

**Perbedaan Tingkat Stres dan Mekanisme Koping pada Remaja yang
Tinggal di Pondok Pesantren dengan yang Tinggal Bersama Orang Tua**

TUGAS AKHIR

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna

Meraih Gelar Sarjana Keperawatan



Disusun oleh

Nama : M. Choirul Anam

Nim : 105070200111046

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS BRAWIJAYA

MALANG

2014

HALAMAN PERSETUJUAN

Perbedaan Tingkat Stres dan Mekanisme Koping pada Remaja yang
Tinggal di Pondok Pesantren dengan yang Tinggal Bersama Orang Tua

Tugas Akhir

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna

Meraih Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

M. Choirul Anam

NIM 105070200111046

Menyetujui Untuk Diuji :

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Asmika, SKM, M. Kes

NIP. 194909031982032001

Ns. Retno Lestari, M. Nurs

NIP. 198009142005022001

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**PERBEDAAN TINGKAT STRES DAN MEKANISME KOPING PADA REMAJA
YANG TINGGAL DI PONDOK PESANTREN DENGAN YANG TINGGAL
BERSAMA ORANG TUA**

Oleh:

M.Choirul Anam

NIM. 105070200111046

Telah diuji pada

Hari : Senin

Tanggal : 14 April 2014

dan dinyatakan lulus oleh :

Penguji I,

dr. Nanik S., M. Kes

NIP. 196504121996012001

Penguji II/Pembimbing I,

Penguji III/Pembimbing II,

Dra. Asmika, SKM, M. Kes.

NIP. 194909031982032001

Ns. Retno Lestari, M.Nurs

NIP. 1980091422005022001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.dr. Kusworini, M.Kes., SpPK

NIP. 19560331 198802 2 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul **“Perbedaan Tingkat Stres dan Mekanisme Koping pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren dengan yang Tinggal Bersama Orang Tua** tepat pada waktunya. Tugas akhir ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. Atas terselesaikannya tugas akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr.dr.Karyono Mintaroem, Sp.PA, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang telah memberikan saya kesempatan menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
2. Dr. dr. Kusworini, M.Kes Sp.PK, selaku Ketua Jurusan Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
3. dr.Nanik Setijowati, M.kes sebagai penguji I yang telah bersedia menguji hasil penelitian penulis dan memberikan kritik dan saran pada peneliti.
4. Ibu Dra. Asmika, SKM, M.Kes sebagai Pembimbing I dan penguji II yang dengan sabar telah membimbing penulisan, dan senantiasa memberi semangat sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
5. Ibu Ns.Retno Lestari, M.Nurs sebagai Pembimbing II dan penguji III yang dengan sabar telah membimbing penulisan, dan senantiasa memberi semangat sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
6. Ayah dan ibu atas segala dukungan dan kasih sayangnya sehingga saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Annisa suci yang selalu memberi dukungan dan perhatian.
8. Teman-teman PSIK Reguler 2010, atas bantuan dan dukungannya.

9. Teman-teman Pondok Pesantren Miftahul Huda Malang.

10. Adek-adek siswa-siswi SMA Alyasini Pasuruan, yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis menyadari Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharap kritik dan saran perbaikan demi sempurnanya tugas akhir ini. Akhirnya penulis berharap semoga ini berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi semua pihak.

Malang, 14 Mei 2014

Penulis

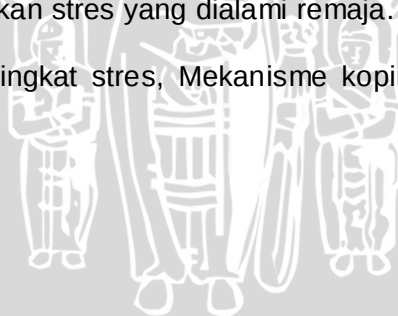


ABSTRAK

Anam, Muhamad Choirul. Perbedaan Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Pada Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren Dengan Remaja yang Tinggal Bersama Orang Tua. Tugas Akhir, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang. Pembimbing: 1) Dra. Asmika SKM, M.Kes., 2) Ns. Retno Lestari., M.Nurs.

Remaja merupakan masa ketidakstabilan akibat masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Stres sering di alami remaja karena ketidakstabilan tersebut. Lingkungan sangat berpengaruh terhadap stres yang di alami remaja. Salah satunya adalah lingkungan pondok pesantren yang identik dengan ketatnya peraturan dan jauh dari orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat stres dan mekanisme koping pada remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama orang tua. Desain penelitian ini menggunakan analitik observasional. Sampel di ambil berdasarkan purposive sampling, berjumlah 100 responden dengan pembagian 50 responden yang tinggal di pondok pesantren dan 50 responden yang tinggal bersama orang tua. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat stres Zung *Self-rating Depression Stress Scale* dan kuesioner mekanisme koping oleh Carver dan Lee. analisa data menggunakan T-test, untuk tingkat stres nilai t-hitungnya (4.577) lebih besar daripada nilai t-tabelnya (1.6604). Dengan kata lain terdapat perbedaan yang signifikan antara remaja yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal dengan orang tua terkait tingkat stresnya. Untuk mekanisme koping nilai t-hitungnya (1.245) lebih kecil daripada nilai t-tabelnya (1.6604). Dengan demikian mekanisme koping antara remaja yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal bersama orang tua tidak ada perbedaan yang signifikan. Sehingga disarankan bagi pondok pesantren dapat memberikan dukungan baik mental maupun spiritual pada remaja dan di sela-sela kegiatan yang padat ada lelucon atau humor untuk menurunkan stres yang dialami remaja.

Kata kunci : Remaja, Tingkat stres, Mekanisme koping, Pondok pesantren, Orang tua



ABSTRAK

Anam, Muhammad Choirul. The Differences in Level of Stress and Coping Mechanisms in Adolescent who Stay At Islamic Boarding School With the Teen Parents Stay Together. Thesis, Faculty of Nursing Science of Medicine, Brawijaya University of Malang. Supervisor: 1) Dra.Asmika SKM, M. Kes., 2) Ns. Retno Lestari., M.Nurs.

Adolescent is a period of instability due to the transition from childhood into adulthood. Stress often happen in Adolescent naturally because of the instability. The environment is very influential on the natural stress on Adolescent. One of them is a islamic boarding school environment that is identical to the regulation and away from parents. This study aims to determine the differences in the level of stress and coping mechanisms in adolescents staying in Islamic boarding school with who stay with their parents. The design of this study using observational analytic. Samples were taken by purposive sampling, with the division of the 100 respondents 50 respondents who stay in Islamic Boarding School and 50 respondents who live with their parents. The collecting of data use a stress levels questionnaire Zung Self-rating Depression Scale Stress and coping mechanisms questionnaires by Carver and Lee. Data analysis use the T-test, the stress level of the calculated t-value (4,577) is greater than t-table value (1.6604). In other words, there are significant differences between adolescents who stay in islamic boarding school and stay with parent that related their stress level. the coping mechanisms of the calculated t-value (1,245) is smaller than the t-table value (1.6604).Coping mechanisms among adolescents staying in Islamic boarding school and staying with parents there are not significant difference. So it is advisable to Islamic boarding school can provide both mental and spiritual support in adolescents and in the sidelines of the solid no jokes or humot to reduce stress experienced by adolescents.

Keywords: Adolescent, Level of stress, coping mechanisms, Islamic boarding school, Parents

DAFTAR ISI

	Halaman
Judul	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Pengesahan	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	vi
Daftar Isi	viii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja	6
2.1.1 Definisi	6
2.1.2 Ciri-ciri	7
2.1.3 Tahap-tahap Perkembangan	7
2.2 Konsep Stres	9
2.2.1 Definisi	9
2.2.2 Penyebab	10
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres	14
2.2.4 Tanda dan Gejala	15
2.2.5 Tahapan Stres	15
2.3 Konsep Koping	18
2.4.1 Definisi	18
2.4.1 Mekanisme	18
2.4.2 Skala koping	19
2.4 Konsep Pondok Pesantren	21

2.5.1	Definisi	21
2.5.2	Peran Pondok Pesantren	22
2.5	Konsep Orang Tua	23
2.6.1	Definisi	23
2.6.2	Peran Orang Tua	23

BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1.	Kerangka Konseptual	26
3.2.	Hipotesa Penelitian	27

BAB IV METODOLOGI PENELITIAN

4.1	Rencana Penelitian	28
4.2	Populasi dan Sampel	28
4.2.1	Populasi	28
4.2.2	Sampel	28
4.2.3	Teknik Sampling	29
4.3	Variabel Penelitian	29
4.4	Lokasi Penelitian	29
4.5	Instrumen Penelitian	30
4.5.1	Instrumen Tingkat Stres	30
4.5.2	Instrumen Mekanisme Koping	30
4.5.3	Uji Validitas	31
4.5.4	Uji Reliabilitas	31
4.6	Definisi Operasional	31
4.7	Kerangka Kerja	33
4.8	Pengumpulan Data	34
4.9	Analisa Data	34
4.9.1	Pre Analisis	34
4.9.1.1	Editing	34
4.9.1.2	Coding	34
4.9.1.3	Scoring	34
4.9.1.4	Tabulasi	35
4.9.2	Analisis	35
4.10	Etika Penelitian	36

BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

5.1 Karakteristik Responden	37
5.1.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal.....	37
5.1.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia.....	38
5.1.3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan lamanya tinggal di pondok pesantren	39
5.2 Tingkat stres berdasarkan usia.....	39
5.3 Tingkat stres berdasarkan lamanya tinggal di pondok pesantren ..	40
5.4 Perbedaan tingkat stres remaja yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal bersama orang tua	41
5.5 Mekanisme koping berdasarkan usia	42
5.6 Mekanisme koping berdasarkan lamanya tinggal di pondok pesantren bagi yang tinggal di pondok pesantren.....	42
5.7 Perbedaan mekanisme koping remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama orang tua	43

BAB VI PEMBAHASAN

6.1 Perbedaan tingkat stres pada remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama orang tua	44
6.2 Perbedaan mekanisme koping pada remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama orang tua	47
6.3 Perbedaan tingkat stres dan mekanisme koping pada remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama orang tua	59
6.4 Keterbatasan penelitian	50
6.5 Implikasi hasil penelitian	51

BAB VII KESIMPULAN

7.1 Kesimpulan	52
7.2 Saran	53

DAFTAR PUSTAKA	55
-----------------------------	-----------

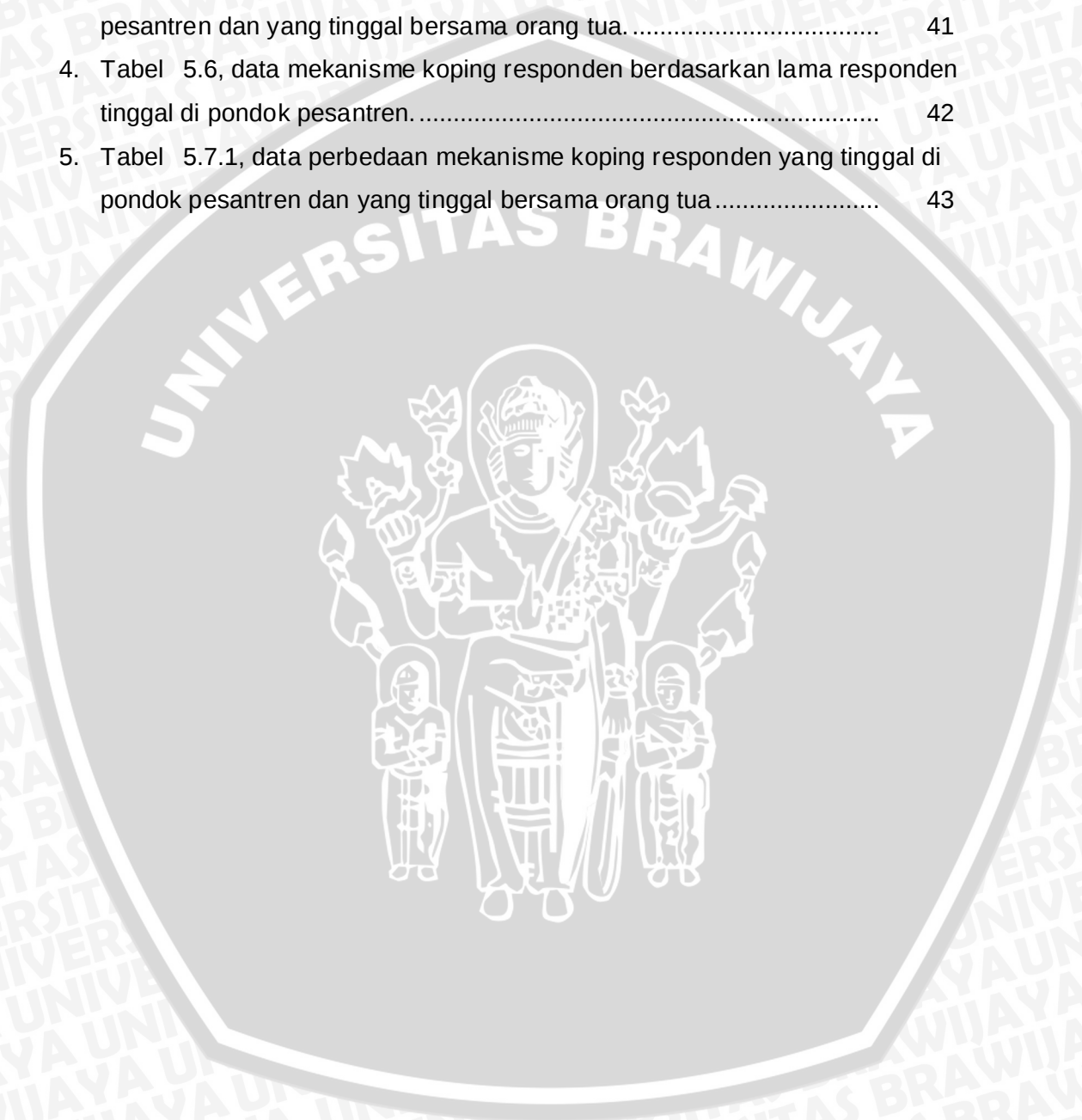
DAFTAR DIAGRAM

1. Diagram 5.1.1 data karakteristik responden berdasarkan tempat tinggal.	37
2. Diagram 5.1.2.1, Karakteristik responden berdasarkan usia	38
3. Diagram 5.1.2.2, Karakteristik responden berdasarkan usia remaja yang tinggal bersama orang tua	38
4. Diagram 5.1.3, Karakteristik responden berdasarkan lamanya tinggal di pondok pesantren.	39
5. Diagram 5.2, data tingkat stres responden berdasarkan usia responden.	40
6. Diagram 5.5, data mekanisme coping responden berdasarkan usia responden	42



DAFTAR TABEL

1. Tabel 2.4.3, Skala koping	19
2. Tabel 5.3, Data tingkat stres responden berdasarkan lama responden tinggal di pondok pesantren.....	40
3. Tabel 5.4, data perbedaan tingkat stres responden yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal bersama orang tua.	41
4. Tabel 5.6, data mekanisme koping responden berdasarkan lama responden tinggal di pondok pesantren.	42
5. Tabel 5.7.1, data perbedaan mekanisme koping responden yang tinggal di pondok pesantren dan yang tinggal bersama orang tua.....	43



DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1 Keusioner	58
2. Lampiran 2 Tabel data responden yang tinggal bersama orang tua	61
3. Lampiran 3 Tabel data responden yang tinggal di pondok pesantren ..	62
4. Lampiran 4 Tabel analisa data	64
5. Lampiran 5 Curriculum Vitae	67
6. Lampiran 6 Lembar Informed Consent.....	68
7. Lampiran 7 Pernyataan Keaslian Tulisan.....	70
8. Lampiran 8 Lembar konsultasi	71
9. Lampiran 9 Lembar etik	75

