

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Siswa SMA termasuk ke dalam fase perkembangan remaja akhir. Salah satu aspek perkembangan remaja adalah perkembangan emosi yang identik dengan perubahan emosi. Perubahan ini ditandai dengan ketidakstabilan emosi yang kuat dan tidak terduga, misalnya remaja terkadang merasakan bahagia, mudah marah, cemas, hingga depresi. Ketidakstabilan emosi inilah yang membuat remaja rentan terhadap stres (Khaldia et al., 2023). Remaja yang mengalami stres yang berat atau berkelanjutan mungkin rentan terhadap gangguan kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, gangguan makan, atau perilaku berbahaya. Stres yang tinggi juga dapat mempengaruhi pola tidur, konsentrasi, motivasi, dan interaksi sosial remaja (P2PTM, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 prevalensi kejadian stres cukup tinggi yaitu 350 juta penduduk dunia mengalami stres. Prevalensi stres siswa di dunia sebesar 38,91%, di Asia 61,3% dan Indonesia sebesar 71,6%. Persentase stres, depresi dan gangguan kecemasan pada remaja di Indonesia mencapai angka 9,8% (Gusti, 2023). Hasil survei Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2022 pada remaja usia 10-17 tahun menunjukkan satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental atau setara 15,5 juta remaja. Selain itu, hasil survei juga menunjukkan satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental atau setara 2,45 juta remaja

(Gloriabarus, 2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi (Kemenkes RI, 2021).

Rumah Sakit Jiwa Menur Jawa Timur (Jatim) mencatat jumlah pasien anak hingga remaja mengalami peningkatan selama 2023. Berdasarkan data terbaru di Rumah Sakit Jiwa Menur Jawa Timur (Jatim) tahun 2023, jumlah pasien jiwa anak hingga remaja maksimal usia 18 tahun sebanyak 892 pada triwulan pertama, 1.408 triwulan kedua, dan 2.465 triwulan ketiga (Elaine, 2023). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo tahun 2022 di dapatkan remaja yang mengalami gangguan Kesehatan mental seperti Depresi berkisar 4% kalangan remaja dari jumlah orang di Ponorogo, remaja yang mengalami gangguan jiwa berat berkisar 6%, remaja yang mengalami stres berkisar 4% (S. U. Sari, 2022). Hasil screening SRQ Test sejumlah 1.463 Siswa di 6 SMU wilayah kerja Puskesmas Ponorogo Selatan didapatkan data sebanyak 143 siswa mengalami gejala depresi dan cemas, 207 siswa merasa tidak bahagia, dan sebanyak 91 siswa mempunyai keinginan untuk mengakhiri hidup. SMKN 2 Ponorogo menempati urutan pertama dari 6 SMU yang siswanya mengalami gangguan kesehatan mental, diperoleh data sebanyak 52 siswa mengalami gejala depresi dan cemas, 57 siswa merasa tidak bahagia dan 38 siswa mempunyai keinginan untuk mengakhiri hidup (PKP Program Jiwa Puskesmas Ponorogo Selatan, 2023).

Stres pada remaja paling banyak disebabkan karena masalah di sekolah (akademik, peraturan, tuntutan yang besar dari guru dan teman sekolah),

permasalahan dalam berhubungan dengan orang lain (orang tua dan teman sebaya) dan ketidakmampuan remaja dalam menyesuaikan dengan lingkungan (Lesmana & Hidayati, 2019). Penyebab dari stres ini tidak hanya dari pelajaran atau guru di sekolah, tapi bisa juga karena tuntutan dalam keluarga, tekanan dari teman-teman sebaya, maupun kekhawatiran terhadap masa depan, baik tentang kemana akan melanjutkan kuliah, jurusan kuliah yang tepat, dan akan jadi apa sesudah lulus (Qanitat, 2021). Ketika siswa merasa stres, siswa cenderung sulit berkonsentrasi dan sulit fokus pada pembelajaran, Hal ini membuat siswa kehilangan minat dan motivasi untuk belajar (Tri, 2023). Stres yang berlarut-larut dan tidak segera ditangani akan berdampak pada Motivasi belajar siswa. Motivasi belajar merupakan usaha yang ada dalam diri siswa yang membangkitkan gairah belajar dan memberikan arah maupun tujuan dalam pencapaian kegiatan belajar (Anja & Wibowo, 2023).

Siswa yang dapat mengelola stres akan mampu meningkatkan motivasi belajarnya, siswa yang mampu meningkatkan motivasi belajarnya akan dengan mudah memahami materi pembelajaran yang diterimanya, rasa semangat, dan juga adanya motivasi belajar dalam diri siswa akan mudah membantu dalam memahami materi (Anja & Wibowo, 2023). Sebaliknya jika stres tidak dikelola dengan baik maka akan berdampak penurunan kinerja akademik, kesulitan dalam menyelesaikan tugas, atau kesulitan mempertahankan motivasi untuk belajar, gangguan tidur, gangguan kesehatan mental, perubahan perilaku, bahkan gangguan hubungan sosial (P2PTM, 2020).

Penting bagi remaja agar dapat mengembangkan strategi yang efektif dalam mengatasi stres dan menjaga kesehatan jiwa mereka, beberapa cara yang dapat dilakukan diantaranya adalah dengan kegiatan fisik seperti olahraga, relaksasi, tidur yang cukup, terlibat dalam kegiatan sosial masyarakat misalnya karang taruna dan posyandu remaja. Dukungan, pengertian dan komunikasi terbuka dari orang tua, pendidik dan lingkungan sangat penting dalam membantu remaja mengatasi stres dengan baik. Selain itu dapat diperkuat lagi dengan upaya meningkatkan ibadah sesuai dengan agama masing-masing supaya dapat lebih mendekatkan diri pada Tuhan (P2PTM, 2020).

Berdasarkan pemaparan kasus di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Stres Dengan Motivasi Belajar pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah Bagaimana Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Remaja Tingkat Sekolah Menengah Atas di SMKN 2 Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Stres pada Remaja di SMKN 2 Ponorogo
- b. Mengidentifikasi Motivasi Belajar pada Remaja di SMKN 2 Ponorogo
- c. Menganalisis Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Remaja di SMKN 2 Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Sebagai sumber informasi pengembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan, dimana hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan, serta bahan dalam penerapan ilmu metode penelitian, khususnya mengenai Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Remaja Sekolah Menengah Atas.

1.4.2 Praktis

- a. Bagi penulis

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan pengalaman mengenai hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar pada remaja Sekolah Menengah Atas

- b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menambah wawasan pengembangan ilmu keperawatan tentang tingkat stres dan motivasi belajar pada remaja tingkat Sekolah Menengah Atas

- c. Bagi Institusi tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah pengetahuan remaja sekolah menengah atas tentang hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar

d. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi dan bahan pembandingan dalam melakukan penelitian yang relevan.

1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian Terkait yang pernah dilakukan sebelumnya oleh peneliti lain yaitu:

1. Yasinta Ratna Sari, 2021. Meneliti tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMA Tingkat akhir”. Metode penelitian ini yaitu analitik observasional dengan pendekatan cross sectional Pengambilan sampel dilakukan secara simple random sampling pada pelajar kelas 12 SMA X Jambi, menggunakan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale 42 dan Academic Motivation Scale. Analisis data menggunakan program SPSS dan digunakan uji chi-square dengan nilai $p < 0,05$ maka didapat hubungan bermakna. Hasil motivasi belajar tinggi banyak dimiliki oleh pelajar dengan stress normal (30%) sedangkan motivasi belajar rendah lebih banyak didapatkan pada pelajar dengan stress berat (35, 5%) dan sangat berat (50%). Pada uji chi-square diperoleh hasil $p = 0,014$ ($p < 0,05$) dimana terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan motivasi belajar siswa SMA tingkat akhir. Kesimpulan terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan motivasi belajar pada siswa SMA tingkat akhir. Pelajar yang mengalami stress berat dan sangat berat cenderung memiliki motivasi belajar rendah.

- a. Persamaan Penelitian yang dilakukan Yasinta Ratna Sari dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama menjelaskan tingkat stres sebagai variable bebasnya dan motivasi belajar sebagai variabel terikatnya.
 - b. Perbedaanya adalah pada Analisis data, dimana pada penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan program SPSS menggunakan uji spearman rank. Subjek pada penelitian adalah siswa kelas X.
2. Gurning, Aditya Elkana, 2017. Meneliti tentang” Hubungan Tingkat Stres Terhadap Tingkat Motivasi Belajar Remaja Kelas XII Dalam Persiapan Ujian Nasional di SMA St. Maria Monica, Bekasi Timur “.Penelitian ini menggunakan desain penelitian desriptif korelatif untuk mengetahui tingkat stress dan motivasi belajar siswa kelas XII di SMA St. Maria Monica. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII yang sedang dalam persiapan ujian nasional yang berjumlah 101 siswa di SMA St. Maria Monica. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner Dass 42 untuk mengukur tingkat stress pada siswa yang berisi 42 pertanyaan dan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat motivasi belajar pada siswa dengan 35 pertanyaan. Hasil dari penelitian ini didapatkan p Value 0, 03 dengan menggunakan analisis spearmen rho dan di dapatkan nilai r 0,290. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat stress dalam persiapan menghadapi ujian nasional memiliki korelasi yang rendah/lemah namun signifikan dengan motivasi belajar.
- a. Persamaan Penelitian yang dilakukan Gurning, Aditya Elkana dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama menjelaskan

tingkat stres sebagai variabel bebasnya dan motivasi belajar sebagai variabel terikatnya. Desain penelitian sama-sama menggunakan *desriptif korelatif* dan menggunakan analisis *spearman rho*

- b. Perbedaannya terletak pada subjek yang dilakukan peneliti, Subjek pada penelitian adalah siswa kelas X SMK.
3. Suci Febriani, Yuli Fajar Susetyo, 2018. Meneliti tentang “Peran stres terhadap motivasi belajar yang dimoderatori oleh dukungan sosial pada siswa SMP”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan cara mendistribusikan skala pada subjek yang memenuhi kriteria. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP N 1 Kasihan Bantul (N= 140). Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi moderasi atau MRA (*Moderated Regression Analysis*). MRA adalah metode regresi linear berganda dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi. Hasil analisis menunjukkan bahwa faktor stres berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa dalam menghadapi Ujian Nasional, dimana nilai F adalah 5,046 dengan taraf signifikansi 0,026. Nilai R square diantara variabel adalah 0,028 atau 2,8% dan 97,2%-nya dipengaruhi oleh variabel lain.
- a. Persamaan penelitian yang dilakukan Suci Febriani dan Yuli Fajar Susetyo dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama menggunakan motivasi belajar sebagai variabel terikatnya.
 - b. Perbedaannya terletak pada variabel bebasnya yaitu peran stres yang penyebabnya dari faktor dukungan sosial. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi moderasi atau MRA

(*Moderated Regression Analysis*) sedangkan metode analisis yang dilakukan peneliti adalah Spearman rank.

4. Andri Gunadi *et all*, 2023. Meneliti tentang “Hubungan Antara Stres Akademik dan Motivasi Belajar terhadap Prestasi Belajar Siswa SMP X”. Dalam penelitian ini Jenis penelitiannya adalah *explanatory research*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa angkatan 2021-2022 yaitu sebanyak 100 orang. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh stres akademik dan motivasi belajar terhadap prestasi belajar. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Motivasi Belajar berpengaruh terhadap Prestasi Belajar. Semakin tinggi Motivasi Belajar maka semakin tinggi pula Prestasi Belajar. Diharapkan pihak sekolah dapat mempertahankan dan meningkatkan kualitas Motivasi Belajar, karena variabel Motivasi Belajar mempunyai pengaruh yang tinggi terhadap Prestasi Belajar, sehingga Prestasi Belajar akan meningkat.
 - a. Persamaan Penelitian yang dilakukan oleh Andri Gunadi,et all dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama - sama menjelaskan stres sebagai varaibel bebasnya.
 - b. Perbedaannya terletak pada variabel terikatnya, dalam penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan motivasi belajar sebagai variabel terikatnya sedangkan Andri Gunadi, et all menggunakan prestasi belajar sebagai variabel terikatnya. Jenis penelitiannya adalah

explanatory research sedangkan peneliti menggunakan desain penelitian *desriptif korelatif*.

5. Dewi Lutfianawati, dkk, 2021. Meneliti tentang “Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran”. Dalam penelitian ini bersifat survei analitik dengan pendekatan cross sectional dengan teknik pengambilan sampel jenis total sampling. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung Angkatan tahun 2018 sebanyak 119 responden. Hasilnya Sebagian besar subjek penelitian ini berjenis kelamin perempuan 73,9%, berusia 20 tahun 35,%, memiliki tingkat motivasi tinggi 45,4%, tingkat stress sedang 45,5%. Kesimpulannya Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan stress dengan motivasi belajar
 - a. Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Lutfianawati, dkk, dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah sama - sama menjelaskan tentang hubungan stres dengan motivasi belajar, dalam hal ini stres sebagai variabel bebas dan Motivasi belajar sebagai variabel terikatnya
 - b. Perbedaannya terletak pada desain penelitian. Dalam penelitian ini bersifat survei analitik pada mahasiswa kedokteran sedangkan desain penelitian pada peneliti adalah *descriptive corelatif* dan subyeknya adalah siswa kelas X SMK.

Berdasarkan uraian di atas, maka walaupun telah ada penelitian sebelumnya tentang hubungan tingkat stres dengan motivasi belajar pada pelajar tingkat sekolah menengah atas, namun tetap berbeda dengan penelitian

yang peneliti lakukan. Dengan demikian maka topik penelitian yang peneliti lakukan ini benar-benar asli.

