

SKRIPSI
HUBUNGAN STRES DENGAN MOTIVASI BELAJAR
PADA REMAJA TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS

Di SMKN 2 Ponorogo



Oleh :
IIS RETNO DEWI
NIM 23632425

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025

SKRIPSI
HUBUNGAN STRES DENGAN MOTIVASI BELAJAR
PADA REMAJA TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS

Di SMKN 2 Ponorogo

SKRIPSI
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :
IIS RETNO DEWI
NIM 23632425

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2025

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah
dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang
pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Ponorogo, 10 Januari 2025

Yang Menyatakan



Lis Retno Dewi
NIM 23632425

Lembar Pengesahan

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN MOTIVASI BELAJAR PADA
REMAJA TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS

Di SMKN 2 PONOROGO

Iis Retno Dewi

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL: 21 JANUARI 2025

Oleh:

Pembimbing I



Ririn Nasriati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIDN 0704077501

Pembimbing II



Dr. Sri Susanti, M.A.
NIDN 0727096901

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulisty Andarmoyo, S.Kep., Ners., M.Kep, Phd
NIDN 0715127903

1

Lembar Penetapan Panitia Penguji Skripsi

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Pada Tanggal 24 Januari 2025

Panitia Penguji

Ketua : Lina Ema Purwanti, S.Kep.Ns.,M.Kep ()
Anggota : 1. Filia Icha Sukamto, S.Kep.Ns.,M.Kep ()
2. Dr. Sri Susanti,M.A. ()

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo




Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ners.,M.Kep,Phd
NIDN 0715127903

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Stres dengan Motivasi belajar pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep) pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersama ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya dengan hati yang tulus kepada:

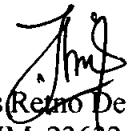
1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Sulistyo Andarmoyo, S. Kep.,Ns., M. Kes.,Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Siti Munawaroh, S.Kep.Ners.M.Kep selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Ririn Nasriati, S.Kep.Ners.M.Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
5. Dr. Sri Susanti, M.A selaku Pembimbing II yang juga telah banyak membantu memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan skripsi dari awal hingga akhir.

6. dr. Ani Damayanti selaku Kepala Puskesmas Ponorogo Selatan dan Rekan tempat kerja yang sudah memberikan kesempatan dan semangat untuk melanjutkan pendidikan S1 Keperawatan
7. Kepala Sekolah SMKN 2 Ponorogo yang telah memberikan ijin dan kesempatan sebagai lahan untuk melakukan penelitian
8. Keluarga tercinta yang selalu mendukung dan memberikan doa demi kelancaran penyusunan skripsi penelitian ini
9. Teman teman seperjuangan Alih jenjang Tahun 2023 yang saling mendukung selama menjadi mahasiswa di almamater tercinta ini
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu di sini, yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.

Mudah-mudahan segala amal dan jasa yang diberikan menjadi amal yang baik bagi dalam kehidupan ini serta diterima oleh Allah SWT. Semoga skripsi ini bermanfaat, baik bagi penulis maupun bagi pembaca pada umumnya. Aamiin.

Ponorogo, 10 Januari 2025

Penulis


Lis Retno Dewi
NIM. 23632425

**HUBUNGAN STRES DENGAN MOTIVASI BELAJAR
PADA REMAJA TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS
DI SMKN 2 PONOROGO**

Iis Retno Dewi

Program Studi Ilmu Keperawatan, S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo

Abstrak

Stres merupakan gangguan maupun kekacauan mental dan emosional yang diakibatkan oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Remaja rentan sekali mengalami stres karena pada tahap ini remaja mengalami peningkatan intensitas emosional. Stres pada remaja yang berkelanjutan akan mempengaruhi motivasi belajar mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat stres dengan motivasi belajar pada remaja tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo. Metode penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* dengan populasi adalah Siswa kelas X SMKN 2 Ponorogo, teknik sampling menggunakan *Proporsional random sampling* dan didapatkan sampel sejumlah 85 sampel, Selanjutnya data akan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan Aplikasi SPSS versi 25 dengan metode uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres dalam kategori Normal dan motivasi belajar dalam kategori motivasi belajar tinggi. Pada uji *corelasi Spearman Rank* diperoleh hasil signifikan sebesar 0,000 hal ini dapat disimpulkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan motivasi belajar pada remaja tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo. *Correlation Coefficient* yaitu -0,366 artinya tingkat keeratan hubungan korelasi antara variabel tingkat stres dengan variabel motivasi belajar adalah sebesar -0,366 atau masuk dalam kriteria cukup. Nilai koefisien korelasi -0,366, dimana nilai tersebut negatif yang artinya hubungan antara kedua variabel tersebut berlawanan, sehingga semakin tinggi tingkat stres maka motivasi belajar remaja akan semakin rendah.

Kata Kunci: Stres, Motivasi Belajar, Remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND LEARNING MOTIVATION IN HIGH SCHOOL LEVEL ADOLESCENTS AT SMKN 2 PONOROGO

Iis Retno Dewi

Nursing Science Study Program, Bachelor of Nursing, Muhammadiyah University

Abstract

Stress is a mental and emotional disturbance or disorder caused by internal and external factors. Adolescents are very susceptible to stress because at this stage adolescents experience increased emotional intensity. Continuous stress in adolescents will affect their learning motivation. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and learning motivation in adolescents at the Senior High School level at SMKN 2 Ponorogo. The research method used was cross-sectional with the population being grade X students of SMKN 2 Ponorogo, the sampling technique used Proportional random sampling and a sample of 85 samples was obtained, then the data will be analyzed univariately and bivariately using the SPSS version 25 application with the Spearman Rank test method. The results showed that stress levels were in the Normal category and learning motivation was in the high learning motivation category. The Spearman Rank correlation test obtained a significant result of 0.000. This can be concluded that there is a relationship between stress levels and learning motivation in adolescents at the Senior High School level at SMKN 2 Ponorogo. Correlation Coefficient is -0.366, meaning the level of closeness of the correlation relationship between the stress level variable and the learning motivation variable is -0.366 or falls into the sufficient criteria. The correlation coefficient value is -0.366, where the value is negative, meaning the relationship between the two variables is opposite, so the higher the stress level, the lower the learning motivation of adolescents

Keywords: Stress, Learning Motivation, Adolescents

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman sampul luar	i
Halaman sampul dalam	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pernyataan	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Singkatan	xvi
 BAB 1: PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
 BAB 2: TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Stres	
2.1.1 Pengertian Stres	12
2.1.2 Klasifikasi Stres	12
2.1.3 Sumber Stres	14
2.1.4 Penyebab Stres	15
2.1.5 Tahapan Stres	16
2.1.6 Klasifikasi Stres	17
2.1.7 Tanda dan Gejala Stres	17
2.1.8 Cara Mengendalikan Stres	18
2.1.9 Alat Ukur Tingkat Stres	19
2.2 Konsep Motivasi Belajar	
2.2.1 Pengertian Motivasi Belajar	20

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar.....	21
2.2.3 Peran dan Fungsi Motivasi Belajar.....	22
2.2.4 Ciri Orang yang Memiliki Motivasi Belajar	24
2.2.5 Prinsip Motivasi Belajar	25
2.2.6 Cara Menumbuhkan Motivasi Belajar.....	25
2.2.7 Alat Ukur Motivasi Belajar	26
2.3 Konsep Remaja	
2.3.1 Pengertian Remaja.....	28
2.3.2 Tahap-tahap Perkembangan Remaja	28
2.3.3 Tugas-tugas Perkembangan Remaja.....	29
2.3.4 Perkembangan Fisik Pada Remaja	30
2.3.5 Perkembangan Psikis Pada Remaja.....	31
2.3.6 Perkembangan Kognitif Pada Remaja.....	32
2.3.7 Perkembangan Emosi Pada Remaja	33
2.4 Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar.....	35
2.5 Kerangka Teori Penelitian.....	37
BAB 3: KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konseptual	38
3.2 Hipotesis.....	39
BAB 4: METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian.....	40
4.2 Kerangka Operasional.....	41
4.3 Populasi, Sampel, Sampling	
4.3.1 Populasi.....	42
4.3.2 Sampel.....	42
4.3.3 Sampling	43
4.4 Variabel Penelitian	45
4.6 Instrumen Penelitian.....	46
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	
4.7.1 Lokasi Penelitian.....	53
4.7.2 Waktu Penelitian	53

4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	
4.8.1 Prosedur Pengumpulan Data	53
4.8.2 Pengolahan Data.....	55
4.8.3 Analisa Data	56
4.9 Etika Penelitian.....	60
BAB 5: Hasil Penelitian.....	64
BAB 6: Kesimpulan dan Saran	85
Daftar Pustaka	88
Lampiran.	94



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data Siswa Kelas X SMKN 2 Ponorogo	44
Tabel 4.2 Definisi Operasional Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo	45
Tabel 4.3 Rumus Kategorisasi Motivasi Belajar	50
Tabel 4.4 Kategori Motivasi belajar	50
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan umur di SMKN 2 Ponorogo.....	65
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin di SMKN 2 Ponorogo	65
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan Kelas Jurusan di SMKN 2 Ponorogo	66
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan Riwayat Tinggal di SMKN 2 Ponorogo	66
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan Penyelesaian Masalah di SMKN 2 Ponorogo	67
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Remaja Berdasarkan Masalah Akademik di SMKN 2 Ponorogo	67
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Motivasi Masuk Sekolah di SMKN 2 Ponorogo	68
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Stres Remaja di SMKN 2 Ponorogo.....	68
Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Motivasi Belajar Remaja di SMKN 2 Ponorogo.....	68
Tabel 5.10 Crostabulasi Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar.....	68

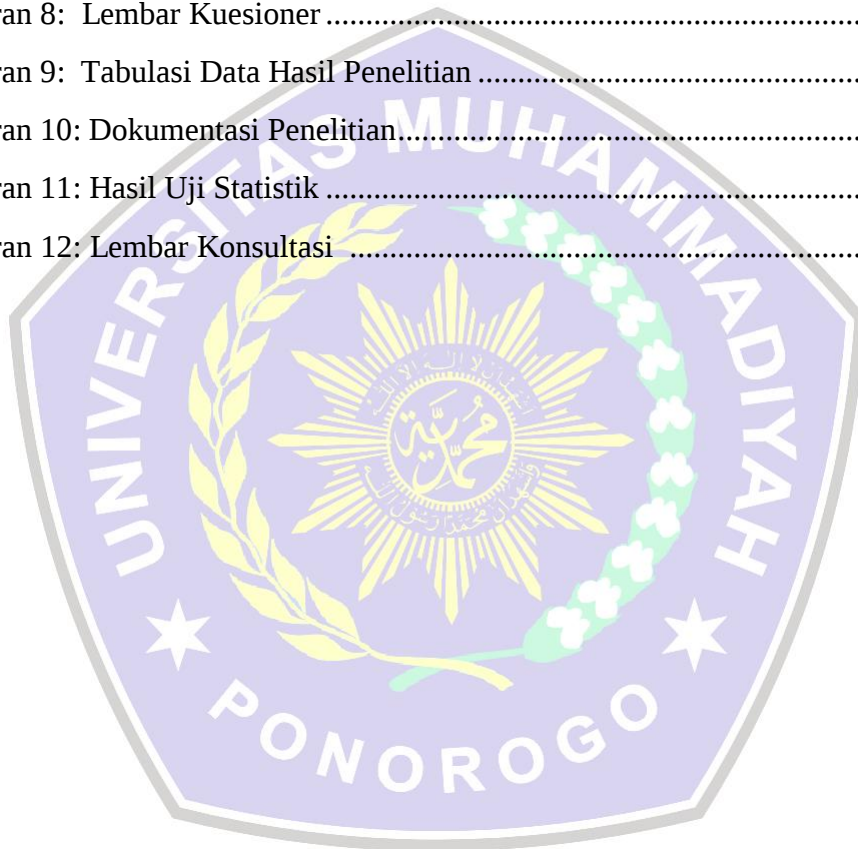
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo	37
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo	38
Gambar 4.1 Kerangka Operasional Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Permohonan Izin Pengambilan Data Awal	94
Lampiran 2: Surat Permohonan Izin Penelitian	95
Lampiran 3: Surat Keterangan Layak Etik	97
Lampiran 4: Permohonan Menjadi Responden.....	98
Lampiran 5: Lembar Penjelasan	99
Lampiran 6: Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	100
Lampiran 7: Format Pengambilan Data	101
Lampiran 8: Lembar Kuesioner	105
Lampiran 9: Tabulasi Data Hasil Penelitian	112
Lampiran 10: Dokumentasi Penelitian.....	122
Lampiran 11: Hasil Uji Statistik	123
Lampiran 12: Lembar Konsultasi	131



DAFTAR SINGKATAN

AMS	: <i>Academic Motivation Scale</i>
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
P2PTM	: Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular
PKP	: Penilaian Kinerja Puskesmas
SMKN	: Sekolah Menengah Kejuruan Negeri
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
SRQ	: <i>Self Report Questionnaire</i>

