

BAB 6

PEMBAHASAN

Pada bab ini menguraikan pembahasan hasil penelitian yang telah didapat pada bab sebelumnya, yaitu karakteristik responden, tingkat stres, pemenuhan tugas perkembangan emosional, hubungan antara pemenuhan tugas perkembangan emosional dengan tingkat stres, implikasi hasil penelitian dalam profesi keperawatan, dan keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian.

6.1 Karakteristik Remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung

6.2.1 Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 222 responden, mayoritas berusia 16 tahun dengan jumlah 118 orang responden (53,2%) dan jumlah responden terkecil yaitu responden berusia 18 tahun dengan jumlah 5 orang responden (2,3%). Berdasarkan pada hasil penelitian tersebut, dapat diartikan bahwa remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung berada pada fase perkembangan remaja akhir, yaitu pada rentang usia 16-20 tahun.

Masa perkembangan remaja akhir tersebut, remaja dihadapkan pada kondisi dimana remaja harus mempersiapkan diri memasuki fase dewasa awal (20-40 tahun). Remaja merupakan fase peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana keseluruhan perubahan dalam konteks pertumbuhan dan perkembangan sangat terlihat perubahannya pada fase ini. Banyak literatur menyatakan bahwa remaja dianggap sebagai masa "*Storm and Stress*". Peneliti beranggapan bahwa hal ini dapat terjadi bahwa munculnya tuntutan remaja untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan masa dewasa akan tetapi secara fisiologi

dan psikologi remaja belum sempurna dan masih terus berkembang dari fase perkembangan anak-anak.

Pertumbuhan dan perkembangan selama masa remaja menuntut remaja untuk mampu menyesuaikan diri dengan perubahan. Proses penyesuaian remaja tidak lepas dari pemenuhan tugas perkembangan remaja (Rahmaniyah, 2014). Perkembangan pada fase remaja akhir ini menurut Papalia (2009), pada aspek fisik remaja laki-laki dan perempuan mencapai tinggi badan yang nyaris sempurna, pada aspek kognitif kemampuan menggunakan penalaran deduktif-hipotesis meningkat dan basis pengetahuan terus bertumbuh, pada perkembangan emosi perubahan *mood* yang semakin berkurang dan intens dan remaja semakin mampu mengungkapkan emosinya sendiri dan memahami perasaan orang lain, dan pada aspek sosial terjadinya kemandirian dari orang tua yang meningkat, hubungan dengan saudara sekandung menjadi lebih setara, kurang intens dan kurang dekat, persahabatan lebih intim dibandingkan semua periode lainnya, serta keintiman yang dapat beralih pada hubungan romantis.

Masa remaja sangat penting mengingat peran penting dalam pengembangan kebiasaan dan kompetensi yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dan ketahanan remaja sepanjang kehidupan mereka (Kia-Keating *et al*, 2011 dalam Morton & Montgomery, 2011). Masa remaja juga waktu yang rentan dimana emosi dan pengambilan resiko cenderung diperkuat (Morton & Montgomery, 2011).

6.2.2 Karakteristik Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 222 orang responden, sebanyak 72 responden (32,4%) berjenis kelamin laki-laki dan 150 responden (67,6%) berjenis kelamin perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden

berjenis kelamin perempuan, dapat diartikan secara keseluruhan populasi remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung mayoritas berjenis kelamin perempuan. Karakteristik responden ini sesuai dengan pengamatan peneliti bahwa remaja perempuan yang lebih banyak bersekolah pada tingkat SMA dibandingkan dengan remaja laki-laki. Pendidikan yang setara dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang lebih didominasi oleh remaja laki-laki dibandingkan perempuan berdasarkan pengamatan peneliti.

6.2 Pemenuhan Tugas Perkembangan Emosional pada Remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung

6.2.1 Pemenuhan Tugas Perkembangan Emosional Remaja

Berdasarkan tabel 5.3, responden yang menunjukkan pemenuhan tugas perkembangan emosional pada rentang baik berjumlah responden 148 orang responden (66,7%), dan ditemukan remaja yang mempunyai pemenuhan tugas perkembangan emosional yang kurang berjumlah 6 orang responden (2,7%). Hal ini dapat diartikan bahwa mayoritas remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung memiliki pemenuhan tugas perkembangan yang baik meskipun masih ditemukan pemenuhan yang kurang pada remaja dalam jumlah sedikit, sehingga remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung mayoritas memenuhi kompetensi emosional yang mencukupi sesuai tugas perkembangannya.

Berdasarkan gambar 5.1, mayoritas responden menunjukkan tingkat *emotional self-efficacy* pada rentang baik dengan jumlah 114 orang responden (51,4%) sehingga dapat diartikan bahwa secara sebagian besar remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung memiliki *emotional self-efficacy* yang baik. Pada gambar 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden menunjukkan tingkat *self-identity*

yang sangat baik, yaitu pada 151 orang responden (68,0%), persentase tersebut menandakan bahwa mayoritas remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung mempunyai tingkat *self-identity* yang sangat baik. Sedangkan pada gambar 5.3, 139 orang responden (62,6%) dari 222 responden memiliki tingkat *value* yang sangat baik sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat *value* pada remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung pada rentang yang sangat baik.

Pemenuhan tugas perkembangan emosional yang baik dapat diartikan juga seseorang remaja telah memenuhi kompetensi emosional pada masanya. Sehingga dapat diartikan pemenuhan tugas perkembangan tidak lepas dari kompetensi emosional. Kompetensi emosional remaja ini dibutuhkan dan harus dilalui secara keseluruhan sebelum menginjak ke fase perkembangan selanjutnya.

Indikator pada tugas perkembangan emosional yang terdiri dari *emotional self-efficacy*, *self-identity*, dan *value* pada penelitian ini juga menunjukkan hasil baik. Berdasarkan tiga indikator diatas menunjukkan bahwa *emotional self-efficacy* merupakan indikator yang berperan dalam regulasi emosi pada remaja, *self-identity* merupakan indikator dalam status identitas diri seorang remaja, dan *value* adalah indikator yang berperan dalam sistem nilai yang tercapai oleh remaja.

Menurut Papalia (2009), pada remaja berusia 16-20 tahun, perkembangan emosi yang terjadi adalah perubahan *mood* yang semakin berkurang dan intens dibandingkan dengan perkembangan emosi yang terjadi pada usia 12-15 tahun yang ditandai dengan *mood* menjadi sering semakin sering berubah. Beberapa penelitian mengaitkan peningkatan kondisi emosional dan perubahan *mood* di masa awal remaja dengan perkembangan hormonal.

Akan tetapi, pengaruh lain seperti jenis kelamin, usia, temperamen, dan waktu dari pubertas, dapat menahan dan bahkan mengalahkan faktor hormonal.

Kompetensi emosional meliputi kesadaran emosi diri sendiri, kemampuan untuk memahami emosi orang lain, kemampuan untuk menggunakan emosi secara verbal, kemampuan untuk berempati, kemampuan untuk membedakan, pengalaman emosional internal yang subjektif dari ekspresi emosi eksternal, kemampuan untuk mengendalikan gangguan emosi, kesadaran pesan emosional dalam hubungan, dan kapasitas untuk pengelolaan emosional (Law dan Lee, 2011). Sedangkan menurut Pikunas (1976) dalam Yusuf LN. (2006), kematangan emosional remaja ini ditandai dengan ciri-ciri bersikap toleran dan merasa nyaman, luwes dalam bergaul, interdependensi dan mempunyai *self-esteem*, kontrol diri, perasaan mau menerima dirinya dan orang lain, dan mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif. Berdasarkan kriteria kematangan emosi tersebut, secara teoritik remaja dipandang sudah memiliki kemampuan penyesuaian emosional dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

6.2.2 Pemenuhan Tugas Perkembangan Emosional Remaja Berdasarkan Usia

Berdasarkan gambar 5.4, mayoritas responden pada semua rentang usia memiliki pemenuhan tugas perkembangan emosional yang baik. Akan tetapi pada usia 16 dan 17 tahun masih ditemukan pemenuhan yang kurang, dan pada rentang usia 15-17 tahun didapatkan pemenuhan tugas perkembangan emosional yang cukup. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, belum dapat secara pasti bahwa usia responden dapat mempengaruhi pemenuhan tugas perkembangan emosional.

Peneliti beranggapan bahwa semakin bertambahnya usia seorang remaja, semakin terpenuhi juga tugas perkembangan emosional tersebut sehingga seorang remaja dapat memenuhi kompetensi perkembangan emosional sebelum menginjak pada fase perkembangan dewasa. Bertambahnya pengetahuan dan pengalaman dapat menjadi faktor penentu yang mempengaruhi pemenuhan tugas perkembangan emosional seorang remaja.

Menurut Hurlock (2002), sejumlah penelitian tentang emosional remaja menunjukkan bahwa perkembangan emosional remaja bergantung pada faktor kematangan dan faktor belajar. Faktor kematangan dan faktor belajar merupakan dua faktor yang meningkat sejalan dengan bertambahnya usia remaja. Sehingga dapat diartikan bahwa tugas perkembangan emosional remaja akan bertambah baik seiring dengan bertambahnya usia remaja.

6.2.3 Pemenuhan Tugas Perkembangan Emosional Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Gambar 5.5, pada kedua jenis kelamin mayoritas memiliki pemenuhan tugas perkembangan emosional yang baik. Pada hasil tersebut, dapat dibandingkan bahwa perbandingan antara remaja laki-laki yang memiliki pemenuhan yang sangat baik lebih besar jumlahnya dibandingkan dengan remaja perempuan yang memiliki pemenuhan yang baik. Akan tetapi perbandingan pada pemenuhan yang kurang pada sampel penelitian, menunjukkan lebih besar persentasenya dibandingkan dengan remaja perempuan. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat diartikan bahwa pemenuhan tugas perkembangan emosional yang dialami oleh responden laki-laki lebih baik dari pada responden perempuan.

Hal ini dapat dihubungkan dengan bagaimana peran jenis kelamin remaja terhadap ekspresi remaja dalam mengekspresikan emosi. Remaja perempuan menunjukkan ekspresi emosi positif lebih besar daripada anak laki-laki. Remaja perempuan juga mengungkapkan emosi internalisasi lebih (seperti sedih, takut, simpati, dan rasa malu) dibandingkan anak laki-laki, terutama dalam situasi negatif. Pola ekspresi emosi remaja perempuan dapat menyebabkan perilaku *prosociality* mereka lebih besar daripada laki-laki. Namun, pola ini juga bisa memberikan risiko yang meningkatkan kemungkinan anak perempuan mengembangkan gejala depresi dan kecemasan (Chaplin dan Aldao, 2013).

Sebaliknya pada remaja laki-laki, remaja laki-laki menunjukkan ekspresi emosi eksternal yang lebih besar, terutama ekspresi kemarahan, pada periode balita/ prasekolah dan anak usia menengah, dalam situasi negatif, dan ketika dengan teman sebaya atau sendirian, yang dapat berkontribusi terhadap risiko anak laki-laki lebih besar untuk masalah perilaku (Chaplin dan Aldao, 2013).

Remaja memiliki pendapat negatif pada orang lain dan dunia. Selama masa remaja, anak laki-laki cenderung berorientasi prestasi, sedangkan remaja perempuan cenderung berorientasi pada hubungan. Jika mereka tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan, mereka merasa nihilistik terhadap kehidupan mereka sendiri. Ketika emosi mereka tidak menentu, mereka dapat menggunakan banyak cara negatif, seperti kecanduan internet, perilaku seksual, melukai diri sendiri, dan penyalahgunaan narkoba (Law dan Lee, 2011).

6.3 Tingkat Stres pada Remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung

6.2.1 Tingkat Stres pada Remaja

Berdasarkan tabel 5.4, didapatkan bahwa responden dengan tingkat stres pada rentang normal dengan jumlah 133 responden (59,9%). Stres ringan dialami oleh 36 responden (16,2%), stres sedang sebanyak 37 orang responden (16,7%), stres berat sebanyak 14 orang (6,3%), dan stres sangat berat sebanyak 2 orang responden (0,9%). Sehingga dapat disimpulkan mayoritas remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung memiliki tingkat stres yang normal.

Dari data tersebut, responden dengan tingkat stres yang normal tidak dapat diartikan bahwa responden tersebut tidak mengalami stres sama sekali, akan tetapi tingkat stres yang dialami pada tingkat yang normal sehingga tidak mengganggu kehidupan responden. Stres yang bersifat positif dibutuhkan untuk mengembangkan kemampuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi dan menyelesaikan tugas atau beban selama kehidupannya.

Hasil yang diperoleh tersebut sejalan dengan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya bahwa terdapat keragaman tingkat stres pada remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung. Tetapi ditemukan perbedaan bahwa pada saat peneliti melakukan studi pendahuluan, sebagian besar responden memiliki tingkat stres yang ringan, dan pada saat penelitian dilakukan sebagian besar responden memiliki tingkat stres yang normal. Peneliti beranggapan bahwa perbedaan temuan antara studi pendahuluan dan penelitian dikarenakan faktor waktu yang berbeda pada saat pengambilan hasil keduanya.

Stres dapat memberi stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan, dan dalam hal ini, suatu stres adalah positif dan bahkan diperlukan (Potter dan Perry, 2005). Stres tidak semuanya merugikan, stres memberikan energi dan menjaga

perilaku berorientasi tujuan, meskipun stres yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental dan fisik (Simuforosa, 2012).

Smith dan Pergola (2006) dalam Wibawa dan Widiyasavitri (2013), menunjukkan bahwa setiap individu semasa hidupnya akan mengalami dan mendapatkan stres, ditambahkan lagi stres berlebih akan muncul ketika individu sedang mengalami kondisi tubuh, mental dan fisik yang lemah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa masyarakat sudah peduli terhadap bahaya stres yang berdampak langsung secara positif terhadap kesehatan individu, sehingga diperlukan dukungan dan perhatian yang lebih tidak hanya dari lembaga kesehatan dalam menyebarkan informasi, namun masyarakat secara khususnya harus mampu mengaplikasikan pengelolaan stres melalui perilaku dan gaya hidup sehat dan penerapan strategi koping stres yang baik dalam keseharian beraktivitas.

6.2.2 Tingkat Stres pada Remaja Berdasarkan Usia

Gambar 5.6 menunjukkan tingkat stres remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung berdasarkan sebaran usia responden. Pada 13 responden dengan usia 15 tahun (5,9%), mayoritas tingkat stres yang dialami adalah tingkat stres sedang dengan jumlah 9 orang responden (4,1%), dan 2 orang responden (0,9%) dengan tingkat stres berat. Pada mayoritas responden dengan usia 16 dan 17 tahun, meskipun mayoritas pada rentang stres normal, masih didapatkan responden dengan tingkat stres yang lebih tinggi. Pada responden berusia 18 tahun yang berjumlah 5 orang (2,3%), terdiri dari 3 orang responden (1,4%) dengan tingkat stres normal, 1 orang responden (0,5%) dengan tingkat stres ringan dan 1 orang responden lainnya (0,5%) dengan tingkat stres sedang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada rentang usia 15-18 tahun, tingkat stres yang dialami oleh mayoritas responden adalah rentang normal. Tetapi ditemukan bahwa beberapa responden dengan tingkat stres ringan sampai sangat berat dialami oleh kelompok usia 16 tahun dan 17 tahun. Dari hasil ini dapat menunjuk bahwa semakin tinggi usia remaja maka akan semakin rendah tingkat stres yang dirasakan. Hal ini dikarenakan semakin bertambah usia seorang remaja, maka pengetahuan dan pengalaman individu akan bertambah, serta kemampuan remaja dalam merespon stresor cenderung lebih baik dibandingkan dengan usia yang lebih muda.

Menurut Gisell *et al.* dalam Hurlock (2002), remaja berusia 14 tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, emosinya cenderung meledak, dan tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Sebaliknya, remaja berusia 16 tahun mengatakan bahwa mereka tidak punya keprihatinan. Jadi adanya "*Strom and Stress*" dalam periode ini berkurang menjelang berakhirnya masa remaja.

6.2.3 Tingkat Stres pada Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin

Gambar 5.7 menunjukkan bahwa sebaran tingkat stres berdasarkan jenis kelamin responden. Pada berjenis kelamin laki-laki dan perempuan ditemukan paling banyak pada rentang stres normal. Persentase tingkat stres ringan sampai sangat berat lebih tinggi dialami oleh responden perempuan dibandingkan dengan responden laki-laki.

Hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa mayoritas remaja perempuan pada SMA Negeri 1 Sumberpucung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki pada populasi yang sama. Dalam hal ini menunjukkan remaja perempuan mempunyai sifat lebih memendam perasaan atau emosi dan remaja laki-laki lebih cenderung mudah

meluapkan emosi. remaja laki-laki lebih mungkin untuk menolak untuk berurusan dengan stres dan mengalihkan diri, sedangkan remaja perempuan lebih cenderung untuk mencari dukungan dan aktif dalam mengurangi stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Nasution (2002) dalam Yuliana dan Hidayati (2012), sumber stres pada remaja laki-laki dan perempuan pada umumnya sama, namun dampak beban ini berbeda pada remaja laki-laki dan perempuan. Remaja perempuan lebih peka terhadap lingkungannya, sehingga jenis kelamin juga mempengaruhi dampak yang akan terjadi akibat stres.

Hasil ini sejalan dengan penelitian di Amerika Serikat bahwa perempuan memiliki tingkat stres yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Secara umum, perempuan mengalami tingkat stres 30% lebih tinggi dibandingkan laki-laki (Munandar, 2001).

6.4 Hubungan antara Pemenuhan Tugas Perkembangan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung

Berdasarkan pada hasil uji korelasi *Spearman Rank* pada penelitian ini, didapatkan besar signifikansi adalah 0,000 ($<0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara kedua variabel tersebut. Pada nilai *alpha* 0,519 menandakan korelasi pemenuhan tugas perkembangan emosional dengan tingkat stres adalah sedang pada rentang interval korelasi 0,40 - 0,599 yang merupakan rentang korelasi sedang. Nilai korelasi bernilai negatif (-), yang menandakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan terbalik. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan berbanding terbalik antara pemenuhan tugas perkembangan emosional dengan tingkat stres pada remaja, dapat

diartikan semakin tinggi pemenuhan tugas perkembangan emosional remaja, maka tingkat stres yang dialami semakin rendah.

Peneliti beranggapan bahwa tugas perkembangan emosional sangat mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh seorang remaja. Kematangan emosi seorang remaja dapat menjadi faktor penting dalam manajemen stres remaja dalam menghadapi sebuah stresor, sehingga semakin terpenuhi tugas perkembangan emosional seorang remaja atau dalam hal ini semakin matang emosional remaja, remaja akan dapat dengan mudah menyesuaikan dan mengatasi stres tanpa menimbulkan dampak fisik maupun psikologi remaja tersebut.

Menurut model koping oleh Lazarus dan Folkman, setiap orang mengalami berbagai bentuk tekanan dalam berbagai aktivitas. Penilaian stres menyebabkan berbagai strategi koping. Berbagai strategi koping mengacu pada upaya emosional, kognitif, dan perilaku yang memungkinkan seorang individu untuk menoleransi, melarikan diri, atau meminimalkan efek dari tekanan sehingga keadaan dapat ditingkatkan, diterima, atau dihindari. Oleh karena itu, akuisisi dan regulasi emosi sehingga stres yang dirasakan dapat ditangani lebih efektif. Seseorang harus merasakan, menggunakan, memahami, dan mengelola emosi dengan baik. Remaja harus bisa mengatur emosinya dan didorong secara pikiran dan perilaku. Seseorang yang tidak mampu untuk mengatur intensitas dan durasi/ tanggapan emosional internalnya maka lebih rentan terhadap interaksi sosial yang tidak diinginkan dan kurang tahan terhadap peristiwa stres (Chaplin dan Aldao, 2013).

Kehidupan emosional remaja kemungkinan akan mempengaruhi berbagai aspek seperti prestasi sekolah dan motivasi. Kompetensi mengacu pada adaptasi

secara proaktif atau koping. Koping diartikan sebagai upaya untuk mengelola lingkungan dan tuntutan internal yang membebani atau melebihi sumber daya seseorang (Law dan Lee, 2011).

Stres dapat mempengaruhi dimensi fisik, perkembangan, emosional, intelektual, sosial, dan spiritual. Sumber adaptif terdapat dalam setiap dimensi ini. Oleh karenanya, ketika mengkaji adaptasi manusia terhadap stres, perawat harus mempertimbangkan individu secara menyeluruh. Individu secara keseluruhan terlihat dalam merespon dan mengadaptasi stres. Namun demikian, sebagian besar dari riset tentang stres berfokus pada respon psikologis atau emosional dan fisiologis, meski dimensi ini saling tumpang tindih dan berinteraksi dengan dimensi lain (Potter dan Perry, 2005).

6.5 Implikasi Hasil Penelitian dalam Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan profesi keperawatan terutama dalam bidang *Mental Health Nursing* dan juga keperawatan komunitas. Hasil penelitian ini dapat dijadikan menjadi landasan profesi keperawatan pada *setting* klinik dalam hal aplikasi metode asuhan keperawatan yang sesuai, maupun *setting* akademik mengenai pentingnya pemenuhan tugas perkembangan emosional pada fase perkembangan remaja menngingat stres yang tinggi dapat berdampak pada aspek fisiologis dan psikologis.

Perawat komunitas dapat memberikan promosi kesehatan jiwa pada remaja Sekolah Menengah Atas (SMA) pada lingkungan sekolah ataupun puskesmas sebagai upaya pengembangan tugas perkembangan yang sehat sesuai fase kehidupan remaja melalui program Usaha Kesehatan Sekolah

(UKS). Remaja dapat menjadi waktu yang penting untuk intervensi dan dorongan untuk promosi kesehatan. Remaja adalah unik, mereka tidak benar-benar mandiri dalam pilihan kesehatan mereka dan sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan, baik negatif dan positif (Srof & Velsor-Friederich, 2006).

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan oleh *Nursing Researcher* sebagai dasar atau referensi bagi penelitian selanjutnya tentang pentingnya pemenuhan tugas perkembangan emosional pada remaja dan dampaknya bagi kehidupan remaja. Hal tersebut dapat meningkatkan keilmuan pada profesi keperawatan sehingga dapat meningkatkan kualitas pemberian asuhan keperawatan.

6.6 Keterbatasan dalam Pelaksanaan Penelitian

6.5.1 Desain Penelitian

Hasil penelitian ini telah menunjukkan adanya hubungan antara pemenuhan tugas perkembangan emosional dengan tingkat stres pada remaja SMA Negeri 1 Sumberpucung. Tetapi peneliti menggunakan desain penelitian korelasi *cross-sectional*, dimana pengumpulan data hanya dilakukan sekaligus dalam satu waktu. Sehingga, hanya menunjukkan pemenuhan tugas perkembangan emosional dan tingkat stres yang dialami oleh remaja pada saat pengambilan data.

6.5.2 Instrumen Penelitian

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner untuk mengukur 2 jenis variabel yang berbeda, yaitu tugas perkembangan emosional dan tingkat stres. Peneliti meyakini bahwa hasil akan lebih objektif apabila terdapat kombinasi dari instrumen penelitian dengan observasi langsung ataupun dengan metode wawancara langsung terkait kedua variabel penelitian.

Penelitian ini juga belum menggunakan instrumen yang baku pada variabel tugas perkembangan emosional seperti pada instrument pengukuran stres (*DASS21*). Peneliti meyakini bahwa akan lebih spesifik jika instrument yang digunakan spesifik pada masing-masing indikator yang diukur (*emotional self-efficacy, self-identity, dan value*).

