



**PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA
TERHADAP TINGKAT STRES PELAJAR
SMA NEGERI 7 BANJARMASIN**

Skripsi
Diajukan guna memenuhi
sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Aghnia Dini Noramalina
2110911220052

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2024

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN

Aghnia Dini Noramalina, NIM: 2110911220052

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Kamis, Tanggal 12 Desember 2024

Pembimbing I

Nama: Dr. dr. Sherly Limantara, Sp.KJ
NIP : 198111192006042011



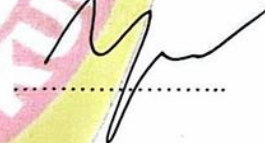
Pembimbing II

Nama: Dr. dr. Siti Wasilah, M.Si.Med.
NIP : 197704302005012003



Penguji I

Nama: dr. Yanuar Satrio Sarosa, Sp.KJ
NIP : 198301232009031006



Penguji II

Nama: dr. Lena Rosida, M.Kes
NIP : 197106151997022002




Banjarmasin, 24 Desember 2024

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana




Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed.
NIP 1972203071997021002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 22 November 2024



Aghnia Dini Noramalina

ABSTRAK

PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN

Aghnia Dini Noramalina

Periode remaja adalah periode transisi ketika seseorang mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang dapat menimbulkan stres. Stres adalah keadaan ketika seseorang menghadapi ancaman yang mempengaruhi kondisi mental, fisik, emosional, dan spiritualnya dan dapat dipengaruhi dukungan teman sebaya. Dukungan teman sebaya adalah dukungan positif yang diterima dari individu lain dengan rentang umur dan kematangan yang sama sehingga memberikan rasa nyaman, didukung, dan dicintai. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh dukungan teman sebaya terhadap tingkat stres pada pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin. Metode penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan pada 250 pelajar sebagai subjek yang telah dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah *Fisher's Exact*. Didapatkan hasil sebanyak 13,6% pelajar mengalami stres ringan, 74% mengalami stres sedang, dan 12,4% mengalami stres berat. Didapatkan juga hasil 22,8% pelajar memiliki dukungan teman sebaya sangat tinggi, 64% memiliki dukungan teman sebaya tinggi, 12,4% memiliki dukungan teman sebaya sedang, 0,4% memiliki dukungan teman sebaya rendah, dan 0,4% memiliki dukungan teman sebaya sangat rendah. Hasil analisis menunjukkan $p=0,157$. Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan teman sebaya terhadap tingkat stres pada pelajar di SMA Negeri 7 Banjarmasin.

Kata-kata kunci: dukungan teman sebaya, tingkat stres, remaja

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF PEER SUPPORT ON STRESS LEVELS AMONG STUDENTS OF PUBLIC HIGHSCHOOL 7 BANJARMASIN

Aghnia Dini Noramalina

Adolescent period is a transition period when a person experiences physical, emotional and social changes that causes stress. Stress is a condition when a person faces threats affecting their mental, physical, emotional and spiritual condition and can be influenced by peer support. Peer support is positive support received from other individuals with the same age and maturity that gives feeling of comfort, support, and love. This research aims to determine the effect of peer support on stress levels in students at Public Highschool 7 Banjarmasin. This research method is analytical observational with a cross sectional approach which was carried out on 250 students as subjects selected using purposive sampling method. The statistical test used is Fisher's Exact. The results showed that 13.6% students experienced mild stress, 74% experienced moderate stress, and 12.4% experienced severe stress. The results showed that 22.8% of students had very high peer support, 64% had high peer support, 12.4% had moderate peer support, 0.4% had low peer support, and 0.4% had very low peer support. The results of the analysis showed $p=0.157$. The conclusion is that there is no significant influence between peer support on stress levels in students at Public Highschool 7 Banjarmasin.

Keywords: *peer support, stress levels, adolescents*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“PENGARUH DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PELAJAR SMA NEGERI 7 BANJARMASIN”**, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing, Dr. dr. Sherly Limantara, Sp.KJ, dan Dr. dr. Siti Wasilah, M.Si.Med. yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji, dr. Yanuar Satrio Sarosa, Sp.KJ dan dr. Lena Rosida, M.Kes yang berkenan memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Kepala sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin, Bapak Arjudin, S.pd., M.I.Kom dan seluruh guru serta staff SMA Negeri 7 Banjarmasin yang sudah memberikan banyak bantuan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
6. Keluarga saya yang tercinta, Ayah saya, Bapak Hariyanto Sarnie, Ibu saya, Ibu Niswatin, Kakak perempuan saya, Talitha Syadza Nazhirotin, dan Kakak laki-laki saya, Muhammad Ditsar Fawwazy yang telah memberikan dukungan secara emosional maupun finansial dalam segala proses skripsi ini.
7. Rekan penelitian saya yaitu Zakyud dan Fathiyyah serta teman dan sahabat saya, Semangkuy, Musuh HIMA, *Red Velvet*, Belva, dan teman-teman lain yang senantiasa memberikan dukungan dalam seluruh rangkaian proses skripsi ini.
8. Serta seluruh pihak yang telah membantu dalam mewujudkan selesainya tugas akhir skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan dan kesehatan.

Banjarmasin, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Stres	9
B. Dukungan Teman Sebaya	17

C. Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar	22
BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	25
A. Landasan Teori	25
B. Hipotesis	28
BAB IV METODE PENELITIAN	29
A. Rancangan Penelitian	29
B. Populasi dan Sampel	29
C. Instrumen Penelitian	30
D. Variabel Penelitian	32
E. Definisi Operasional	32
F. Prosedur Penelitian	34
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	36
H. Cara Analisis Data	36
I. Waktu dan Tempat Penelitian	37
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	38
BAB VI PENUTUP	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Keaslian Penelitian Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	6
4.1	Definisi Operasional Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	33
5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	38
5.2	Distribusi Tingkat Stres dan Dukungan Teman Sebaya pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	39
5.3	Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	40
5.4	Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Usia pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	41
5.5	Distribusi Dukungan Teman Sebaya Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	42
5.6	Distribusi Dukungan Teman Sebaya Berdasarkan Usia pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	43
5.7	Distribusi Tingkat Dukungan Teman Sebaya pada Semua Kelompok Stres pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	44
5.8	Hasil Analisis Data Penelitian Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres pada Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
3.1 Kerangka Teori Penelitian Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	27
3.2 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	28
4.1 Skema Prosedur Penelitian Pengaruh Dukungan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Pelajar SMA Negeri 7 Banjarmasin	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Kelaikan Etik	58
2. Surat Izin Penelitian kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 7 Banjarmasin	59
3. Surat Izin Penelitian (Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan)	61
4. Lembar Penjelasan Kepada Calon Subjek	62
5. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian Untuk Responden Berusia 18 Tahun ke Atas	65
6. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian Untuk Responden Berusia di Bawah 18 Tahun	66
7. Lembar Identitas Responden	67
8. Kuesioner Tingkat Dukungan Teman Sebaya (<i>Student Social Support Scale</i>)	68
9. Kuesioner Tingkat Stres (<i>Perceived Stress Scales (PSS-10)</i>)	70
10. Data Hasil Penelitian	72
11. Uji Analisis <i>Chi-Square</i> dan <i>Fisher's Exact</i>	83
12. Dokumentasi Kegiatan	84

DAFTAR SINGKATAN

ACh	: Asetilkolin
ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factors</i>
E	: Epinefrin
HPA	: <i>Hypothalamic-pituitary-adrenal</i>
IL	: Interleukin
NE	: Norepinefrin
PSS-10	: <i>Perceived Stress Scales - 10</i>
SSP	: Sistem saraf parasimpatis
SSS	: Sistem saraf simpatis
TNF	: <i>Tumor necrosis factors</i>
WHO	: <i>World health organization</i>