial budaya.

Tingkat penyesuaian diri pada perkembangan seorang remaja sangat tergantung dari pengarahannya orang tua dan iklim psikologis serta sosial yang mewarnai rumah tangga. Pengarahan orang tua akan memunculkan harapan

tentang pemenuhan salah satu tugas perkembangan remaja yaitu pendidikan. Munculnya harapan orang tua pada remaja tentang jurusan yang akan dipilih telah membentuk persepsi pada diri remaja.

2.2 Persepsi Tentang Harapan Orang Tua

2.2.1 Definisi Persepsi

Persepsi adalah proses masuknya stimulus oleh alat indra dan adanya proses penerjemahan oleh otak sehingga individu dapat memahami tentang sebuah keadaan yang terjadi pada lingkungan ataupun pada dirinya sendiri (Sunaryo, 2004). Walgito (dalam Sunaryo, 2004) mengatakan bahwa persepsi adalah suatu aktivitas yang terintegrasi pada diri manusia karena adanya suatu rangsangan yang diterima oleh individu. Persepsi menurut Wade (2008) adalah sekumpulan tindakan mental yang mengatur impuls sensorik menjadi pola bermakna. Wade (2008) juga menjelaskan bahwa persepsi adalah proses pengaturan dan penerjemahan informasi sensorik oleh otak. Berdasarkan paparan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa persepsi adalah aktivitas yang menggabungkan dan mengorganisasi data secara terintegrasi dari seorang individu ketika mendapat rangsangan dari lingkungan dan dari dalam dirinya yang diterima oleh panca indera sebagai informasi sensorik dan kemudian terjadi proses penerjemahan oleh otak sehingga individu tersebut dapat mengartikan sesuatu yang diamatinya.

2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Persepsi

Persepsi seorang individu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Shaleh (2004) dan Wade (2008) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi antara lain:

1. kebutuhan.

Seseorang yang membutuhkan sesuatu atau memiliki ketertarikan akan suatu hal, dapat membuat seseorang mudah dalam mempersepsikan sesuatu berdasarkan kebutuhannya misalnya ketika seseorang membutuhkan sesuatu dan menginginkan sesuatu hal, seseorang tersebut akan dapat lebih mudah dalam mempersepsikan sesuatu berdasarkan kebutuhannya.

2. kepercayaan.

Seseorang yang menganggap segala sesuatunya benar menurut pemikirannya akan dapat mempengaruhi interpretasi terhadap sinyal sensorik yang ambigu pada otak.

3. emosi.

Emosi dapat mempengaruhi interpretasi seseorang mengenai suatu informasi sensorik. Emosi positif akan menghambat munculnya kecemasan dan ketakutan yang dapat menekan rasa sakit, sebaliknya emosi negatif seperti marah, takut, sedih, atau depresi dapat memperkuat dan memperpanjang rasa sakit seseorang.

4. ekspektasi

Pengharapan seseorang di masa yang akan datang tentang cita-citanya akan mempengaruhi persepsi dan cara pikir seseorang tersebut untuk mencapai cita-citanya.

5. nilai dan kebutuhan individu

Seseorang dengan orang yang lain akan berbeda dalam melihat dan mengamati sebuah rangsangan, tergantung dari sudut pandang yang digunakan orang tersebut dalam menilai.

6. pengalaman dahulu

Pengalaman terdahulu akan mempengaruhi seseorang dalam mempersepsikan dunianya misalnya pengalaman dibidang pendidikan.

Berdasarkan pemaparan Shaleh (2004) dan Wade (2008) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi, dapat diuraikan contoh dari masing-masing faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi terkait pilihan studi lanjut pada remaja akhir antara lain:

1. kebutuhan

Seseorang yang ingin melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi negeri akan lebih mudah dalam menjelaskan berbagai hal yang berhubungan dengan perguruan tinggi negeri yang ia inginkan.

2. kepercayaan

Seseorang yang yakin bahwa dirinya akan diterima pada sebuah fakultas ternama di perguruan tinggi negeri akan membenarkan yang ada dalam

pikirannya tersebut walaupun banyak orang tidak percaya dengan yang diucapkannya.

3. emosi

Persepsi seorang siswa yang baik dan positif tentang penerimaan dirinya di sebuah perguruan tinggi favorit akan menghindarkannya dari rasa takut dan cemas, sedangkan persepsi buruk akan membuatnya semakin gelisah bahkan stres.

4. ekspektasi

Seorang siswa yang ingin menjadi dokter akan mempengaruhi persepsi dan usahanya untuk meraih cita-cita menjadi dokter.

5. nilai dan kebutuhan individu

Seorang yang memandang bahwa pendidikan adalah penting untuk mendapatkan masa depan yang cerah akan mempunyai persepsi dan cara berpikir yang berbeda dengan seseorang yang tidak peduli dengan pendidikan dan masa depannya.

6. pengalaman dahulu

Seorang siswa yang akan memasuki dunia baru dalam pendidikan misalnya perkuliahan akan menyiapkan sesuatu yang lebih baik berbeda ketika mereka masih berada pada sekolah menengah atas.

2.2.3 Proses Terjadinya Persepsi

Sunaryo (2004) membagi proses terjadinya persepsi menjadi tiga, yaitu:

1. proses fisik yang dimulai dari munculnya objek yang dirubah menjadi stimulus yang kemudian diterima oleh reseptor atau alat indra;
2. proses fisiologis yang dimulai dari stimulus kemudian diterima oleh saraf sensoris dan dilanjutkan ke otak;
3. proses psikologis yakni proses di dalam otak sehingga individu menyadari stimulus yang diterima.

Komunikasi sebagai salah satu cara manusia berhubungan baik secara verbal dan nonverbal dapat dipengaruhi oleh persepsi (Blais *et al*, 2006). Komunikasi yang diartikan sebagai suatu proses dua arah yang meliputi pengiriman dan penerimaan pesan (informasi) akan dapat menimbulkan persepsi yang berbeda baik pada pengirim ataupun penerima pesan. Informasi yang dikirim akan menjadi suatu stimulus yang dilanjutkan ke otak dan didalam otak informasi tersebut akan diproses. Hal tersebut juga merupakan salah satu bentuk proses terjadinya persepsi. Faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi antara lain tahap perkembangan, jenis kelamin, peran dan hubungan, karakteristik sosiokultural, nilai dan persepsi, ruang dan teritorial, lingkungan, kesesuaian, dan sikap interpersonal. Kegagalan untuk mendapatkan respons atau umpan balik dapat mengakibatkan komunikasi menjadi tidak efektif (Blais *et al*, 2006).

2.2.4 Aspek-aspek Persepsi

McDowell & Newell (dalam Nainggolan, 2007) mengatakan bahwa aspek-aspek persepsi terdiri dari dua hal, yaitu:

1. kognisi yaitu aspek yang berhubungan dengan cara berpikir yakni pandangan seseorang berdasarkan keinginan atau pengharapan berdasarkan pengetahuan atau pengalaman yang pernah dialaminya.
2. afeksi yaitu aspek yang berhubungan dengan perasaan yakni perasaan atau emosi yang dimiliki seseorang yang dapat mempengaruhi persepsinya.

Persepsi individu tentang sesuatu hal dapat dipengaruhi dari keadaan luar individu. Beberapa individu akan mempersepsikan berbeda ketika melihat sesuatu yang sama. Begitu pula yang terjadi pada remaja akhir yang sedang duduk di kelas XII. Orang tua sebagai pemberi arah akan banyak memberikan harapan pada anaknya tentang jurusan yang akan mereka pilih nantinya. Beberapa orang tua ingin agar anaknya memilih jurusan yang nantinya dapat memberikan masa depan yang baik bagi anak mereka. Harapan orang tua ini nantinya akan dipandang sebagai salah satu stimulus oleh siswa yang kemudian mereka akan mencernanya dan dapat memunculkan persepsi yang berbeda pada masing-masing anak.

2.2.5 Harapan Orang Tua

Soekamto (dalam Nainggolan, 2007) mengatakan bahwa harapan orang tua adalah adanya sesuatu yang diharapkan dan diminta oleh orang tua pada anaknya sesuai dengan pemikiran dan kemauan orang tua. Poerwadarminta (dalam Nainggolan, 2007) menyatakan bahwa harapan orang tua adalah keinginan orang

tua agar anak melakukan sesuatu yang maksimal dan mampu mendapatkan sesuatu tersebut. Christenson (dalam Nainggolan, 2007) mendefinisikan harapan orang tua sebagai keinginan orang tua terhadap anak tentang pencapaian prestasi akademik di sekolah yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi belajar anak.

Berdasarkan paparan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa harapan orang tua adalah sesuatu yang diinginkan oleh orang tua terhadap anak agar anak dapat melakukan sesuatu yang diharapkan tersebut secara maksimal, dimana biasanya orang tua berharap akan prestasi akademik yang bagus di sekolah. Selain prestasi akademik, orang tua biasanya memiliki harapan agar anaknya mempunyai masa depan yang cerah dalam hal pekerjaan sehingga menyebabkan orang tua turut berperan dalam hal pemilihan jurusan di perguruan tinggi yang menurut mereka lebih memudahkan anaknya dalam mencari pekerjaan.

Menurut Gunarsa (dalam Nainggolan, 2007) terdapat dua macam harapan orang tua terhadap anak, yaitu:

1. harapan dalam arti spiritual

Segala sesuatu yang diberikan oleh orang tua kepada anak harus diingat dengan baik dan dilakukan dalam kehidupan pergaulan anak, baik di lingkungan keluarga ataupun di lingkungan masyarakat.

2. harapan untuk penyaluran energi dalam setiap kegiatan

Semua orang tua mengharapkan agar anaknya dapat mengikuti berbagai kegiatan yang dipandang baik oleh orang tua, karena hal tersebut dapat menghindarkan anak dari aktivitas yang dapat menjerumuskan ke dalam

pergaulan bebas. Beberapa harapan ini adalah kegiatan yang dipandang baik dalam aktivitas anak meliputi suksesnya belajar dan tercapainya cita-cita yang diinginkan.

Mussen (dalam Nainggolan, 2007) menjabarkan karakteristik orang tua yang memiliki harapan terhadap prestasi anak antara lain:

1. mengharapkan anak untuk melakukan segala sesuatu secara mandiri, orang tua hanya memberi nasehat dan bimbingan berupa alternatif pemecahan masalah untuk anak;
2. memberikan *reward* baik berupa hadiah atau pujian kepada anak yang berprestasi dan memberikan hukuman kepada anak yang tidak berprestasi.

Munculnya harapan orang tua pada anak dapat mendorong anak untuk mempunyai *self efficacy* memenuhi harapan. *Self efficacy* memenuhi harapan termasuk salah satu domain dari *self efficacy* yang mengukur keyakinan anak mengenai keyakinannya untuk memenuhi sesuatu yang diharapkan guru dan orang tua.

Berdasarkan aspek-aspek persepsi dan karakteristik harapan orang tua yang dikemukakan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek persepsi tentang harapan orang tua adalah:

1. aspek kognisi yaitu aspek yang menyangkut pengharapan dan cara berpikir anak terhadap pemberian nasehat dan bimbingan berupa alternatif pemecahan masalah, hadiah, dan hukuman kepada anak;

2. aspek afeksi yaitu aspek yang menyangkut perasaan anak terhadap pemberian nasehat dan bimbingan berupa alternatif pemecahan masalah, hadiah, dan hukuman kepada anak.

Harapan orang tua yang terlalu tinggi dan tidak sesuai dengan kemampuan akan menimbulkan tekanan pada remaja. Tekanan yang terjadi secara terus menerus akan menimbulkan stres pada remaja.

2.3 Konsep Stres

2.3.1 Definisi Stres

Selye (dalam Sunaryo, 2004) mendefinisikan stres sebagai respon manusia yang bersifat tidak spesifik karena adanya setiap tuntutan kebutuhan sehari-hari yang ada dalam dirinya. Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu dalam lingkungan tersebut (Cornelli dalam Sunaryo, 2004). Stres didefinisikan sebagai respon adaptif yang dipengaruhi oleh karakteristik individual atau proses psikologis sebagai akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik atau psikologis terhadap seseorang (Ivancevich dan Matteson dalam Kreitner dan Kinicki dalam Alimul, 2006).

Stres adalah fenomena yang mempengaruhi semua dimensi dalam kehidupan seseorang. Stres dapat mengganggu cara seseorang dalam menyelesaikan masalah, berpikir secara umum, dapat mengganggu pandangan seseorang terhadap hidup, dan status kesehatan (Potter & Perry, 2005).

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa stres adalah respon atau reaksi tubuh manusia yang bersifat tidak spesifik karena adanya setiap tuntutan kebutuhan sehari-hari baik dari segi lingkungan maupun penampilan individu dalam lingkungan tersebut sehingga dapat menimbulkan keadaan yang mencekam dan ketegangan dalam hidup seseorang serta ketidakseimbangan dalam tubuh manusia.

2.3.2 Jenis Stres

Alimul (2006) membagi jenis stres didasarkan pada penyebab stres, antara lain:

1. stres fisik merupakan stres yang disebabkan oleh keadaan fisik seperti temperatur yang terlalu tinggi atau rendah, suara amat bising, sinar yang terlalu terang, dan tersengat arus listrik;
2. stres kimiawi merupakan stres yang disebabkan oleh asam-basa kuat, obat-obatan, zat beracun, hormon, atau gas;
3. stres mikrobiologik merupakan stres yang disebabkan oleh virus, bakteri, atau parasit yang dapat menimbulkan penyakit;
4. stres fisiologik merupakan stres yang disebabkan oleh gangguan struktur, fungsi, jaringan, organ, atau sistemik sehingga menimbulkan fungsi tubuh tidak normal;
5. stres pertumbuhan dan perkembangan merupakan stres yang disebabkan oleh adanya gangguan pertumbuhan pada setiap tahapan tumbuh kembang manusia dari masa bayi sampai masa lanjut usia;

6. stres psikis/emosional merupakan stres yang disebabkan oleh gangguan hubungan interpersonal, sosial, budaya, atau keagamaan.

Hawari (dalam Sunaryo, 2004) membagi stres ditinjau dari tipe kepribadian individu dibedakan menjadi dua macam yaitu:

1. *Type A Behaviour Pattern*. Tipe ini memiliki resiko tinggi mengalami stres dengan ciri-ciri kepribadian meliputi cita-cita tinggi (ambisius), suka menyerang (agresif), suka bersaing (kompetitif) namun dengan cara yang kurang sehat, merangkap banyak jabatan, emosional yang ditandai dengan mudah marah, mudah tersinggung, mudah mengalami ketegangan, dan kurang sabar, terlalu percaya diri, kontrol diri yang kuat, terlalu waspada, tindakan dan cara bicaranya cepat dan tidak dapat diam (hiperaktif), cakap dalam berorganisasi, cakap dalam memimpin, tipe kepemimpinan otoriter, bekerja tidak mengenal waktu, kurang rileks dan serba terburu-buru, tidak mudah bergaul, kurang ramah, sifatnya kaku (tidak fleksibel), dan berusaha keras agar segala sesuatunya terkendali.
2. *Type B Behaviour Pattern*. Tipe ini kebal terhadap adanya stres dengan ciri-ciri kepribadian meliputi cita-cita atau ambisinya wajar, berkompetisi secara sehat, tidak agresif, tidak memaksakan diri, emosi yang terkendali yang ditandai dengan tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung, penyabar, dan tenang, kewaspadaan, kontrol diri, dan percaya diri yang wajar, cara bertindak tenang dan dilakukan pada saat yang tepat, tidak memaksakan diri dalam menghadapi tantangan, bersikap ramah dan mudah bergaul, dan bersikap fleksibel serta tidak merasa dirinya paling benar.

2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Stres

Beberapa hal yang dapat menimbulkan stres pada seseorang yang dikemukakan oleh Sunaryo (2004) antara lain:

1. faktor biologis yaitu hereditas, kondisi fisik, neurofisiologi, dan neurohormonal;
2. faktor psikoedukatif/sosio kultural yaitu perkembangan kepribadian, pengalaman, motivasi, dan kondisi lain yang mempengaruhi.

Respon terhadap stresor yang diberikan pada individu akan berbeda, hal tersebut tergantung dari faktor stresor dan kemampuan koping yang dimiliki individu. Alimul (2006) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada seseorang individu antara lain:

1. sifat stresor

Sifat stresor dapat berubah secara tiba-tiba dan dapat mempengaruhi respon seseorang dalam menghadapi stres.

2. durasi stresor

Lamanya stresor yang dialami seseorang dapat mempengaruhi respon tubuh. Seseorang yang mendapat stresor lebih lama memiliki respon lebih lama dibandingkan dengan seseorang yang mendapat stresor lebih singkat.

3. jumlah stresor

Jumlah stresor yang banyak akan semakin besar pula dampaknya pada fungsi tubuh seseorang.

4. pengalaman masa lalu

Pengalaman masa lalu seseorang dalam menghadapi stres dapat menjadi bekal dalam menghadapi stres berikutnya.

5. tipe kepribadian

Seseorang dengan tipe kepribadian A akan lebih rentan mengalami stres daripada seseorang dengan tipe kepribadian B.

6. tahap perkembangan berkaitan dengan tahap perkembangan usia individu.

Bertambahnya usia individu dapat membentuk kemampuan adaptasi yang semakin baik terhadap stresor.

Papero (dalam Sriati, 2008) mengemukakan empat faktor psikologi yang dianggap mempengaruhi mekanisme respons stres adalah sebagai berikut:

1. kontrol berkaitan dengan keyakinan bahwa seseorang memiliki kontrol terhadap stresor yang mengurangi intensitas respons stres.
2. prediktabilitas berkaitan dengan stresor yang dapat diprediksi menimbulkan respons stres yang tidak begitu berat dibandingkan stresor yang tidak dapat diprediksi.
3. persepsi berkaitan dengan pandangan individu dalam mempersepsikan stresor saat ini dapat meningkatkan atau menurunkan intensitas respons stres.
4. respon koping berkaitan dengan ketersediaan dan efektivitas mekanisme yang mengikat ansietas dapat menambah atau mengurangi respons stres.

Faktor penyebab stres yang khusus yang berkaitan dengan remaja akhir adalah pemilihan jurusan setelah kelulusan yang tidak pernah lepas dari karakteristik perguruan tinggi yang akan dipilih. Beberapa karakteristik perguruan

tinggi akan berpengaruh pada pemilihan jurusan pada remaja yang dapat memberi stresor tersendiri pada remaja seperti status akreditasi, fasilitas fisik, biaya, kualitas dan kuantitas dosen, jalur dan jenjang pendidikan (D3/S1), jumlah Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan Perguruan Tinggi Swasta (PTS), serta jalur masuk perguruan tinggi (Mahmudi, 2006).

2.3.4 Sumber Stres Psikologis

Maramis (dalam Sunaryo, 2004) mengemukakan penyebab stres psikologis, yaitu:

1. frustrasi timbul akibat seseorang mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam hidupnya dikarenakan adanya hambatan dan aral melintang. Frustrasi yang bersifat intrinsik seperti cacat badan dan kegagalan usaha, sedangkan frustrasi yang bersifat ekstrinsik dapat berupa kecelakaan, bencana alam, kematian orang yang dicintai, goncangan ekonomi, pengangguran, dan perselingkuhan.
2. konflik yang ada dalam diri manusia timbul karena ketidakmampuan individu dalam memilih antara dua atau lebih macam keinginan, kebutuhan, atau tujuan.
3. tekanan hidup sehari-hari yang muncul pada hidup seseorang dan datang secara bergantian akan dapat menimbulkan tekanan pada individu.

Tekanan tersebut dapat muncul dari dalam individu misalnya cita-cita yang terlalu tinggi yang tidak disesuaikan dengan kemampuan individu tersebut

dan tekanan yang berasal dari luar individu berupa orang tua yang menuntut anaknya agar selalu mendapat peringkat pertama di sekolah.

4. krisis yaitu terjadinya keadaan yang mendadak pada individu sehingga menimbulkan stres pada individu seperti kematian orang yang disayangi, kecelakaan, dan penyakit yang harus segera dioperasi.

2.3.5 Tahapan Stres

Alimul (2006) membagi tahapan stres menjadi enam tahapan, yaitu:

1. stres tahap pertama (paling ringan), yaitu stres yang disertai dengan perasaan ingin bekerja berlebihan namun tidak memperhitungkan tenaga yang dimiliki;
2. stres tahap kedua, yaitu stres yang disertai dengan keluhan karena cadangan energi yang sudah mulai habis dan tidak memadai. Gejala yang muncul dari stres tahap ini adalah rasa letih ketika bangun pagi, merasa lelah setelah makan siang dan menjelang sore, perut tidak nyaman, tidak dapat rileks, jantung berdebar, perasaan tegang pada punggung dan tengkuk;
3. stres tahap ketiga, yaitu stres dengan keluhan namun keluhan yang ada lebih tampak sering dengan meningkatnya tahapan stres. Keluhan yang muncul pada tahap ini antara lain gangguan lambung dan usus (gastritis, maag, atau diare), gangguan emosional, gangguan pola tidur (sulit tidur dan sering terbangun ketika tidur), koordinasi tubuh terganggu;
4. stres tahap keempat, yaitu stres dengan keluhan seperti tidak mampu bekerja sepanjang hari, kehilangan kemampuan dalam menanggapi situasi, pergaulan

sosial, dan kegiatan rutin lainnya, gangguan pola tidur, konsentrasi dan daya ingat menurun, timbul ketakutan dan kecemasan;

5. stres tahap kelima, yaitu tahapan stres yang ditandai dengan kelelahan fisik dan mental, gangguan pencernaan berat, ketidakmampuan dalam melakukan pekerjaan yang sederhana dan ringan, meningkatnya rasa takut dan cemas, serta panik;
6. stres tahap keenam (paling berat), yaitu stres tahap akhir dan merupakan keadaan gawat darurat. Gejala yang menyertai stres tahap enam antara lain jantung berdebar sangat keras, keringat dingin, sesak nafas, dan pingsan.

2.3.6 Respon Terhadap Stressor

Reaksi yang muncul ketika seseorang mengalami stres menurut Hawari (dalam Sunaryo, 2004) antara lain:

1. perubahan warna rambut dari hitam menjadi kecoklatan, beruban, dan mengalami kerontokan;
2. gangguan ketajaman penglihatan;
3. tinnitus (pendengaran berdenging);
4. daya mengingat, konsentrasi, dan berpikir menurun;
5. wajah tegang, serius, tidak santai, sulit senyum, dan kedutan pada wajah;
6. bibir dan mulut kering;
7. kulit dingin atau panas, banyak berkeringat, gatal-gatal, tumbuh jerawat, dan kesemutan;
8. sesak nafas, jantung berdebar-debar, gangguan pencernaan, sering berkemih;

9. kadar gula meninggi dan pada wanita terjadi gangguan menstruasi;
10. libido menurun atau bisa juga meningkat.

Beberapa masalah keperawatan yang dapat muncul pada seseorang yang sedang mengalami stres adalah risiko bunuh diri, termoregulasi tidak efektif, koping tidak efektif, pola seksualitas tidak efektif, putus asa, harga diri rendah kronis, gangguan pola tidur, gangguan pola eliminasi urin dan alvi (NANDA, 2005). Masalah keperawatan yang muncul perlu diperhatikan oleh perawat agar tidak menjadi lebih parah sehingga tidak muncul komplikasi.

Potter dan Perry (2005) membagi respon terhadap stres menjadi dua bagian, yaitu respon fisiologis dan respon psikologis. Respon fisiologis terhadap stres dibagi menjadi dua yaitu:

1. *Local Adaptation Syndrome* (LAS) atau sindrom adaptasi lokal adalah respon tubuh terutama jaringan dan organ terhadap stres akibat trauma, penyakit, atau perubahan fisik lainnya. Sindrom adaptasi lokal ini memiliki beberapa karakteristik, antara lain respon yang terjadi hanya setempat dan tidak melibatkan seluruh sistem tubuh, respon bersifat adaptif dan membutuhkan stresor untuk menstimulasinya, respon hanya berjangka pendek, respon bersifat restoratif, sindrom adaptasi lokal dapat membantu dalam memulihkan keseimbangan bagian tubuh.
2. *General Adaptation Syndrome* (GAS) adalah respon fisiologis dari seluruh tubuh terhadap stres. Respon ini melibatkan beberapa sistem tubuh terutama sistem saraf otonom dan sistem endokrin. GAS terdiri atas reaksi peringatan, tahap resisten, dan tahap kehabisan tenaga.

Respon psikologis terhadap stres dapat berupa perilaku adaptif psikologis atau yang dapat disebut dengan mekanisme koping. Mekanisme koping dapat berupa perilaku yang berorientasi pada tugas yang mencakup penggunaan teknik pemecahan masalah secara langsung untuk menghadapi ancaman. Potter & Perry (2005) mengemukakan beberapa contoh perilaku yang berorientasi pada tugas antara lain:

1. perilaku menyerang adalah tindakan untuk menyingkirkan atau mengatasi suatu stresor atau untuk memuaskan kebutuhan;
2. perilaku menarik diri adalah menarik diri secara fisik atau emosional dari stresor;
3. perilaku kompromi adalah mengubah metode yang biasa digunakan, atau mengganti tujuan untuk menghindari stres.

Mekanisme koping yang lain berupa mekanisme pertahanan ego yakni metode koping terhadap stres secara tidak langsung yang bertujuan untuk memberikan perlindungan pada individu agar terhindar dari ansietas dan stres (Potter & Perry, 2005). Contoh dari mekanisme pertahanan ego antara lain:

1. kompensasi adalah penutupan suatu defisiensi dalam satu aspek citra diri dengan secara kuat menekan suatu gambaran yang dianggap sebagai suatu aset;
2. konversi adalah perilaku secara tidak sadar menekan suatu konflik emosional dan memindahkannya menjadi gejala non organik;

3. menyangkal adalah penghindaran konflik emosional secara sadar untuk menolak mengakui segala sesuatu yang menyebabkan nyeri emosional yang tidak dapat ditoleransi;
4. pemindahan tempat adalah memindahkan emosi, ide, atau keinginan dari situasi yang menegangkan kepada hal lain yang lebih sedikit mengakibatkan ansietas;
5. identifikasi adalah pembuatan pola perilaku yang dilakukan oleh orang lain dan menerima kualitas, karakteristik, dan tindakan orang tersebut;
6. regresi adalah koping terhadap stresor melalui tindakan dan perilaku yang berkaitan dengan periode perkembangan sebelumnya.

2.3.7 Pengukuran Stres

Beberapa alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat stres pada individu antara lain:

1. skala penilaian penyesuaian sosial (*Social Readjustment Rating Scale-SRRS*)/skala Holmes

Holmes dan Rahe memperkenalkan alat ukur ini pertama kali pada tahun 1967. Skala ini menghitung jumlah stres yang dialami seseorang dengan cara menambahkan nilai relatif stres yang disebut Unit Perubahan Hidup. Skala ini didasarkan pada premis bahwa peristiwa baik maupun buruk dalam kehidupan seseorang dapat meningkatkan tingkat stres dan membuat orang tersebut lebih rentan terhadap penyakit dan masalah kesehatan mental

(Alimul, 2006). Nieven dalam Wahyudi (2006) mengemukakan kelemahan dari alat ukur ini, yaitu:

- a. penggunaannya hanya pada satu dimensi yaitu stres;
- b. penilaian kognitif tidak digambarkan;
- c. aitem pada skala pengukuran tidak memisahkan antara pemicu dan efek dari stres;
- d. skala ukur tidak relevan karena pengembangannya sudah lebih dari 35 tahun yang lalu;
- e. peneliti membutuhkan jangka waktu yang lama untuk mengetahui pengaruh stres terhadap kejadian suatu penyakit.

2. *Depression Anxiety Stress Scale (DASS 42)*

Lovibond mengemukakan alat ukur stres DASS 42 ini pada tahun 1995. Alat ukur ini terdiri dari 42 item pertanyaan yang masing-masing dinilai sesuai dengan intensitas kejadian. Diagnosa gangguan jiwa tidak dapat ditentukan dengan menggunakan DASS 42.

3. skala Miller dan Smith

Gaya hidup dan lingkungan seseorang dapat menjadikannya lebih kebal atau lebih rentan terhadap stres. Tingkat kekebalan atau ketahanan terhadap stres diukur dengan menggunakan skala Miller dan Smith. Skala Miller dan Smith berisikan 20 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden dan setiap pertanyaan diwakilkan dengan 5 skala jawaban yaitu 1 = hampir selalu, 2 = biasanya, 3 = kadang-kadang, 4 = hampir tidak pernah, dan 5 = tidak pernah (Alimul, 2006).

4. *Perceived Stress Scale (PSS)*

PSS dipublikasikan oleh Sheldon Cohen pada tahun 1983. PSS mengukur tingkat stres pada keluarga yang terjadi pada satu bulan yang lalu. PSS terdiri dari 10 item pertanyaan dengan 5 skala yaitu 0 = tidak pernah, 1 = hampir tidak pernah, 2 = kadang-kadang, 3 = cukup sering, dan 4 = sangat sering. Penelitian yang telah dilakukan oleh Cohen nilai tertinggi untuk rentan terhadap stres adalah 20 poin.

5. *Student Life Stress Inventory (SLSI)*

SLSI dipublikasikan oleh Gadzella pada tahun 1991. SLSI terdiri dari dua dimensi yaitu dimensi stresor dan reaksi terhadap stresor. Dimensi stresor diwakilkan dengan lima indikator yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan *self imposed* yang berjumlah 23 pernyataan, sedangkan dimensi reaksi terhadap stresor terdiri dari empat indikator yaitu fisiologis, psikologis, perilaku, dan penilaian kognitif yang berjumlah 31 pernyataan sehingga total dari pernyataan pada SLSI adalah 54 *item* pernyataan tertutup dengan menggunakan skala likert yaitu 1 = tidak pernah, 2 = jarang, 3 = kadang-kadang, 4 = sering, dan 5 = selalu. Nilai uji reliabilitas dari *Student Life Stress Inventory* menggunakan test-retest reliabilitas adalah 0,78 (Gadzella, 2001).

6. *Student Stress Scale (SSS)*

SSS merupakan adaptasi dari skala Holmes dan Rahe. Seorang pelajar dengan nilai 300 akan mengalami resiko tinggi terhadap kesehatan. Nilai total diperoleh dari kalkulasi masing-masing poin pada tiga waktu yang berbeda.

2.4 Konsep Sekolah Berbasis Kesehatan dan Perawat Sekolah

Keperawatan komunitas sebagai salah satu cabang ilmu keperawatan memandang anak usia sekolah dan remaja merupakan salah satu kelompok yang perlu mendapatkan perhatian karena kesehatan fisik dan mental mereka adalah salah satu tanda dari keadaan sosial pada masyarakat yang akan datang. Pelayanan kesehatan yang dapat diberikan oleh perawat pada anak usia sekolah dan remaja terbagi menjadi tiga kategori yaitu pencegahan, perlindungan kesehatan, dan promosi kesehatan (Allender, 2005).

Pelayanan pencegahan terdiri dari program imunisasi, pelayanan dukungan orang tua, program perencanaan keluarga, pelayanan pada anak dan remaja dengan penyakit transmisi seksual, dan program pencegahan penyalahgunaan obat dan alkohol. Pelayanan proteksi kesehatan terdiri dari kontrol terhadap luka dan kecelakaan, program menurunkan bahaya lingkungan, kontrol penyakit menular, konseling dan intervensi krisis, dan perlindungan anak dan remaja dari pengabaian dan kekerasan. Promosi kesehatan terdiri dari kontrol berat badan, latihan dan olahraga, pendidikan mengenai merokok, alkohol, dan obat, dan cara mengendalikan stres (Allender, 2005).

Sekolah berbasis kesehatan adalah salah satu bagian dari program kesehatan di komunitas yang tergabung oleh beberapa petugas kesehatan salah satunya perawat sekolah. Perawat sekolah memimpin program kesehatan sekolah dengan penyediaan pelayanan kesehatan sekolah, pendidikan kesehatan, dan promosi kesehatan untuk sekolah dan para staf. Tiga fungsi utama dari perawat sekolah

adalah pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan, dan promosi lingkungan sekolah yang sehat (Allender, 2005).

Allender (2005) menjelaskan bahwa program untuk meredakan stres dibutuhkan oleh para anak usia sekolah dan remaja namun belum pernah dilakukan. Program intervensi krisis yang menyenangkan dapat membantu dan mencegah masalah menjadi lebih buruk. Program pembelajaran sosial dan emosional yang berfokus pada kesadaran akan diri sendiri dan orang lain, nilai positif dan perilaku, pengambilan keputusan secara bertanggung jawab dapat meningkatkan kemampuan dalam mengatur emosi anak usia sekolah dan remaja secara efektif (Payton dalam Allender, 2005).

Perawat sekolah perlu memiliki perhatian terhadap kesehatan mental anak usia sekolah dan remaja. Perawat sekolah dapat berkolaborasi dengan perawat jiwa dalam mengidentifikasi faktor risiko dari stres yang dialami oleh remaja agar kesehatan mental dan emosional remaja dapat tercapai.

2.5 Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres Siswa

Keberhasilan remaja yang mampu menyelesaikan tugas perkembangannya akan memperoleh pandangan yang jelas tentang dirinya, memahami perbedaan dan persamaannya dengan orang lain, menyadari kelebihan dan kekurangan dirinya, penuh percaya diri, tanggap terhadap berbagai situasi, mampu mengambil keputusan penting, mampu mengantisipasi masa depan serta mengenal perannya dimasyarakat. Remaja yang gagal dalam menyelesaikan tugas perkembangannya

akan membahayakan masa depannya bahkan bisa memicu stres pada remaja. Pemilihan karir merupakan salah satu tugas yang rumit bagi remaja. Hal tersebut karena berkaitan dengan ketidakmampuan remaja yang belum tahu akan pekerjaan yang dapat memberikan jaminan masa depan pada remaja (Potter dan Perry, 2005).

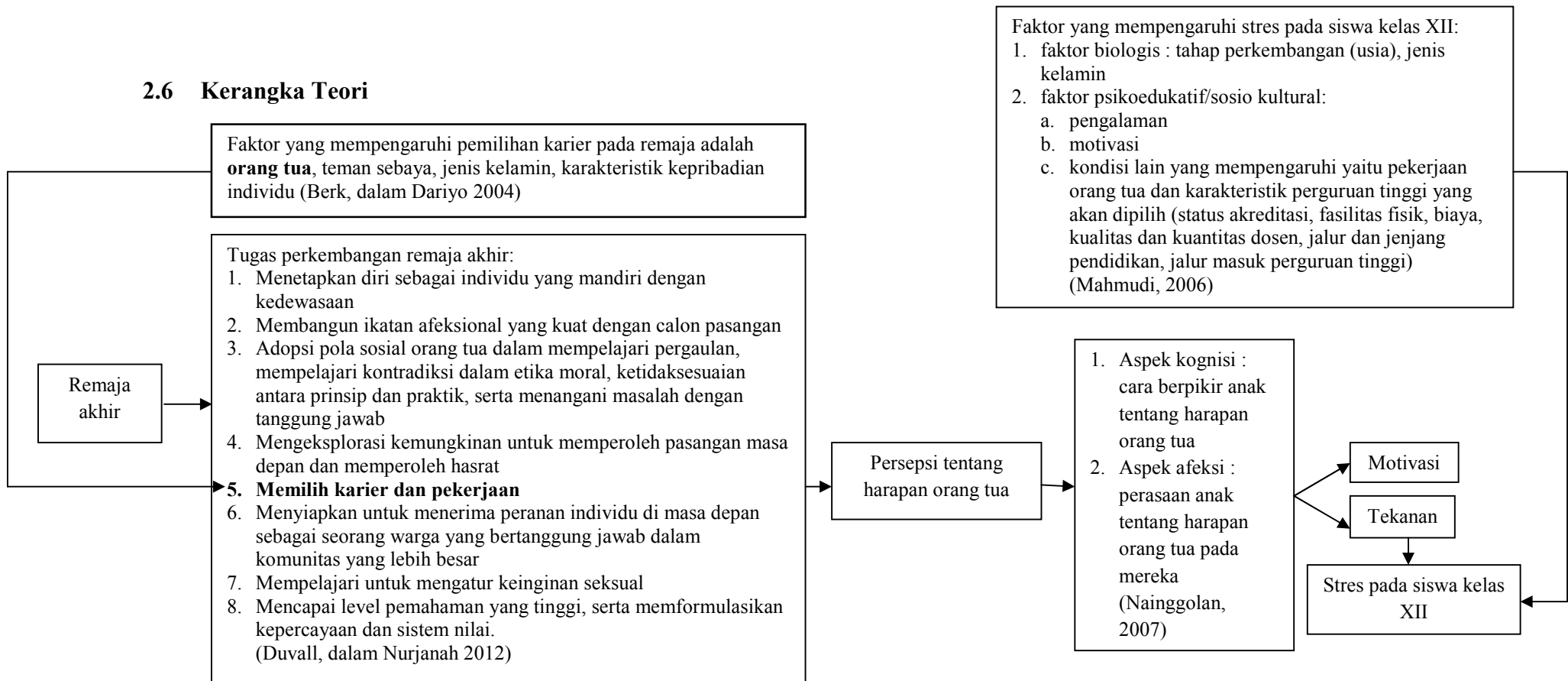
Jodl, Michael, Malanchuk, Eccles, dan Sameroff (dalam Papalia, 2008) menyatakan bahwa penghargaan orang tua terhadap prestasi akademis akan mempengaruhi nilai remaja dan rencana pekerjaan mereka. Setiap orang tua harus ikut mengambil bagian dalam mengantarkan anak-anaknya menjadi seorang dewasa. Orang tua yang bersikap hangat, suportif, dan penuh keterlibatan dapat mendorong anak untuk mau mendengarkan dan merespon pesan-pesan yang disampaikan oleh orang tua. Adanya perbedaan keinginan dan pengalaman antara orang tua dan remaja akan meningkatkan konflik antara orang tua dan remaja.

Siswa kelas XII SMA yang akan lulus termasuk dalam remaja akhir yang memiliki rentang usia antara 18-21 tahun. Tahap remaja akhir adalah tahap mendekati kedewasaan yang salah satunya ditandai dengan minat yang semakin mantap terhadap fungsi intelektual. Orang tua biasanya menuntut anak untuk mengikuti keinginan orang tua dalam hal memilih jurusan favorit dalam perguruan tinggi. Tuntutan tersebut dapat menjadi tekanan pada remaja dan menjadi stresor yang kuat untuk remaja sehingga dapat menimbulkan stres pada remaja. Tekanan dan harapan orang tua tersebut akan dipersepsikan oleh remaja untuk memikirkan berbagai cara agar dapat mencapai semua keinginan orang

tuanya tersebut. Harapan orang tua yang tidak dapat dipenuhi oleh remaja menjadi salah satu faktor pencetus timbulnya stres pada remaja.

Pola asuh orang tua yang memaksakan kehendak tersebut termasuk dalam pola asuh otoriter yang dapat berdampak pada proses belajar remaja. Orang tua yang kurang fleksibel juga akan menyebabkan rasa takut dan menurunkan harga diri remaja (Dariyo, 2004). Papalia (2008) menyebutkan bahwa siswa sekolah menengah atas dengan orang tua otoriter lebih cenderung mendapat peringkat buruk atau kemampuan yang rendah, cenderung kurang perhatian di kelas, dan melemahkan siswa untuk berusaha untuk sukses.

2.6 Kerangka Teori

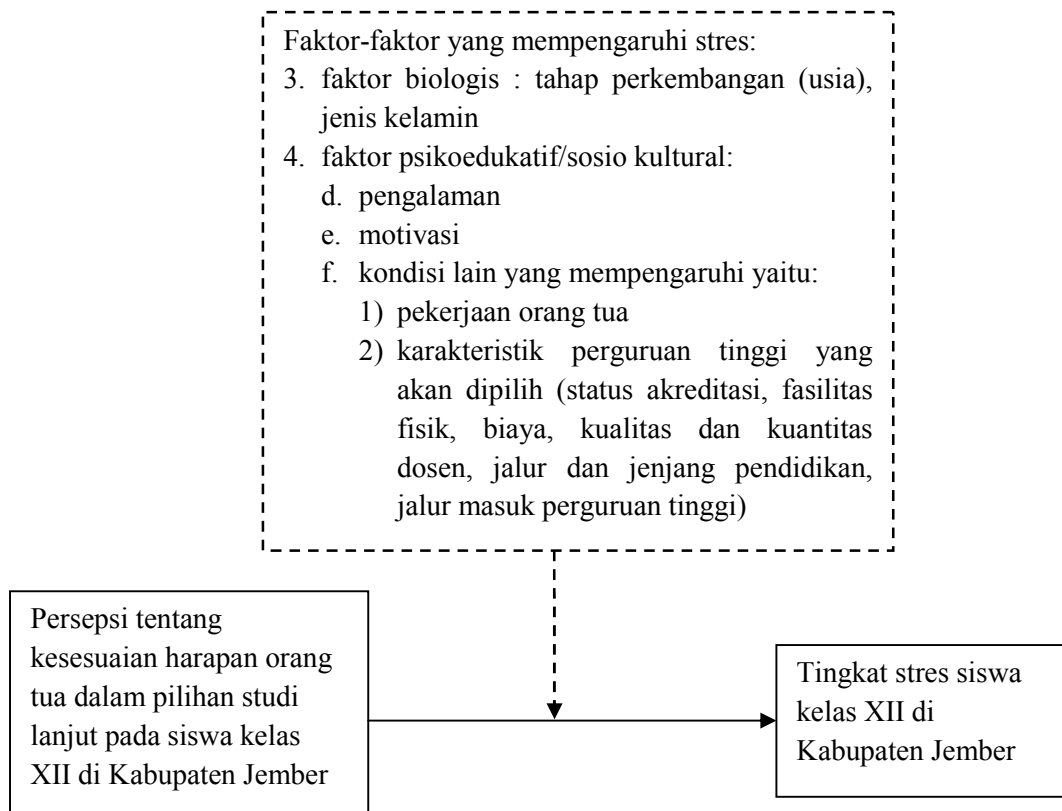


Gambar 2.1 Kerangka Teori

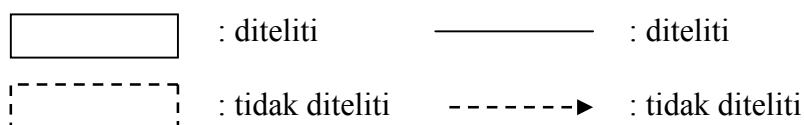
BAB 3. KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian yang berjudul “Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres Pada Siswa Kelas XII SMA Di Kabupaten Jember” dapat dilihat pada gambar 3.1 dibawah ini.



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian



3.2 Hipotesis Penelitian

Ha : Ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

BAB 4. METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* adalah rancangan penelitian yang dilakukan dengan pengukuran variabel sesaat atau satu kali saja dan dalam satu kali waktu (Setiadi, 2007).

4.2 Populasi dan Sampel Penelitian

4.2.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang akan diteliti (Notoatmodjo dalam Setiadi, 2007). Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA di Kabupaten Jember yang berjumlah 7177 siswa.

4.2.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo dalam Setiadi, 2007). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai yang dikehendaki peneliti (Setiadi, 2007). Sampel dalam penelitian ini diambil berdasarkan kriteria-kriteria yang dikehendaki oleh

peneliti. Perhitungan besar sampel menggunakan rumus Lameshow (1997) sebagai berikut:

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}{d^2(N-1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{7177 (1.96)^2 (0,5) (0,5)}{(0,1)^2 (7177 - 1) + (1,96)^2 (0,5) (0,5)}$$

$$n = 95$$

Keterangan:

- n : besar sampel minimal
- N : jumlah populasi
- Z : standar deviasi normal untuk 1,96 dengan CI 95%
- d : derajat ketepatan yang digunakan yaitu 0,1
- p : proporsi target populasi adalah 0,5
- q : 1-p

Besar sampel pada penelitian yang sesuai dengan perhitungan adalah 95 responden. Adanya kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan oleh peneliti menyebabkan jumlah sampel menjadi berkurang yaitu 76 responden.

4.2.3 Kriteria Subjek Penelitian

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subjek penelitian pada populasi yang relevan dengan masalah penelitian (Sastroasmoro dan Ismael, 2008).

Kriteria inklusi dalam penelitian ini terdiri dari:

- a. siswa kelas XII SMA yang mengikuti bimbingan belajar;
- b. siswa kelas XII SMA yang bersedia menjadi responden.

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini terdiri dari:

- a. siswa kelas XII SMA yang tidak lulus ujian nasional;
- b. siswa kelas XII SMK
- c. siswa kelas XII SMA yang sudah diterima melalui SNMPTN jalur undangan;
- d. siswa kelas XII SMA yang tidak bersedia menjadi responden.

4.3 Tempat Penelitian

Tempat berlangsungnya penelitian berada di salah satu tempat berlangsungnya ujian SBMPTN tahun 2013 yaitu di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember Jalan Kalimantan no 37 Jember.

4.4 Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan September 2012 sampai dengan Oktober 2013. Waktu penelitian dihitung mulai dari pembuatan proposal sampai penyusunan laporan dan publikasi penelitian.

4.5 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor
1.	Variabel bebas: Persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut	Pendapat anak tentang keinginan dan harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut yang sesuai atau tidak dengan keinginan siswa kelas XII SMA	1. Aspek kognisi : aspek yang menyangkut pengharapan dan cara berpikir anak terhadap pemberian nasehat, bimbingan, pemberian pujian dan hadiah atau ganjaran yang kongkrit terhadap anak 2. Aspek afeksi : aspek yang menyangkut perasaan anak terhadap pemberian nasehat, bimbingan, pemberian pujian dan hadiah atau ganjaran yang kongkrit terhadap anak	Kuesioner terdiri dari 39 pernyataan yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan skala likert	Ordinal	1 = Sangat tidak setuju 2 = Tidak setuju 3 = Ragu-ragu 4 = Setuju 5 = Sangat setuju Kategori persepsi siswa tentang harapan orang tua dapat dilihat dari nilai rata-rata sebagai berikut: a. Tidak sesuai : 39-91 b. Kurang sesuai : 92-143 c. Sesuai : 144-195 (Perhitungan Azwar, 2003) Kategori persepsi siswa tentang harapan orang tua setelah dilakukan penelitian: a. Kurang sesuai : 92-143 b. Sesuai : 144-195
2.	Variabel terikat: Tingkat Stres	Hasil penilaian terhadap berat ringannya masalah yang dirasakan oleh siswa kelas XII SMA akibat pendapat tentang keinginan orang tua ketika siswa menjalani jurusan yang sudah dipilihnya	1. Stresor 2. Reaksi terhadap stresor	<i>Student Life Stress Inventory</i> yang diadopsi dari Gadzella berjumlah 53 pernyataan	Ordinal	Tidak pernah = 1-1,49 Jarang = 1,5-2,49 Kadang-kadang = 2,5-3,49 Sering = 3,5-4,49 Selalu = 4,5-5 Penilaian dikategorikan kembali menjadi: a. Tidak pernah = tidak stres b. Jarang = stres ringan c. Kadang-kadang dan sering = stres sedang d. Selalu = stres berat Penilaian tingkat stres setelah dilakukan penelitian: a. Jarang = stres ringan b. Kadang-kadang dan sering = stres sedang c. Selalu = stres berat

Perubahan pembagian kategori pada variabel persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan pada variabel tingkat stres disesuaikan dengan data hasil penelitian yang telah diperoleh peneliti dari kuesioner yang telah diisi oleh responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat dua kategori pada variabel persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut yaitu kategori kurang sesuai dan sesuai, sedangkan pada variabel tingkat stres terdapat tiga kategori yaitu stres ringan, sedang, dan berat. Pemampatan kategori pada variabel stres menjadi dua yaitu kategori stres ringan dan kategori stres sedang dan berat dikarenakan tabel dengan tiga kategori tidak memenuhi syarat dalam uji *chi-square*.

4.6 Pengumpulan Data

4.6.1 Sumber Data

a. Data Primer

Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari hasil penilaian persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan tingkat stres melalui lembar kuesioner. Lembar kuesioner berisi beberapa *item* pernyataan tertutup yang dapat digunakan sebagai acuan dalam penilaian persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan tingkat stres siswa kelas XII.

b. Data Sekunder

Data sekunder didapatkan dari Dinas Pendidikan Kabupaten Jember berupa data jumlah SMA negeri dan swasta di Kabupaten Jember yang berisi jumlah siswa kelas X, XI, dan XII sesuai dengan jenis kelamin dan jurusan.

4.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data digunakan untuk memperoleh data dari responden. Persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut adalah variabel independen dan tingkat stres siswa kelas XII SMA adalah variabel dependen yang keduanya telah didata dengan menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden. Langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut:

- a. peneliti yang telah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian, mendata calon responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi untuk menjadi sampel penelitian. Pendataan dilakukan dengan mendatangi tempat diadakannya ujian SBMPTN, setelah para calon responden menyelesaikan ujian SBMPTN;
- b. peneliti dibantu dengan 12 orang asisten telah membawa kuesioner yang akan diberikan kepada responden dan mendatangi calon responden yang telah menyelesaikan ujian SBMPTN
- c. peneliti dan asisten menjelaskan tentang maksud dan tujuan penelitian serta cara pengisian kuesioner pada siswa dan menjelaskan kepada siswa bahwa data

dan jawaban yang mereka berikan tidak ada hubungannya dengan nilai dan kelulusan dalam SBMPTN;

- d. peneliti dan asisten membagikan kuesioner dan memberikan waktu pada siswa untuk menjawab lembar kuesioner;
- e. peneliti dan asisten mengakhiri pertemuan dengan siswa serta mengucapkan terima kasih untuk partisipasi dalam pengisian kuesioner.

4.6.3 Alat Pengumpulan Data

1. Data Karakteristik Responden

Instrumen pertama yang diberikan pada responden adalah instrumen data karakteristik responden. Instrumen data karakteristik responden diberikan untuk memperoleh gambaran karakteristik responden. Karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua. Kuesioner disusun dalam pertanyaan terbuka dan tertutup. Bentuk pertanyaan terbuka terdapat dalam pertanyaan tentang usia. Bentuk pertanyaan tertutup terdapat dalam pertanyaan tentang jenis kelamin dan pekerjaan orang tua. Responden dapat memilih alternatif jawaban yang diberikan oleh peneliti sehingga responden dapat menjawab sesuai dengan pilihan yang disajikan.

2. Pengukuran Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut

Instrumen kedua adalah instrumen untuk mengukur persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut. Instrumen diberikan guna memperoleh gambaran persepsi siswa tentang kesesuaian

harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut setelah kelulusan. Instrumen terdiri dari 39 pernyataan yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan skala likert. Penilaian pernyataan masing-masing aitem pada kuesioner persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut untuk pernyataan *favorable* adalah 5 (sangat setuju), 4 (setuju), 3 (ragu-ragu), 2 (tidak setuju), dan 1 (sangat tidak setuju) sedangkan penilaian pernyataan *unfavorable* adalah 1 (sangat setuju), 2 (setuju), 3 (ragu-ragu), 4 (tidak setuju), dan 5 (sangat tidak setuju). Pernyataan mengacu pada indikator persepsi tentang harapan orang tua yang berjumlah dua indikator yaitu aspek kognisi dan aspek afeksi terhadap pemberian nasehat, bimbingan, pemberian pujian dan hadiah. Berikut adalah *blue print* dari kuesioner persepsi tentang harapan orang tua dalam pemilihan jurusan:

Tabel 4.2 *Blue Print* Kuesioner Penelitian

Variabel/Sub Variabel	Indikator	Nomor Butir Pertanyaan		Jumlah Butir
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Aspek Kognisi	Nasehat			
	1. Memikirkan alternatif pemecahan masalah yang diajukan orang tua	7, 9	4, 14	14
	2. Memikirkan nasehat orang tua mengenai kesesuaian pada pilihan studi lanjut	5, 11, 12	2, 10	
	3. Memikirkan bimbingan orang tua mengenai kesesuaian pada pilihan studi lanjut	1, 3, 6, 13	8	
	Ganjaran			
	1. Memikirkan hukuman yang akan diberikan orang tua	19, 23	15, 21, 24	10
Aspek Afeksi	2. Memikirkan hadiah yang akan diberikan orang tua	16, 18	17, 20, 22	
	Nasehat			
	1. Merasakan alternatif pemecahan masalah yang diajukan orang tua	28, 29, 30	36	14
	2. Merasakan nasehat orang tua mengenai kesesuaian pada pilihan studi lanjut	31, 32, 38	27, 33	
	3. Merasakan bimbingan orang tua mengenai kesesuaian pada pilihan studi lanjut	25, 35, 37	26, 34	
	Ganjaran			
	1. Merasakan hukuman yang akan diberikan orang tua	39, 42, 44	40, 47	11
	2. Merasakan hadiah yang akan diberikan orang tua	41, 46, 48	43, 45, 49	
Total				49

Data persepsi siswa tentang harapan orang tua dalam pemilihan jurusan dikategorikan ke dalam jenjang (ordinal) sebagai berikut:

- a. Tidak sesuai: 39-91
- b. Kurang sesuai: 92-143
- c. Sesuai: 144-195

3. Pengukuran Tingkat Stres Pada Siswa Kelas XII SMA

Instrumen yang secara umum digunakan untuk mengukur tingkat stres antara lain skala penilaian penyesuaian sosial (*Social Readjustment Rating Scale – SRRS/ skala Holmes*), *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)*, skala Miller dan Smith, *Perceived Stress Scale (PSS)*, *Student Life Stress Inventory (SLSI)*, dan *Student Stress Scale (SSS)*. Instrumen yang digunakan oleh peneliti pada penelitian ini adalah *SLSI*. Peneliti menggunakan instrumen tersebut karena menyesuaikan dengan sampel penelitian yaitu siswa, memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,78, instrumen *SLSI* tidak hanya mengukur respon siswa terhadap stresor tetapi juga mengukur stresor yang muncul pada siswa beserta mekanisme kopingnya, dan instrumen *SLSI* mewakili indikator untuk mengukur tingkat stres. Instrumen diberikan guna memperoleh gambaran tingkat stres pada siswa kelas XII SMA. Instrumen *SLSI* terdiri dari 53 pernyataan yang diadopsi dari Gadzella. Penilaian masing-masing *aitem* pernyataan kuesioner tingkat stres untuk pernyataan *favorable* adalah 1 (tidak pernah/tidak pernah terjadi), 2 (jarang/terjadi dua kali dalam satu minggu), 3 (kadang-kadang/terjadi tiga kali dalam satu minggu), 4 (sering/terjadi empat sampai lima kali dalam satu minggu), dan 5 (selalu/setiap hari terjadi)

sedangkan penilaian pernyataan *unfavorable* adalah 5 (tidak pernah/tidak pernah terjadi), 4 (jarang/terjadi dua kali dalam satu minggu), 3 (kadang-kadang/terjadi tiga kali dalam satu minggu), 2 (sering/terjadi empat sampai lima kali dalam satu minggu), dan 1 (selalu/setiap hari terjadi). Pernyataan mengacu pada indikator stres yaitu dimensi stresor dan reaksi terhadap stresor. Dimensi dari stresor terdiri dari lima indikator yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan *self imposed* yang berjumlah 23 pernyataan, sedangkan dimensi reaksi terhadap stresor terdiri dari empat indikator yaitu fisiologis, psikologis, perilaku, dan penilaian kognitif yang berjumlah 30 pernyataan. Berikut *blue print* dari kuesioner *SLSI*:

Tabel 4.3 *Blue Print* Kuesioner Penelitian

Variabel/Sub Variabel	Indikator	Nomor Butir Pertanyaan		Jumlah Butir
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Stresor	Frustrasi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	-	7
	Konflik	8, 9, 10	-	3
	Tekanan	11, 12, 13, 14	-	4
	Perubahan	15, 17	16	3
	<i>Self imposed</i>	20, 21, 23	18, 19, 22	6
Dimensi reaksi terhadap stresor	Fisiologis	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38	32, 39	16
	Psikologis	40, 41, 42, 43	-	4
	Perilaku	44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	-	7
	Penilaian kognitif	51, 52, 53	-	3
Total				53

Data tingkat stres pada siswa kelas XII SMA dikategorikan ke dalam jenjang (ordinal) sebagai berikut:

- a. Tidak pernah = 1-1,49
- b. Jarang = 1,5-2,49
- c. Kadang-kadang = 2,5-3,49
- d. Sering = 3,5-4,49
- e. Selalu = 4,5-5

Penilaian tingkat stres dikategorikan kembali menjadi:

- a. Tidak pernah = tidak stres
- b. Jarang = stres ringan
- c. Kadang-kadang dan sering = stres sedang
- d. Selalu = stres berat

4.6.4 Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen perlu dilakukan uji validitas berupa uji korelasi tiap *item* dengan skor total kuesioner tersebut untuk mengetahui kevalidan dari instrumen tersebut. Semua pertanyaan apabila mempunyai korelasi yang bermakna (*construct validity*) dapat diartikan bahwa semua pertanyaan yang ada dapat mengukur konsep yang diukur (Notoatmodjo, 2010). Untuk melihat nilai korelasi tiap-tiap pertanyaan signifikan, maka nilai r hitung dibandingkan dengan r tabel dimana taraf signifikan yang digunakan 5%. Dasar pengambilan keputusan adalah valid jika r hitung $>$ r tabel dan tidak valid jika r hitung $<$ r

tabel. Uji validitas pada penelitian ini dilakukan pada 20 siswa kelas XII SMA yang mengikuti bimbingan belajar di LBB XXX. Uji validitas dilakukan pada tanggal 14 Juni 2013. Alasan dilakukannya uji validitas di LBB XXX adalah karena responden yang digunakan untuk uji validitas memiliki karakteristik yang hampir sama dengan responden penelitian. Nilai r tabel pada penelitian ini diperoleh dengan menggunakan $df = n-2$ yaitu $20-2 = 18$ pada tingkat kemaknaan 5%, sehingga didapatkan r tabel = 0,444. Nilai validitas untuk masing-masing pernyataan pada kuesioner persepsi harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut berada pada rentang 0,447 sampai dengan 0,878 dan nilai validitas masing-masing pernyataan untuk kuesioner SLSI berada pada rentang 0,463 sampai dengan 0,753.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan tingkat kepercayaan suatu alat pengukuran. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui alat ukur yang digunakan memiliki kesamaan apabila pengukuran dilaksanakan oleh orang yang berbeda maupun waktu yang berbeda (Notoatmodjo, 2010). *Cronbach's alpha* digunakan untuk menguji reliabilitas kuesioner penelitian. Jika *alpha* semakin mendekati nilai 1, nilai reliabilitas semakin tinggi dan jika $r\ alpha > r$ tabel, instrumen tersebut reliabel (Sugiyono, 2010). Nilai uji reliabilitas dari SLSI menggunakan *test-retest* reliabilitas adalah 0,78 (Gadzella, 2001). Nilai uji reliabilitas pada penelitian ini untuk kuesioner persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut adalah 0,965 dan nilai reliabilitas untuk kuesioner SLSI adalah 0,973.

Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut

Sub Variabel	Sebelum Uji Validitas		Jumlah butir	Sub Variabel	Setelah Uji Validitas		Jumlah butir
	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>			<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
Aspek kognisi (nasehat)	1, 3, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 13	2, 4, 8, 10, 14	14	Aspek kognisi (nasehat)	1, 6, 7, 9, 11, 12, 13	2, 8, 10, 14	11
Aspek kognisi (ganjaran)	16, 18, 19, 23	15, 17, 20, 21, 22, 24	10	Aspek kognisi (ganjaran)	16, 18, 19	17, 20, 21, 22, 24	8
Aspek afeksi (nasehat)	25, 28, 29, 30, 31, 32, 35, 37, 38	26, 27, 33, 34, 36	14	Aspek afeksi (nasehat)	28, 29, 30, 31, 32, 37, 38	33, 34, 36	10
Aspek afeksi (ganjaran)	39, 41, 42, 44, 46, 48	40, 43, 45, 47, 49	11	Aspek afeksi (ganjaran)	39, 41, 42, 44, 46, 48	45	7

$$df = n-2 = 18, r = 0,444$$

Beberapa pernyataan yang tidak valid pada kuesioner persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut langsung di keluarkan dari daftar pernyataan dalam kuesioner. Nilai validitas untuk masing-masing pernyataan pada kuesioner persepsi harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut berada pada rentang 0,447 sampai dengan 0,878.

Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner SLSI

Sub Variabel	Sebelum Uji Validitas		Jumlah butir	Sub Variabel	Setelah Uji Validitas		Jumlah butir
	<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>			<i>Favorabel</i>	<i>Unfavorabel</i>	
Stresor (Frustasi)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	-	7	Stresor (Frustasi)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	-	7
Stresor (Konflik)	8, 9, 10	-	3	Stresor (Konflik)	8, 9, 10	-	3
Stresor (Tekanan)	11, 12, 13, 14	-	4	Stresor (Tekanan)	11, 12, 13, 14	-	4
Stresor (Perubahan)	15, 17	16	3	Stresor (Perubahan)	15, 17	16	3
Stresor (<i>Self imposed</i>)	20, 21, 23	18, 19, 22	6	Stresor (<i>Self imposed</i>)	20, 21, 23	18, 19, 22	6
Reaksi terhadap stresor (Fisiologis)	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38	32, 39	16	Reaksi terhadap stresor (Fisiologis)	24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36, 37, 38	32, 39	16
Reaksi terhadap stresor (Psikologis)	40, 41, 42, 43	-	4	Reaksi terhadap stresor (Psikologis)	40, 41, 42, 43	-	4
Reaksi terhadap stresor (Perilaku)	44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	-	7	Reaksi terhadap stresor (Perilaku)	44, 45, 46, 47, 48, 49, 50	-	7
Reaksi terhadap stresor (Penilaian kognitif)	51, 52, 53	-	3	Reaksi terhadap stresor (Penilaian kognitif)	51, 52, 53	-	3

$df = n-2 = 18, r = 0,444$

Beberapa pernyataan yang tidak valid pada kuesioner SLSI akan dirubah redaksionalnya agar lebih mudah dipahami oleh responden. Hal tersebut karena kuesioner SLSI diadopsi langsung dari pembuat SLSI yaitu Gadzella yang kemudian diterjemahkan dalam bahasa Indonesia dan pernah digunakan pada penelitian sebelumnya untuk mengukur tingkat stres pada remaja. Nilai validitas masing-masing pernyataan untuk kuesioner SLSI berada pada rentang 0,463 sampai dengan 0,753.

4.7 Rencana Pengolahan Data dan Analisis Data

4.7.1 *Editing*

Editing dilakukan dengan pemeriksaan lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden. Pemeriksaan meliputi kelengkapan jawaban, kejelasan jawaban, dan relevansi jawaban dengan pertanyaan (Setiadi, 2007).

4.7.2 *Coding*

Coding merupakan pengklasifikasian jawaban dari responden kedalam kategori. Klasifikasi dilakukan dengan pengkodean berbentuk angka pada tiap jawaban. Pemberian kode pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut memiliki kategori:

- | | |
|------------------|---------------|
| 1) Tidak sesuai | diberi kode 0 |
| 2) Kurang sesuai | diberi kode 1 |
| 3) Sesuai | diberi kode 2 |

b. Tingkat stres memiliki kategori:

- | | |
|-----------------|---------------|
| 1) Tidak stres | diberi kode 0 |
| 2) Stres ringan | diberi kode 1 |
| 3) Stres sedang | diberi kode 2 |
| 4) Stres berat | diberi kode 3 |

c. Usia

- | | |
|-------------|---------------|
| 1) 17 tahun | diberi kode 0 |
| 2) 18 tahun | diberi kode 1 |

3) 19 tahun diberi kode 2

d. Jenis kelamin

1) Laki-laki diberi kode 0

2) Perempuan diberi kode 1

e. Pekerjaan orang tua

1) Tidak bekerja diberi kode 0

2) Wiraswasta diberi kode 1

3) Pegawai swasta diberi kode 2

4) Pegawai negeri diberi kode 3

5) Petani diberi kode 4

6) Pensiunan diberi kode 5

7) Lain-lain diberi kode 6

4.7.3 *Entry*

Jawaban dari masing-masing responden dimasukkan ke dalam program komputer. Data dimasukkan pada program SPSS (Setiadi, 2007).

4.7.4 *Cleaning*

Cleaning merupakan pembersihan data, dengan melihat apakah data sudah dimasukkan semua atau belum, dan melakukan pengecekan kesesuaian data antara yang sudah dimasukkan dan data di lembar kuesioner. Hasil *cleaning* berupa data yang tidak memiliki kesalahan sehingga dapat digunakan (Setiadi, 2007).

4.8 Analisa Data

4.8.1 Analisa Univariat

Analisa data univariat (deskriptif) bergantung pada jenis datanya. Analisa univariat untuk data numerik dapat menggunakan mean, median, modus, standar deviasi, inter kuartil range, dan minimal maksimal. Analisa univariat untuk data kategorik dapat dijelaskan melalui angka atau nilai jumlah dan persentase masing-masing kelompok (Rasni, 2010). Analisa data univariat pada penelitian ini adalah mencari distribusi frekuensi dan persentase untuk karakteristik responden, variabel persepsi siswa tentang kesesuaian harapan orang tua, dan variabel tingkat stres pada siswa kelas XII SMA.

4.8.2 Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Penelitian ini menggunakan uji *chi square*. Uji *chi square* digunakan untuk menguji perbedaan proporsi/persentase antara beberapa kelompok data. Proses pengujian *chi square* adalah membandingkan frekuensi yang terjadi (observasi) dengan frekuensi harapan (ekspektasi). Nilai frekuensi observasi dengan nilai frekuensi harapan dikatakan tidak ada perbedaan yang bermakna apabila kedua nilai tersebut sama (Rasni, 2010). Taraf kesalahan (α) yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,05 jadi bila nilai p (*p value*) diketahui $\leq 0,05$ maka H_1 diterima, yang artinya ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII SMA di Kabupaten Jember.

Tabel 4.6 Tabulasi Silang Variabel Independen dan Dependen

	Tidak stres	Stres ringan	Stres sedang	Stres berat	Jumlah
Sesuai	a	b	c	d	X
Kurang sesuai	e	f	g	h	X
Tidak sesuai	i	j	k	l	X
Jumlah	x	x	x	x	X

4.9 Etika Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan manusia sebagai subjek penelitian wajib mempertimbangkan etika. Etika penelitian yang harus dipenuhi oleh peneliti adalah sebagai berikut:

a. lembar persetujuan (*informed consent*)

Lembar persetujuan dilakukan sebelum penelitian dilaksanakan kepada seluruh responden yang memenuhi kriteria inklusi untuk diteliti dengan tujuan agar responden mengerti dan memahami maksud dan tujuan penelitian serta bisa bekerjasama dengan peneliti.

Peneliti memberikan *informed consent* kepada responden berupa tujuan pengisian kuesioner dan manfaat yang diperoleh responden dari mengisi kuesioner penelitian dan kemudian responden diminta untuk memberikan tanda tangan sebagai bukti kesediaan responden dalam mengisi kuesioner.

b. kerahasiaan (*Confidentially*)

Kerahasiaan adalah pernyataan jaminan bahwa informasi apapun yang berkaitan dengan responden tidak dilaporkan dan tidak mungkin diakses oleh orang lain selain tim peneliti.

Kerahasiaan yang dilakukan oleh peneliti pada penelitian ini adalah menyimpan secara pribadi lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden

dan tidak disebarluaskan kepada pihak lain yang tidak berkepentingan dalam penelitian.

c. tanpa nama (*anonymity*)

Peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas responden dengan tidak mencantumkan nama responden pada kuesioner yang diisi oleh responden. Peneliti hanya menggunakan kode angka pada lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden.

BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menguraikan tentang pelaksanaan penelitian beserta hasil dan pembahasan tentang hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 19 Juni 2013 pada pukul 10.00 bertempat di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember. Alasan peneliti memilih tanggal tersebut dilakukannya penelitian adalah untuk memenuhi jumlah sampel penelitian dan mengefisienkan waktu dan tenaga, karena seperti yang telah diketahui pada tanggal tersebut siswa kelas XII berkumpul karena dilaksanakannya ujian SBMPTN tahun 2013.

Penelitian dimulai pada pukul 10.00 setelah para siswa selesai melaksanakan ujian SBMPTN tahun 2013. Penelitian ini dibantu oleh 12 asisten karena banyaknya jumlah calon responden yang tidak memungkinkan untuk peneliti mengambil data secara sendiri. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dan kuesioner SLSI untuk mengukur tingkat stres siswa.

Peneliti dan seluruh asisten memberikan *informed consent*, tujuan, dan manfaat penelitian kepada responden serta memberitahukan kepada responden bahwa jawaban yang telah mereka berikan pada lembar kuesioner tidak berpengaruh pada nilai dan kelulusan SBMPTN tahun 2013. Peneliti dan masing-masing asisten mendampingi responden dalam pengisian kuesioner untuk

membantu responden mengisi atau menjelaskan pernyataan yang dianggap kurang jelas oleh responden. Penelitian berlangsung selama 2,5 jam dan berjalan dengan tertib, aman, dan lancar dan diakhiri pada pukul 12.30 WIB.

Hasil penelitian ditampilkan dalam bentuk tabel dan narasi, sedangkan pada pembahasan ditampilkan dalam bentuk narasi. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat berisi data karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua responden. Analisis univariat juga dilakukan pada variabel persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan variabel tingkat stres. Analisis bivariat dilakukan dengan melihat hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember.

4.7 Hasil Penelitian

5.1.1 Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden menggambarkan karakteristik responden penelitian yang sedang mengikuti SBMPTN tahun 2013 yang bertempat di Program Studi Ilmu Keperawatan. Data karakteristik responden penelitian terdiri dari usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua. Distribusi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pekerjaan orang tua dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5.1 Distribusi Siswa Kelas XII Kabupaten Jember Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan Orang Tua Tahun 2013 (n=76)

Karakteristik Responden	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Usia	17 tahun	21	27,6
	18 tahun	47	61,8
	19 tahun	8	10,5
Total		76	100
Jenis kelamin	Laki-laki	33	43,4
	Perempuan	43	56,6
Total		76	100
Pekerjaan orang tua	Wiraswasta	36	47,4
	Pegawai swasta	9	11,8
	Pegawai negeri	16	21,1
	Petani	10	13,2
	Pensiunan	4	5,3
	Pedagang	1	1,3
Total		76	100

Sumber : Data Primer, Juni 2013

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia siswa kelas XII berada pada usia 18 tahun yaitu berjumlah 47 orang (61,8%) dan terdapat 21 orang (27,6%) yang berusia 17 tahun dan terdapat 8 orang (10,5%) yang berusia 19 tahun. Distribusi siswa kelas XII berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa sebagian besar adalah jenis kelamin perempuan dengan jumlah 43 orang (56,6%) dan terdapat 33 orang (43,4%) berjenis kelamin laki-laki.

Distribusi siswa kelas XII berdasarkan pekerjaan orang tua dapat diketahui bahwa sebagian besar orang tua siswa kelas XII bekerja sebagai wiraswasta yang berjumlah 36 orang (47,4%), terdapat 16 orang (21,1%) yang orang tuanya bekerja sebagai pegawai negeri, terdapat 10 orang (13,2%) yang orang tuanya bekerja sebagai petani, terdapat 9 orang (11,8%) yang orang tuanya bekerja sebagai pegawai swasta, terdapat 4 orang (5,3%) yang orang tuanya sudah pensiun, serta terdapat 1 orang (1,3%) yang bekerja sebagai pedagang.

5.1.2 Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut

Pembagian nilai pada variabel persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dibagi menjadi tiga yaitu persepsi tidak sesuai apabila skor berada pada rentang 39-91, persepsi kurang sesuai apabila skor berada pada rentang 92-143, dan persepsi sesuai apabila skor berada pada rentang 144-195. Gambaran kategori nilai pada variabel persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.2 Distribusi Siswa Kelas XII Kabupaten Jember Berdasarkan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut Tahun 2013 (n=76)

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)
Persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua	a. Kurang sesuai	63	82,9
	b. Sesuai	13	17,1
Total		76	100

Sumber : Data Primer, Juni 2013

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII mempunyai persepsi yang kurang sesuai dengan harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut yaitu sebanyak 63 orang (82,9%) dan terdapat 13 orang (17,1%) yang mempunyai persepsi sesuai dengan harapan orang tuanya saat studi lanjut. Distribusi siswa menunjukkan bahwa tidak ada siswa kelas XII yang memiliki persepsi yang tidak sesuai dengan harapan orang tua saat studi lanjut.

5.1.3 Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII

Pembagian nilai pada variabel tingkat stres pada siswa kelas XII dibagi menjadi empat yaitu tidak stres apabila skor berada pada rentang 1-1,49, stres ringan apabila skor berada pada rentang 1,5-2,49, stres sedang apabila skor berada pada rentang 2,5-4,49, dan stres berat apabila skor berada pada rentang 4,5-5. Skor diperoleh dari total nilai dibagi dengan seluruh jumlah pernyataan pada kuesioner yaitu 53 pernyataan. Gambaran kategori nilai pada variabel tingkat stres dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.3 Distribusi Siswa Kelas XII Kabupaten Jember Berdasarkan Tingkat Stres Tahun 2013 (n=76)

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)
Tingkat stres	a. Sedang, Berat	62	81,6
	b. Ringan	14	18,4
Total		76	100

Sumber : Data Primer, Juni 2013

Tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang dan berat yaitu sebanyak 62 orang (81,6%) dan terdapat 14 orang (18,4%) mengalami stres ringan. Distribusi siswa menunjukkan bahwa tidak ada siswa kelas XII yang tidak mengalami stres.

5.1.4 Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember

Tabel 5.4 Distribusi Siswa Kelas XII Kabupaten Jember Berdasarkan Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres Tahun 2013

Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua	Tingkat Stres				Total		p Value
	Sedang, Berat		Ringan				
	f	%	f	%	F	%	
a. Kurang sesuai	55	87,3	8	10,5	63	82,9	0,011
b. Sesuai	7	53,8	6	7,9	13	17,1	
Total	62	81,6	14	18,4	76	100	

Tabel 5.4 menunjukkan hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember diperoleh data bahwa dari 63 orang yang mempunyai persepsi kurang sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 55 orang (87,3%) mengalami stres sedang dan 8 orang (12,7%) mengalami stres ringan. Tabel 5.6 juga menunjukkan data bahwa dari 13 orang yang mempunyai persepsi sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 7 orang (53,8%) mengalami stres sedang dan sisanya yaitu 6 orang (46,2%) mengalami stres ringan.

Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisa diperoleh tabel 2x2 dan terdapat 1 cells (25%) yang memiliki nilai *expected* yang kurang dari 5, nilai ekspektasi minimal adalah 2,39. Pembacaan nilai α menggunakan nilai *fisher's exact test*. Hasil analisis statistik didapatkan bahwa ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres siswa kelas XII di Kabupaten Jember ($p : 0,011$ $\alpha : 0,05$).

5.2 Pembahasan

Pembahasan pada penelitian ini disajikan dalam bentuk narasi berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh. Penjabaran dari pembahasan sesuai dengan tujuan penelitian yang terdiri dari karakteristik responden, persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dan tingkat stres siswa kelas XII.

5.2.1 Karakteristik Responden

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia siswa kelas XII berada pada usia 18 tahun yaitu sebanyak 47 orang (61,8%). Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wong (2008) bahwa masa remaja akhir dimulai ketika seorang remaja memasuki usia 18 tahun. Seorang remaja akhir yang memasuki usia 18 tahun telah memasuki tahapan realistik dalam perkembangan karier mereka.

Pilihan pekerjaan dan karier akan membentuk suatu tujuan bagi remaja dan remaja perlu membuat keputusan yang berorientasi masa depan. Peran perawat dalam hal ini adalah membantu remaja dalam memilih serangkaian kegiatan yang meningkatkan kepuasan diri, identitas, dan kesempatan pertumbuhan yang berlanjut (Potter & Perry, 2005).

Usia berkaitan pula dengan kemampuan mental emosional seorang remaja. Peneliti berasumsi bahwa remaja dengan usia 18 dan 19 tahun akan memiliki kemampuan mental dan emosional yang lebih matang daripada remaja yang berusia 17 tahun. Hal tersebut ditunjukkan oleh kemampuan dalam mengendalikan emosi ketika remaja sedang mengalami suatu masalah. Hurlock

(1980) mengatakan bahwa remaja akhir mampu menunggu pada saat dan tempat yang lebih tepat dalam meledakkan emosinya. Alimul (2006) menambahkan pula bahwa bertambahnya usia individu dapat membentuk kemampuan adaptasi yang semakin baik terhadap stresor.

Usia berkaitan erat dengan kemampuan kognitif seorang remaja. Peneliti berasumsi bahwa kemampuan berpikir remaja akhir usia 18 tahun lebih matang daripada remaja awal dan pertengahan yang ditunjukkan dengan pengambilan keputusan yang tidak hanya sekedar mengikuti teman sebaya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dikemukakan oleh Rogers (dalam Saam, 2012) yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia remaja akan memiliki lebih banyak pengalaman dan membuat remaja lebih banyak berpikir yang merupakan refleksi dari sikap dan perasaan orang lain terhadap dirinya.

Karakteristik selanjutnya adalah jenis kelamin. Tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII adalah berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 43 orang (56,6%). Peneliti berasumsi bahwa beberapa remaja perempuan akan lebih banyak memilih jenis karier atau pekerjaan yang tidak membutuhkan pemikiran dan tenaga yang terlalu besar sedangkan remaja laki-laki akan berpikir untuk memilih program studi yang mempunyai peluang besar dalam penyerapan tenaga kerja karena adanya tuntutan menjadi kepala keluarga.

Teori yang sama dikemukakan oleh Eccles (dalam Papalia, 2008) bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi pilihan pekerjaan. Eccles menyebutkan bahwa remaja laki-laki dan perempuan memiliki kemungkinan yang sama dalam mengambil bidang studi matematika dan sains, namun remaja laki-laki lebih besar

kemungkinannya memperoleh gelar di bidang teknik dan ilmu komputer. Eccles lebih dalam juga menjelaskan bahwa remaja perempuan lebih banyak memasuki profesi perawat dan sebagai pengajar.

Karakteristik yang terakhir adalah pekerjaan orang tua. Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan orang tua siswa kelas XII adalah wiraswasta yaitu sebanyak 36 orang (47,4%). Pekerjaan orang tua berkaitan dengan keadaan sosial ekonomi orang tua. Pemilihan program studi pada remaja akan membutuhkan biaya sebagai salah satu faktor pendukung. Peneliti berasumsi bahwa dengan status sosial ekonomi keluarga yang berkecukupan akan dapat memberi kebebasan pada seorang remaja dalam memilih jurusan yang diinginkan tanpa terbentur dengan biaya.

Hal tersebut didukung dengan teori Dariyo (2004) yang menyatakan bahwa seorang individu yang hidup dalam lingkungan keluarga yang berkecukupan, memberi biaya, fasilitas dan kesempatan yang luas kepada anaknya untuk berkembang secara baik maka remaja tersebut akan tumbuh berkembang menjadi individu yang mampu mengaktualisasikan potensinya dengan baik pula. *National Research Council* (dalam Papalia, 2008) menyebutkan bahwa status sosio ekonomi bisa menjadi faktor kuat dalam prestasi akademis melalui pengaruhnya terhadap atmosfer keluarga, pemilihan lingkungan sekitar, dan pada cara orang tua membesarkan anak. Beberapa remaja yang belum mampu mengaktualisasikan potensinya akan jatuh rasa tidak percaya diri dan rendah diri karena dirasa tidak mampu dalam hal mengembangkan potensi kognitif.

5.2.2 Persepsi Tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XII yaitu sebanyak 63 orang (82,9%) memiliki persepsi yang kurang sesuai dengan persepsi orang tua dalam pilihan studi lanjut. Perbedaan persepsi tersebut terjadi pada aspek kognisi dan afeksi pada pemberian nasehat dan bimbingan serta pemberian hukuman atau ganjaran (lampiran B.2). Sebagian besar siswa kelas XII tidak setuju apabila orang tua memaksakan kehendak kepada mereka untuk memilih jurusan sesuai dengan keinginan para orang tua mereka. Peneliti berasumsi bahwa penyebab perbedaan tersebut adalah pemikiran orang tua bahwa jurusan yang dipilih untuk anaknya adalah jurusan terbaik sehingga dapat memberikan masa depan yang baik pula untuk anak namun pemikiran tersebut tidak sesuai dengan keinginan anak yang menginginkan jurusan lain yang sesuai dengan minatnya.

Sebagian besar siswa kelas XII juga mempunyai persepsi yang kurang sesuai dengan para orang tua yang marah apabila tidak mengikuti nasehat orang tua untuk masuk pada jurusan yang diinginkan oleh para orang tua mereka. Peneliti berasumsi bahwa yang menyebabkan hal tersebut terjadi adalah keinginan orang tua pada masa lampau yang belum tercapai sehingga anak dipaksa untuk memenuhi keinginan orang tua yang belum sempat tercapai tersebut dan orang tua akan marah bila keinginan tersebut gagal untuk diraih kembali.

Dampak yang akan muncul apabila orang tua tetap memaksakan anak untuk memilih jurusan yang diinginkan oleh orang tuanya adalah ketidakmampuan remaja dalam mengaktualisasikan diri yang sesuai dengan identitas dirinya. Ratnawati (2001) menjelaskan bahwa orang tua tidak diperkenankan terlalu ambisi terhadap prestasi anak karena akan merugikan anak itu sendiri. Kondisi tersebut apabila tidak segera terselesaikan akan menimbulkan konflik antara anak dengan orang tua, hubungan anak dan orang tua akan merenggang dan anak menjadi kehilangan motivasi dan semangat dalam belajar dan saat menjalani studi lanjutannya.

Ratnawati (2001) menjelaskan bahwa beberapa orang tua yang tidak dapat mengerti anaknya akan mengakibatkan hubungan orang tua-anak merenggang dan orang tua sering menggunakan hak prerogatifnya yang membuat anak harus patuh dan tidak boleh melawan orang tua. Masalah tersebut masuk dalam masalah keperawatan dan perlu tindakan perawat agar segera teratasi. Masalah keperawatan yang muncul antara lain konflik peran orang tua dan kerusakan interaksi sosial.

Beberapa hal dapat dilakukan oleh perawat dalam mengatasi masalah diatas. Perawat dapat melakukan asuhan keperawatan secara langsung kepada orang tua dan pihak sekolah. Perawat dapat membantu orang tua dalam menggali kemampuan dan bakat yang dimiliki anak dengan memfasilitasi anak untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang dapat mendukung bakat dan kemampuannya tersebut sehingga dapat memantapkan orang tua dan anak ketika memilih jurusan nanti.

Perawat dapat pula melatih orang tua melakukan komunikasi yang baik kepada anak dan mengajarkan pada anak untuk menyampaikan keinginannya dengan baik pula (Stuart, 2006). Keluarga yang memiliki budaya komunikasi dengan remaja secara baik akan mampu menciptakan prakondisi bagi timbulnya kecerdasan remaja sehingga muncul pengalaman-pengalaman positif pada remaja. Pengalaman positif ini nantinya akan bermanfaat bagi proses berpikir dan pembentukan persepsi remaja jika mereka menghadapi situasi lain dalam kehidupannya (Ratnawati, 2001).

Melalui pihak sekolah, perawat dapat memberikan pelatihan kepada sekolah khususnya guru bimbingan konseling untuk mengidentifikasi para siswa yang mempunyai persepsi kurang sesuai dengan harapan orang tua. Para siswa yang mempunyai keinginan yang berbeda dengan orang tua dalam pilihan studi lanjut dapat bercerita kepada guru bimbingan konseling sehingga keinginan orang tua dan siswa dapat terfasilitasi. Bimbingan karier di sekolah merupakan salah satu wujud upaya pendidikan karier yang berorientasi pada pendampingan proses perkembangan karier manusia muda (Winkel, 1997).

Bimbingan karier dapat membantu siswa kelas XII untuk mengenal dunia kerja dan diri sendiri, dibantu untuk berefleksi atas gaya hidup, dibantu untuk menyadari berbagai faktor internal dan eksternal yang berpengaruh terhadap perkembangan karier serta mengidentifikasi semua faktor itu dalam dirinya sendiri, keluarga, dan masyarakat, dibantu untuk menghubungkan aneka faktor tersebut sehingga mampu membuat pilihan karier secara bijaksana dan

bertanggung jawab serta dibantu untuk mengimplementasikan pilihannya dalam suatu rencana persiapan jangka pendek dan jangka panjang (Winkel, 1997).

Perawat dapat pula menghimbau kepada guru bimbingan konseling agar menggali bakat dan minat para siswa sejak kelas X sehingga minat dan bakat tersebut dapat disampaikan kepada para orang tua. Penggalan minat dan bakat tersebut diperoleh melalui pelajaran-pelajaran dan kegiatan ekstrakurikuler yang diminati oleh para siswa. Minat dan bakat siswa kemudian disampaikan kepada para orang tua melalui pertemuan orang tua yang dilakukan sejak awal para siswa masuk sekolah menengah atas agar waktu dalam menentukan pilihan karier dapat dipikirkan secara tepat oleh orang tua dan remaja. Cara tersebut dalam keperawatan jiwa dikenal dengan kelompok pendidikan (Videbeck, 2008). Kelompok pendidikan bertujuan memberikan informasi kepada para anggota (orang tua) tentang isu spesifik misalnya perencanaan karier siswa kelas XII.

Perawat dengan pihak sekolah dapat membentuk kelompok pada siswa-siswa yang memiliki minat, bakat dan kemampuan yang sama agar dapat saling bertukar informasi mengenai studi lanjutan yang akan dipilih pada perguruan tinggi. Hal tersebut dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keyakinan siswa dalam menentukan pilihan.

Sebagian besar siswa kelas XII mempunyai persepsi yang kurang sesuai pula dengan pemberian hukuman dan cacian yang diberikan oleh orang tua atas kegagalan mereka dalam prestasi akademis. Peneliti berasumsi bahwa penyebab perbedaan persepsi antara remaja dan orang tua dimungkinkan karena pengalaman para remaja yang belum pernah diberi hadiah oleh orang tua atas kesuksesan

mereka dalam bidang yang mereka tekuni dan pemberian hukuman yang berlebihan atas kegagalan yang telah mereka alami padahal mereka tidak menginginkan adanya hukuman tersebut.

Fenomena yang terjadi pada kebanyakan orang tua adalah pujian dan hadiah hanya diberikan ketika keberhasilan dalam bidang akademik dan apabila remaja mengalami kegagalan dalam bidang akademik para orang tua akan marah. Pentingnya keseimbangan dalam memberikan pujian atau hadiah dan juga hukuman akan membuat kemampuan berpikir remaja semakin matang karena remaja dapat mengambil keputusan secara tepat dan memiliki pikiran positif tentang hidupnya serta berusaha keras dalam meraih cita-citanya.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Symond (dalam Saam, 2012) yang mengatakan bahwa kehangatan dalam keluarga berperan penting bagi perkembangan konsep diri remaja. Adanya rasa kehangatan dalam hubungan remaja dengan orang tua maka remaja mempunyai sikap sosial, kooperatif, emosinya stabil, menerima diri sendiri dan menghargai orang lain sedangkan remaja yang tidak dapat merasakan kehangatan dengan orang tuanya akan merasa tidak aman, sulit menyesuaikan diri, merasa rendah diri, dan kurang menghargai orang lain. Perawat dapat melakukan konsultasi dengan orang tua dan membantu orang tua dalam menyusun bentuk hukuman yang bersifat konstruktif pada remaja.

Selain hal diatas, sebagian besar siswa kelas XII mempunyai persepsi yang sesuai dengan harapan orang tua untuk melakukan konsultasi dengan guru bimbingan konseling dalam hal perencanaan karier dan pemilihan jurusan.

Kesesuaian persepsi tersebut terjadi karena orang tua mampu menerima jurusan apapun yang diinginkan oleh anak dan orang tua mendukung jurusan yang telah dipilih anaknya tersebut. Peneliti berasumsi bahwa komunikasi dua arah antara anak dan orang tua perlu terus dilakukan untuk meminimalkan ketidaksesuaian persepsi antara anak dan orang tua.

Sebagian besar siswa kelas XII mempunyai persepsi yang sesuai pula dengan pemberian motivasi dan dukungan yang diberikan orang tua kepada mereka. Peneliti berasumsi bahwa pemberian dukungan serta motivasi kepada para siswa harus terus diberikan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan semangat belajar para siswa serta meningkatkan harga diri mereka. Hal tersebut sesuai dengan Ratnawati (2001) bahwa perhatian, dukungan, dan motivasi dari orang tua dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sehingga kemampuan kognitif anak dapat berkembang dengan baik pula. Perawat dapat membantu para orang tua yang masih kurang dalam memberikan motivasi dan dukungan kepada anaknya untuk terbiasa memberikan dukungan dan motivasi agar tidak terjadi salah persepsi pada anak dan orang tua.

5.2.3 Tingkat Stres Siswa

Tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebanyak 62 orang (81,6%) mengalami stres sedang dan berat. Stres sedang dan berat yang dialami oleh siswa kelas XII terdapat pada aspek stresor yang terdiri dari frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, *self imposed* dan aspek dimensi reaksi terhadap stresor yang terdiri dari fisiologis, psikologis, perilaku, dan penilaian kognitif (lampiran B.3). Sebagian besar siswa

kelas XII yang mengalami stres sedang dan berat diakibatkan karena kegagalan mendapatkan sesuatu yang sebelumnya telah direncanakan dan gagal dalam mencapai tujuan.

Peneliti berasumsi bahwa penyebab stres tersebut adalah kegagalan remaja dalam jalur masuk PMDK sehingga memunculkan rasa khawatir apabila tidak lolos dalam ujian SBMPTN. Hal tersebut didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Maramis (dalam Sunaryo, 2004) bahwa frustrasi timbul akibat seseorang mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam hidupnya dikarenakan adanya hambatan dan aral melintang.

Sebagian besar siswa kelas XII juga mengalami stres sedang dan berat saat memilih studi lanjut dan mengetahui keuntungan dan kerugian studi lanjut yang telah dipilihnya. Peneliti berasumsi bahwa konflik tersebut terjadi karena remaja mulai memikirkan banyak pertanyaan tentang kemungkinan baik dan buruk program studi yang telah mereka pilih, kemampuan mereka selama menjalani pilihan tersebut, serta peluang kerja dari program studi yang telah mereka pilih. Wong (2008) menyebutkan bahwa konflik perencanaan karier dapat menjadi sumber stres bagi remaja.

Sebagian besar siswa kelas XII juga mengalami stres sedang dan berat karena tekanan dalam bentuk kompetisi yang secara terus menerus. Peneliti berasumsi bahwa penyebab hal tersebut adalah ujian nasional dan ujian SBMPTN yang merupakan kompetisi yang cukup berat yang harus dilalui oleh para siswa kelas XII karena batas minimum nilai ujian nasional yang setiap tahun terus meningkat dan terbatasnya jumlah perguruan tinggi negeri di Indonesia yang tidak

sebanding dengan banyaknya jumlah lulusan sekolah menengah atas. Maramis (dalam Sunaryo, 2004) menyatakan bahwa tekanan hidup yang terjadi secara terus menerus dapat membuat seseorang jatuh dalam stres psikologis.

Stres dengan intensitas ringan, sedang ataupun berat akan memunculkan tanda dan gejala baik secara fisik dan psikologis. Tanda fisik yang muncul antara lain adalah kenaikan tekanan darah, peningkatan denyut nadi, sakit kepala, perubahan nafsu makan, perubahan frekuensi berkemih, keringat dingin, jantung berdebar, gangguan pencernaan seperti konstipasi (Potter & Perry, 2005). Penyakit fisik yang dapat muncul antara lain maag dan diare. Potter & Perry (2005) menjelaskan pula bahwa dampak psikologis yang dapat muncul pada seseorang yang sedang mengalami stres antara lain ansietas, depresi, kepenatan, kelelahan mental, perasaan tidak adekuat, kehilangan harga diri dan kehilangan motivasi, penurunan produktivitas kerja, mudah lupa, kecenderungan untuk membuat kesalahan, ketidakmampuan berkonsentrasi, dan rentan terhadap kecelakaan.

Sebagian besar siswa kelas XII yang mengalami stres sedang dan berat perlu dirujuk dan diberikan penanganan oleh perawat, tenaga kesehatan dan juga psikolog agar tidak menjadi lebih parah. Perawat diperlukan dalam menangani stres yang sedang dialami siswa kelas XII agar dapat mencegah perilaku-perilaku yang bersifat destruktif. Orang tua dan pihak sekolah juga perlu untuk mengetahui tanda dan gejala fisik dari stres agar dapat segera dilakukan penanganan terhadap stres. Pihak sekolah dapat mengadakan pentas seni dan kegiatan hiburan lainnya untuk mengurangi stres yang dialami siswa.

Perawat dapat membentuk kelompok pendukung pada siswa kelas XII. Kelompok pendukung dibentuk untuk membantu anggota yang bermasalah sama dan mengatasi masalah tersebut. Perawat dan guru bimbingan konseling mengkaji pikiran dan perasaan anggota dan menciptakan suasana yang mendukung sehingga anggota merasa nyaman mengekspresikan diri mereka (Videbeck, 2008). Siswa kelas XII dapat mengungkapkan perasaan frustrasi, bosan, tidak bahagia, dan juga mendiskusikan masalah yang biasa terjadi dan solusi yang potensial.

Terapi realitas dapat pula diberikan oleh perawat pada masing-masing siswa kelas XII yang sedang mengalami stres. Terapi realitas berfokus pada perilaku individu dan cara individu dalam mencapai tujuan hidup secara terus menerus (Videbeck, 2008). Terapi realitas membantu siswa kelas XII dalam menemukan identitas diri melalui perilaku yang bertanggung jawab. Perawat dapat mengajarkan kepada para siswa kelas XII dalam mengelola stres dengan melakukan manajemen stres. Manajemen stres dapat mengurangi stres yang sedang dialami agar tidak jatuh pada tingkat stres yang lebih berat. Manajemen stres yang dapat diajarkan antara lain dengan pengaturan jadwal kegiatan, modifikasi lingkungan, olahraga teratur, pengaturan nutrisi dan diet, pengaturan jadwal istirahat dan tidur yang tetap, teknik relaksasi progresif, peningkatan aktivitas spiritual, dan humor (Potter & Perry, 2005).

Cara lain yang dapat dilakukan untuk menurunkan stres adalah menceritakan semua masalah yang sedang dihadapi kepada keluarga, teman, atau orang yang biasa dipercaya. Cerita yang disampaikan oleh para siswa akan didengar dan mereka akan diberi motivasi dan dukungan sosial sehingga dapat

meningkatkan harga diri pada siswa tersebut. Hal tersebut sejalan dengan teori Robinson dan Shaver (dalam Saam, 2012) yang mengatakan bahwa kepuasan hidup dan kebahagiaan mempunyai korelasi hidup dengan harga diri. Kepuasan diri dicapai oleh orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik serta terhindar dari rasa cemas, keragu-raguan, dan simptom psikomatik.

Selain hal diatas, beberapa orang siswa kelas XII mengalami stres ringan yaitu sebanyak 14 orang (18,4%). Peneliti berasumsi bahwa siswa kelas XII mampu dalam mengelola stres yang dialami dengan cukup baik dan mengalihkan stres dengan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan. Hal tersebut juga dapat dipengaruhi oleh faktor motivasi yang tinggi dari masing-masing individu. Motivasi yang tinggi akan dapat membantu remaja mempunyai energi positif dalam menjalani jurusan yang sudah dipilih. Siswa kelas XII dengan motivasi yang tinggi akan mampu mengatasi masalah yang berat dan tidak mudah putus asa. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan Mc Clelland (dalam Saam, 2012) yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi adalah orang-orang dengan ciri menyukai tugas dengan tingkat kesulitan sedang dan menyenangkan tugas yang hasilnya ditentukan oleh usaha bukan nasib.

Peneliti berasumsi bahwa kepribadian *introvert* akan lebih mudah mengalami stres dari pada kepribadian *ekstrovert*. Hal tersebut terjadi karena orang dengan kepribadian *introvert* akan lebih susah dalam menceritakan semua masalah yang ada di hidupnya kepada orang lain dan cenderung untuk menyimpan sendiri masalah tersebut. Orang dengan kepribadian *introvert* juga

lebih sering menyendiri daripada berkumpul dengan teman-temannya. Orang dengan kepribadian *introvert* akan lebih mudah putus asa dan mudah menyerah dalam menghadapi semua masalah yang ada dihidupnya. Hal tersebut tidak terjadi pada orang dengan kepribadian *ekstrovert*. Seseorang dengan kepribadian *ekstrovert* akan lebih mudah bergaul dan memandang masalah yang datang pada hidup mereka menjadi sebuah hambatan kecil yang mereka yakin akan mampu melaluinya dengan baik. Stres ringan yang dialami oleh siswa kelas XII tetap harus diberikan penanganan agar tidak meningkat menjadi stres sedang dan berat.

5.2.4 Hubungan Persepsi tentang Kesesuaian Harapan Orang Tua dengan Diri dalam Pilihan Studi Lanjut dengan Tingkat Stres pada Siswa Kelas XII di Kabupaten Jember

Tabel 5.4 menunjukkan hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember diperoleh data bahwa dari 63 orang yang mempunyai persepsi kurang sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 55 orang (87,3%) mengalami stres sedang dan 8 orang (12,7%) mengalami stres ringan. Tabel 5.4 juga menunjukkan data bahwa dari 13 orang yang mempunyai persepsi sesuai dengan harapan orang tua sebanyak 7 orang (53,8%) mengalami stres sedang dan sisanya yaitu 6 orang (46,2%) mengalami stres ringan. Hasil analisis statistik didapatkan bahwa ada hubungan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres siswa kelas XII di Kabupaten Jember ($p : 0,011$ $\alpha : 0,05$).

Peneliti berasumsi bahwa stres sedang dan berat yang dialami oleh siswa kelas XII merupakan respon dari harapan orang tua yang terlalu tinggi dan paksaan dalam memenuhi keinginan dan harapan orang tua tersebut. Budiman (2001) yang menyatakan bahwa beberapa mahasiswa yang salah dalam memilih jurusan karena paksaan dan keinginan orang tua membuat mahasiswa tersebut ada yang mencoba mengikuti ujian masuk perguruan tinggi kembali, mengeluhkan tidak bisa tidur, tidak dapat berkonsentrasi, dan sakit kepala secara terus menerus, serta dikeluarkan dari jurusan karena nilai yang tidak mencukupi selama empat semester perkuliahan. Budiman (2001) menambahkan bahwa hal tersebut sudah cukup menjelaskan agar tidak semua orang tua memaksakan kehendak kepada anaknya. Harapan orang tua merupakan salah satu stresor yang dapat menurunkan tingkat nilai diri seorang individu (Potter & Perry, 2005).

Stres ringan yang dialami oleh para siswa kelas XII yang mempunyai persepsi kurang sesuai dengan harapan orang tua saat pilihan studi lanjut dimungkinkan karena mekanisme koping yang baik pada siswa kelas XII sehingga mampu dalam merespon setiap masalah yang datang pada diri mereka dengan baik pula. Menurut pandangan peneliti, hal tersebut juga ditunjang dengan keyakinan dan motivasi yang besar pada diri siswa kelas XII. Mc Clelland (dalam Saam, 2012) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi menyukai tugas dengan tingkat kesulitan sedang dan membutuhkan umpan balik dan pengetahuan yang lebih besar tentang kesuksesan dan kegagalan. Hal tersebut dapat membentuk kemampuan mental yang kuat pada diri siswa kelas XII. Meningkatnya kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan toleransi

terhadap stres dan frustrasi dapat meningkatkan respon adaptif seorang individu (Stuart, 2006).

Perawat jiwa dapat memberikan asuhan keperawatan dalam bentuk intervensi yang berhubungan dengan pencegahan primer, sekunder, dan tersier. Stuart (2006) menjelaskan secara lebih rinci sebagai berikut:

1. pencegahan primer meliputi:
 - a. identifikasi siswa kelas XII yang mungkin menunjukkan respon koping maladaptif terhadap stresor;
 - b. penyuluhan kesehatan meliputi meningkatkan pemahaman siswa kelas XII tentang dimensi stresor yang potensial dan respon koping alternatif yang dapat digunakan ketika sedang stres, meningkatkan keterampilan penyelesaian masalah, motivasi, harapan, dan harga diri;
 - c. penguatan dukungan sosial;
 - d. pencapaian identitas diri dengan melakukan pelatihan mengenai peningkatan kesadaran diri, eksplorasi diri, evaluasi diri, perumusan tujuan realistis, pengenalan terhadap pencapaian tujuan dan evaluasi terhadap tujuan yang tidak tercapai, dan perumusan rencana kembali untuk mencapai tujuan
2. pencegahan sekunder meliputi identifikasi persepsi siswa kelas XII terhadap harapan orang tua, kekuatan sistem pendukung, serta mekanisme koping yang lalu;
3. pencegahan tersier meliputi keperawatan rehabilitatif yang terdiri dari:
 - a. identifikasi sifat dan intensitas stresor serta sumber koping;

- b. identifikasi dukungan sosial yang tersedia bagi siswa kelas XII;
- c. identifikasi pemahaman keluarga tentang masalah siswa kelas XII.

Bentuk intervensi yang dapat diberikan oleh perawat kepada keluarga mengenai masalah ketidaksesuaian persepsi antara anak dan harapan orang tua adalah memahami dan mempertimbangkan persepsi dan perasaan anggota keluarga mengenai suatu situasi. Friedman (2010) menambahkan bahwa intervensi dalam area afektif diarahkan pada perubahan ekspresi emosi anggota keluarga baik dengan menurunkan atau meningkatkan tingkat komunikasi emosional atau memodifikasi mutu komunikasi emosional. Tujuannya adalah membantu anggota keluarga mengekspresikan dan membagi perasaan mereka satu sama lain sehingga kebutuhan emosi dapat disampaikan dan ditanggapi dengan lebih baik, terjadi komunikasi yang lebih selaras dan jelas serta upaya penyelesaian masalah keluarga difasilitasi.

Intervensi langsung ditujukan pada tingkat afektif dari fungsi keluarga termasuk mendesak anggota keluarga atau orang tua untuk berbagi perasaan dengan anak mereka. Keluarga didukung untuk mendorong anak-anak berbagi perasaan mereka sepenuhnya dengan orang tua mereka sehingga menjadikan anak komunikator yang lebih baik. Johnson (dalam Friedman, 2010) mencantumkan banyak cara umum yang dapat dilakukan oleh perawat berorientasi keluarga antara lain meningkatkan harapan yang realistis, mendengarkan perasaan, kepentingan, dan kekhawatiran anak, memfasilitasi komunikasi antara anggota keluarga sehingga mereka lebih terbuka, jujur, dan saling berbagi pemikiran dan

perasaan mereka, memberikan informasi yang dibutuhkan guna membantu keluarga membuat keputusan.

5.3 Keterbatasan Penelitian

Beberapa keterbatasan yang peneliti alami saat melakukan penelitian antara lain:

1. keterbatasan sampel penelitian yang hanya berjumlah 76 responden dari 7177 siswa kelas XII di Kabupaten Jember yang mengikuti ujian SBMPTN tahun 2013 di Universitas Jember, sehingga dirasa kurang mewakili populasi;
2. pengukuran tingkat stres siswa dilakukan satu kali pengamatan sehingga menyebabkan sebagian besar responden berada pada rentang stres sedang dan terdapat satu responden yang berada pada rentang stres berat;
3. penelitian dilakukan setelah siswa baru saja menyelesaikan ujian tulis SBMPTN tahun 2013 sehingga menyebabkan stres yang dialami responden belum tentu sesuai dengan harapan orang tua akan pilihan studi lanjut, namun stres karena ujian SBMPTN tahun 2013;
4. penelitian dilakukan di ruang terbuka yang membuat responden kurang nyaman dalam mengisi kuesioner.

BAB 6. SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian tentang hubungan persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. gambaran karakteristik responden sebagian besar berusia 18 tahun (61,8%), sebagian besar berjenis kelamin perempuan (56,6%), dan pekerjaan orang tua wiraswasta sebanyak 36 orang (47,4%) disusul dengan pegawai negeri sebanyak 16 orang (21,1%)
- b. sebagian besar responden mempunyai persepsi kurang sesuai dengan harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut sebanyak 63 responden (82,9%)
- c. sebagian besar responden mengalami stres sedang yaitu sebanyak 61 orang (80,3%) dan satu orang (1,3%) mengalami stres berat.
- d. ada hubungan yang signifikan antara persepsi tentang kesesuaian harapan orang tua dengan diri dalam pilihan studi lanjut dengan tingkat stres pada siswa kelas XII di Kabupaten Jember

6.2 Saran

Saran yang diberikan terkait dengan hasil dan pembahasan penelitian tersebut adalah:

a. bagi Remaja

- 1) menyempatkan istirahat disela-sela kegiatan
- 2) tidur yang cukup (7-8 jam)
- 3) olahraga teratur misalnya jalan cepat pada pagi hari selama 30 menit;
- 4) mendengarkan musik yang disenangi agar dapat menurunkan stres;
- 5) menggunakan waktu secara efektif dan efisien dengan membuat jadwal kegiatan sehari-hari agar kegiatan yang dilakukan lebih terjadwal dan tidak ada waktu yang terbuang;
- 6) rekreasi;
- 7) menceritakan masalah yang sedang dialami pada orang terdekat

b. bagi Orang Tua

- 1) menyiapkan bahan makanan yang dapat menurunkan stres seperti bayam, pisang, jeruk, dan susu;
- 2) menyertakan bawang putih dalam masakan yang dimasak;
- 3) membimbing anak untuk melakukan kegiatan lain yang lebih bermanfaat ketika sedang stres misalnya dengan membaca, berolahraga;
- 4) memberikan motivasi dan dukungan kepada remaja atas keputusan yang telah diambil oleh remaja;

- 5) tidak memberikan hukuman fisik atas kegagalan remaja dalam bidang akademik;
- 6) menggunakan bahasa yang mudah dipahami saat komunikasi dengan remaja agar tidak terkesan memaksakan keinginan orang tua pada remaja;
- 7) menjadi pendengar yang baik bagi remaja ketika remaja ingin menceritakan masalah yang dialaminya

c. bagi Guru Konseling di Sekolah

- 1) menggali bakat, minat dan kompetensi siswa didik;
- 2) memberikan dukungan sosial kepada siswa yang belum dapat mencapai kesuksesan akademiknya;
- 3) melakukan bimbingan karier sejak dari awal masuk sekolah menengah atas;

d. bagi Sekolah

- 1) membentuk UKS di sekolah
- 2) membentuk kelompok siswa berdasarkan minat dan bakat serta kemampuan agar dapat bertukar cerita dan pengalaman;
- 3) mengadakan pekan kreativitas yang dapat digunakan siswa dalam mengaktualisasikan bakat dan minatnya

e. bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dan pembahasan penelitian tersebut diharapkan dapat menjadi suatu referensi bagi peneliti dalam:

- 1) mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan persepsi siswa tentang kesesuaian harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut yang berada di desa dan di kota;

- 2) mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan persepsi siswa tentang kesesuaian harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut pada siswa akselerasi dan pada siswa reguler;
- 3) mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan persepsi siswa tentang kesesuaian harapan orang tua dalam pilihan studi lanjut pada siswa yang mengikuti bimbingan belajar di luar sekolah dan siswa yang tidak mengikuti bimbingan belajar di luar sekolah;
- 4) untuk pengukuran tingkat stres dapat dilakukan lebih dari satu kali dengan rentang waktu dua atau tiga minggu setelah pengukuran pertama.

DAFTAR PUSTAKA

- _____, *Student Stress Scale*
http://concordia.csp.edu/Counseling/_Documents/Student_Stress_Scale.pdf
 [diakses pada tanggal 24 November 2012]
- Allender, Judith Ann *et al.* 2003. *Community Health Nursing : Promoting and Protecting The Public's Health 6th Edition.*
- Alimul Hidayat, A. Azis. 2006. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan.* Jakarta : Salemba Medika
- Ardiana, Anisah, dkk. 2012. *Pedoman Penyusunan Skripsi PSIK Universitas Jember Edisi Revisi II.*
- Budiman, Leila Ch. 2001. *Menjadi Orang Tua Idaman.* Jakarta : Kompas
- Blais, Kathleen Koenig *et al.* 2006. *Praktik Keperawatan Profesional.* Jakarta : EGC
- Chan Mo Ching. 2009. *Academis Stress and Health Outcomes among College Students : A Comparative Study in Hong Kong and Mainland Chinese Students* <http://lbms03.cityu.edu.hk/oaps/ss2009-4708-cmc491.pdf> [diakses pada tanggal 23 November 2012]
- Cohen, S. 1983. *Perceived Stress Scale*
http://www.ncsu.edu/assessment/resources/perceived_stress_scale.pdf
 [diakses pada tanggal 23 November 2012]
- Dariyo, Agoes. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja.* Bogor : Ghalia Indonesia
- Fitri, Fauzia. 2011. *Hubungan Antara Stres dengan Perilaku Merokok.* Universitas Pendidikan Indonesia
http://repository.upi.edu/operator/upload/s_psi_0705037_chapter3.pdf
 [diakses pada tanggal 25 Desember 2012]
- Fitrikasari, Alifiati. 2003. *Determinan Depresi Pada Anak Dan Remaja.* Semarang <http://eprints.undip.ac.id/12313/1/2003PPDS2909.pdf> [diakses pada tanggal 09 Mei 2013]

- Friedman, Marilyn M. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori dan Praktik*, Jakarta : EGC
- Hamalik, Oemar. 1995. *Psikologi Remaja : Dimensi-dimensi Perkembangan*. Bandung : Mandar Maju
- Hurlock, Elizabeth, B. 1980. *Psikologi Perkembangan : “Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”*. Jakarta : Erlangga.
- Husdarta, JS. 2010. *Pertumbuhan dan Perkembangan Peserta Didik (Olahraga dan Kesehatan)*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Mahmudi, Ali. 2006. *Tips Memilih Perguruan Tinggi*. Yogyakarta : FMIPA UNY
<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/tmp/Tips%20Memilih%20Perguruan%20Tinggi.pdf> [diakses pada tanggal 24 November 2012]
- Mappiare, Andi. 1985. *Psikologi Remaja*. Surabaya : Usaha Nasional
- Mappiare, Andi. 1992. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Rajawali
- Ming-hui Li. 2008. *Journal of Psychiatry, Psychology and Mental Health. Helping College Students Cope : Identifying Predictors of Active Coping in Different Stressful Situations*. New York : St. John's University
<http://www.scientificjournals.org/journals2008/articles/1339.pdf> [diakses pada tanggal 24 November 2012]
- Nainggolan, Lisdu. 2007. *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua Dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*
http://eprints.undip.ac.id/10443/1/Skripsi_Pesepsi_thdp_Harapan_Otu_dgn_Ketakutan_Akan_Kegagala.pdf [diakses pada tanggal 7 Oktober 2012]
- Nasution, Indri Kemala. 2007. *Stres Pada Remaja*
<http://library.usu.ac.id/download/fk/132316815%281%29.pdf> [diakses pada tanggal 26 September 2012]
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

- Nurjanah, Lia. 2012. *Pengaruh Pemenuhan Tugas Perkembangan Keluarga Dengan Anak Usia Remaja Terhadap Pencapaian Tugas Perkembangan Remaja*. Bogor <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/54418> [diakses pada tanggal 04 Februari 2013]
- Sriati, AAT. 2008. *Tinjauan Tentang Stres*. Jatinangor : Universitas Padjadjaran Fakultas Ilmu Keperawatan http://resources.unpad.ac.id/unpad-content/uploads/publikasi_dosen/TINJAUAN%20TENTANG%20STRES.pdf [diakses pada tanggal 09 Mei 2013]
- Papalia, Diane E., dkk. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan) Edisi Sembilan*. Jakarta : Kencana
- Papalia, Diane E., dkk. 2009. *Human Development (Perkembangan Manusia) Edisi Sepuluh*. Jakarta : Salemba Humanika
- Pranadji, dkk. 2010. *Interaksi Antara Remaja, Ayah, dan Sekolah Serta Hubungannya dengan Tingkat Stres Siswa Dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA*. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling* <http://journal.ipb.ac.id/index.php/jikk/article/viewFile/5180/3573> [diakses pada tanggal 7 Oktober 2012]
- Potter & Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta : EGC.
- Purwanta, Edi. 2012. *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Eksplorasi Karier Siswa SLTP* <http://lppmp.uny.ac.id/sites/lppmp.uny.ac.id/files/4Edi%20Purwanto%20FIP.pdf> [diakses pada tanggal 16 Maret 2013]
- Ratnawati, Sintha. 2001. *Keluarga, Kunci Sukses Anak*. Jakarta : Penerbit Kompas
- Riskesdas. 2007 http://www.ppidoepkes.go.id/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=53&Itemid=87 [diakses pada tanggal 24 Oktober 2012]
- Saam, Zulfan dkk. 2012. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta : Rajagrafindo Persada
- Safaria, Triantoro. 2006. *Stres Ditinjau Dari Active Coping, Avoidance Coping, dan Negative Coping*

<http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/720/385>

[diakses pada tanggal 09 Mei 2013]

Santrock, John W. 2007. *Remaja Edisi 11 Jilid 1*. Jakarta : EGC.

Santrock, John W. 2007. *Perkembangan Anak Jilid II*. Jakarta : EGC

Sastroasmoro, S. dan Ismael, S. 2008. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi ke-13*. Jakarta: Sagung Seto.

Setiawan, Nita. 2011. *Kontribusi Academic Efficacy dan Parental Involvement Terhadap Prestasi Akademis Siswa Pada Tahap Remaja Awal*. Jakarta
<http://thesis.binus.ac.id/doc/Bab4/2011-2-00020-PL%204.pdf> [diakses pada tanggal 12 Agustus 2013]

Shaleh, Abdul Rahman. 2004. *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*. Jakarta : Kencana.

Sudhita, I Wayan Romi. 2009. *Perilaku Bunuh Diri di Kalangan Pelajar (Analisis Deskriptif Pemberitaan Bali Post Tahun 2006-2009)*. Bali.
<http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IKA/article/download/154/145>
 [diakses pada tanggal 15 Agustus 2013]

Sujanto, Agus. 1996. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Rineka Cipta

Sunaryo. 2004. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC.

Stuart, Gail W. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC

Videbeck, Sheila L. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC

Wade, Carole et al. 2008. *Psikologi Jilid 1 Edisi 9*. Jakarta : Erlangga.

Wahyudi, Agus Tri. 2009. *Hubungan Komunikasi Perawat Dengan Tingkat Stres Pasien Post Operasi Laparotomi Di RSD dr. Subandi Jember*.

Winkel, W.S. 1997. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : Grasindo

Wong, Donna L. 2008. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Jakarta : EGC