JMH
Jurnal Medika Hutama
Vol 02 No 02, Januari 2021
www.jurnalmedikahutama.com

e-ISSN. 2715-9728
p-ISSN. 2715-8039

Open Acces

GAMBARAN STRES SISWA SMP KELAS 3 SEBELUM MENGIKUTI UJIAN NASIONAL

Riski Rivaldo[1], Aulya Akbar[2], Siska Mayang Sari[3]

[1,3]Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru
[2]RS. Jiwa Tampan Provinsi Riau

Corresponding Author: Riski Rivaldo. Program Studi Keperawatan, STIKes Hang Tuah Pekanbaru.
E-Mail: riskirivaldo59@gmail.com

Received September 20, 2020 **Accepted** Oktober 03, 2020 **Online Published** Januari 06, 2021

Abstrak

Stres merupakan suatu kondisi dari seseorang yang tidak mampu berinteraksi dengan optimal karena tuntutan yang tinggi sehingga menimbulkan masalah psikologis. Stres dapat dialami oleh semua umur termasuk remaja yang akan mengikuti ujian Nasional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres siswa kelas 3 SMP sebelum mengikuti ujian Nasional di SMPN 9 Pekanbaru. Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain deskriptif sederhana dan pendekatan survey. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 3 di SMPN 9 Pekanbaru, dengan jumlah sampel sebanyak 179 orang yang diambil dengan teknik kuota sampling. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner DASS 42 (Depression Azxiety Stress Scale) dengan 42 item pertanyaan. Mengolah data secara analisi univariat dengan penyajian distribusi frekuensi . Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar siswa yang akan mengikuti ujian nasional mengalami stres sangat berat sebanyak 48 orang (26,8%), stres sedang sebanyak 34 orang (19,0%), stres berat sebanyak 28 orang (15,6%), stres ringan sebanyak 22 orang (12,3%). Namun sebanyak 47 orang (26,3%) tidak mengalami stres (Normal). Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan kepada pihak sekolah agar memberikan kegiatan yang dapat membuat siswa menjadi rileks, seperti melakukan *outbound* sebelum siswa mengikuti ujian nasional.

***Keywords*: Siswa, Stres, Ujian Nasional**

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa pertumbuhan serta perkembangan menuju kematangan fisik maupun mental (Sarwono, 2010). Adapun pendapat lainnya dari Hariyanto, (2010) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Dalam masa ini remaja mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisik serta psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak baik dilihat dari bentuk badan maupun cara berfikirnya, akan tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang dari segi fisik maupun cara berfikirnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu individu yang mengalami masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang di tandai dengan pertumbuhan serta perkembangan fisik maupun psikisnya.

Word Health Organization, (2012) menyatakan, batasan umur seseorang yang di kategorikan sebagai remaja dimulai dari usia 10-20 tahun dan kemudian mengelompokkan menjadi remaja awal yang berusia 10-13 tahun dan remaja akhir berusia 15-20 tahun. Remaja pada umumnya akan masuk ke suatu sekolah dan akan mulai belajar di sana. Berdasar data angka partisipasi sekolah menyatakan bahwa, usia remaja yang belajar di SMP berada pada rentang usia 13-15 tahun (Depkes, 2009). Hal ini dapat disimpulkan bahwa anak sekolah menengah atas berada pada usia remaja pertengahan.

Rentang usia remaja awal sampai remaja akhir berbeda-beda, dan tentunya di setiap masa perkembangan memiliki sifat dan ciri perkembangan yang berbeda-beda pula. Seperti yang di jelaskan oleh Widyastuti, (2009) bahwa di setiap usia remaja memiliki sifat serta ciri perkembangan yang berbeda-beda. Pada masa remaja awal remaja merasa lebih dekat dengan teman sebayanya dan mereka merasa ingin bebas. Pada masa remaja pertengahan, remaja mulai ingin mencari identitas diri dan mulai mulai

tertarik ke lawan jenis. Yang terakhir adalah masa remaja akhir, pada masa ini mereka lebih menampakan bahwa mereka bebas serta mereka mulai lebih *selektif* dalam mencari teman sebaya. Remaja pada umumnya akan berusaha menyesuaikan perannya sebagai anak yang berada di fase tansisi dari kanak-kanak menuju dewasa seperti, menunjukan bahwa mereka sangat dekat dengan teman sebayanya dan mulai mencoba membuat keputusan sendiri (Supartini, 2012). Lima faktor penyebab yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri pada remaja yaitu, kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan dan agama serta budaya Ali dan Asrori, (2014).

Untuk menyesuaikan diri tentunya harus melewati sebuah proses terlebih dahulu. Tidak semua remaja bisa terbiasa dan melewati semua proses yang ada dan jika tidak bisa melewati proses penyesuaian diri tersebut maka akan timbul gangguan-gangguan pada remaja seperti stres dan sebagainya. Hal ini didukung oleh Manggenal, (2002) yang mengatakan bahwa masalah yang paling banyak dialami oleh remaja adalah stres. Kegagalan remaja dalam melakukan penyesuaian diri akan berdampak buruk pada dirinya dan dampak buruk yang paling sering muncul karena kegagalan untuk melakukan penyesuaian diri tersebut adalah stress.

Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin *"stingere"* yang berarti "keras". Istilah ini mengalami perubahan seiring dengan perkembangan penelahaan yang berlanjut dari waktu ke waktu dari *straise, strest, stresce* dan *stress*. Menurut Priyoto, (2014) stres adalah suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena persediaan yang ada pada dirinya tidak dapat memenuhi segala tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Adapun pendapat lainnya dari Siregar, (2011) mengatakan bahwa, stres adalah suatu respon adaptif individu pada berbagai tekanan atau tuntutan *eksternal* dan kemudian menghasilkan berbagai macam gangguan, seperti ganguan fisik, gangguan emosional, dan gangguan perilaku. Jadi dapat di simpulkan bahwa stres adalah suatu respon adaptif dari individu yang mengalami berbagai macam tekanan dan tuntutan sehingga dapat menyebabkan beberapa gangguan pada diri individu tersebut.

Seseorang yang mengalami stres biasanya menunjukan suatu tanda dan gejala yang bisa dilihat oleh orang lain. Menurut Abdullah, (2015) terdapat dua gejala stres, gejala pertama adalah gejala fisik yang meliputi sakit kepala, darah tinggi, sakit jantung, sakit lambung dan sulit tertidur dan gejela psikis yang meliputi gelisah atau cemas, kurang bisa berkonsentrasi dalam pelajaran, sering melamun, sikap masa bodoh, sikap pesimis, dan selalu murung.

Stres dibagi menjadi dua kategori yaitu *eustress* dan *distress*. Hal ini di dukung oleh Rasmun, (2009) yang mengkategorikan jenis stres menjadi dua bagian yaitu *eustress* dan *distress*. Eustress adalah hasil dari respon stres yang bersifat positif. Sedangkan *Distress* adalah hasil dari respon stres yang bersifat tidak sehat, negatif. Selain mempunyai kategori stres juga mempunyai beberapa tingkatan. Hal yang sama di jelaskan oleh Potter & Perry (2012) stres dibagai menjadi tiga tingkatan, yaitu stress ringan, stress sedang dan stres berat. Tidak selamanya stres itu sifatnya merusak karena menurut para ahli ada juga stres yang sifatnya membangun dan berdampak positif bagi individu, akan tetapi tergantung juga dengan tingkat stres serta penyebab mengapa individu tersebut bisa mengalami stres.

Stres tidak datang begitu saja, ada beberapa faktor penyebab dan masalah yang bisa membuat individu menjadi stres. Hal ini di dukung oleh Yosep & Sutini, (2007) ada beberapa masalah yang bisa menyebabkan seseorang mengalami stres yaitu, masalah pekerjaan, lingkungan hidup, keuangan, hukum, dan penyakit fisik atau cidera. Adapun hal lainnya yang menjadi penyebab seseorang bisa mengalami stres adalah ujian nasional. Hal ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Abdul Razak (2009-2011), dari hasil pengamatan 34 orang siswa didapatkan sekitar 11 orang dengan level stres tinggi, 20 orang dengan level stres sedang dan 3 orang dengan level stres rendah. Penelitian lainnya yang dillakukan oleh Nyoman Adi Krisna Wibawa (2013) menyetakan persentasi stres laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan, yaitu 62,5% dan 35,3%. Persentase tingkat stres ringan 0,8%, tingkat stres sedang 59% dan tingkat stres berat 32%. Stres bisa terjadi karena ada faktor penyebab atau masalah yang bisa memicu seseorang tersebut bisa mengalami stress, salah satunya adalah ketika individu akan menghadapi ujian nasional. Stres karena mengikuti ujian nasional sudah diteliti oleh beberapa pihak dan didapatkan hasil bahwa lebih banyak siswa/siswi yang mengalami stres dari pada siswa/siswi yang tidak mengalami stress. Tingginya persentase siswa yang mengalami stres pada penelitian tersebut mengambarkan bahwa ujian nasional bisa menyebabkan siswa/siswi mengalami stres.

Menurut (Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 46 tahun, 2010) ujian nasional merupakan sistem evaluasi dalam bentuk penilaian kompetensi peserta didik tingkat dasar dan menengah secara nasional. Ujian nasional

GARUDA GARBA RUJUKAN DIGITAL · Indonesia OneSearch · Google Scholar · MORAREF · INDEX COPERNICUS INTERNATIONAL · PKP|INDEX · DRJI Directory of Research Journals Indexing

merupakan salah satu kompetensi yang diadakan oleh pemerintah untuk mengukur tingkat pemahaman para siswa/siswi selama mereka berada di bangku sekolahan. Mengikuti ujian nasional merupakan syarat utama untuk lulus dari suatu sekolah dan siswa harus mencapai batas standar nilai yang sudah di tentukan.

Peraturan Mendiknas Tahun, (2006) mengatakan tentang ujian nasioal, dalam tahun ajaran 2006/2007 siswa/siswi bisa dinyatakan lulus ujian nasional jika nilai rata-rata mereka 5,00. Tahun ajaran 2007/2008 standar nilai kelulusan naik menjadi 5,25. Tahun ajaran 2007/2008 perserta ujian nasional bisa dinyatakan lulus jika memiliki rata-rata nilai 5,25 untuk semua mata pelajaran (Permendiknas no 34 tahun, 2007). Pada jenjang SMP ada 4 mata pelajaran yang diujikan secara nasional yaitu matematika, bahasa indonesia, bahasa inggris, dan ipa (Pasan 6b Permendiknas no 34 tahun 2007). Standar kelulusan ujian nasional mengalami peningkatan di setiap tahunnya. Tingginya standar kelulusan akan berdampak buruk bagi perserta didik yang akan mengikuti ujian nasional tersebut.

Ujian nasional memberikan beberapa dampak bagi siswa/siswi karena tekanan yang dihasilkan oleh ujian tersebut. Menurut penelitan yang dilakukan oleh Arjanto P, (2016) dampak dari ujian nasional meliputi aspek fisik dengan gejala sakit kepala, gangguan tidur, mulut dan krokongan kering dan keringan berlebihan, sedangkan aspek psikis dapat berupa mudah tersinggung, mudah tersinggung dan sulit untuk berkonsentrasi.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Pekanbaru yang terletak di jalan Imam Munandar No 398, Tengkerang timur, Kecematan Tenayan Raya, Kota pekanbaru. Pada SMP ini terdapat jumlah siswa/siswi sebanyak 1.075 orang dengan jumlah siswa/siswi kelas 3 yang akan mengikuti ujian nasional berjumlah 323 orang. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 28 maret 2019 dengan metode wawancara pada beberapa siswa/siswi kelas 3 yang akan mengikuti ujian nasional didapatkan hasil bahwa, enam siswa mengatakan mereka sangat stres dan ketakutan menghadapi ujian nasional. Mereka takut diejek oleh teman mereka dan dimarahi oleh orangtua mereka jika nanti mereka tidak lulus ujian nasional. Dari data diatas peneliti tertarik ingin meneliti "Gambaran stres siswa SMP kelas 3 sebelum ujian nasional".

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui gambaran stres siswa/siswi kelas 3 sebelum ujian nasional.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi SMP Negeri 9 Pekanbaru. Sampel pada penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas 9 berjumlah 325 respoden yang mengikuti Ujian Nasional. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Quote sampling* dengan alat pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang dilakukan dari bulan Januari sampai bulan Juni 2019 di SMPN 9 Pekanbaru pada 325 responden dengan data yang diperoleh sebagai berikut

A. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi jenis kelamin, pendidikan orangtua, dan usia

No.	Variabel	*f*	%
1.	Jenis kelamin		
	Laki-laki	85	47.5
	Perempuan	94	52.5
	Total	179	100
2.	Pendidikan terakhir		
	SD	5	2.8
	SMP	19	10.6
	SMA	108	60.3
	D3	8	4.5
	S1	29	16.2
	S2	9	5.0
	S3	1	.6
	Total	113	100

GARUDA GARBA RUJUKAN DIGITAL · indonesia OneSearch · Google Scholar · MORAREF · INDEX COPERNICUS INTERNATIONAL · PKP|INDEX · DRJI Directory of Research Journals Indexing

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden yang akan mengikuti ujian nasional lebih didominasi oleh siswa perempuan, yaitu 94 orang (52.5%). Sebagian besar siswa yang akan mengikuti ujian nasional berusia 15 tahun, yaitu 119 orang (66.5%) dengan umur termuda 14 tahun dan tertua 17 tahun. Berdasarkan karakteristik pendidikan terakhir orang tua, sebagian besar orangtua siswa menempuh pendidikan terakhir di jenjang SMA, yaitu 108 orang (60.3%).

B. Usia responden

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia

Pada remaja di SMPN 9 Pekanbaru Tahun 2019

Kategori	Frekuensi	%	Mean	Med	Sd	Min	Max
Usia	179	100	14,97	15,00	,604	14	17

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui, bawah rata-rata (mean) usia siswa SMPN 9 Pekanbaru yang akan mengikuti ujian nasional adalah 14.97 tahun. Dengan umur termuda 14 tahun dan umur tertua adalah 17 tahun

C. Tingkat stres

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres sebelum mengikuti ujian nasional

pada remaja di SMPN 9 Pekanbaru Tahun 2019

Tingkat stres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	47	26.3
Ringan	22	12.3
Sedang	34	19.0
Berat	28	15.6
Sangat berat	48	26.8
Total	**179**	**100**

Berdasarkan tabel 2 di atas, diketaui bahwa tingkat stress siswa SMP sebelum mengikuti ujian nasional berada di tingkat stres sangat berat, yaitu 48 orang (26.8%).

D. PEMBAHASAN

Gambaran stres siswa SMP kelas 3 sebelum mengikuti ujian nasional

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, sebagian besar tingkat stres siswa/siswi yang akan mengikuti ujian nasional di SMPN 9 Pekanbaru dalam tingkatan sangat berat yaitu 48 orang (26,8%) sedangkan siswa yang lainnya beradi di tingkat stres berat sebanyak 28 orang (15,6%), stres sedang 34 orang (19,0%) stres ringan 22 orang (12,3%) dan yang tidak mengalami stres sebanyak 47 orang (26,3%). Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa kebanyak dari responden yang akan mengikuti ujian nasional di SMPN 9 mengalami stres sangat berat. Nasir dan Muhit (2011) stres merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan, dimana individu memiliki suatu tuntutan yang dianggap sebagai beban dan beban tersebut diluar batas kemampuan mereka. Remaja memiliki batas kemampuan yang berbeda-beda dalam menghadapi suatu masalah, jika masalah tersebut berada diluar batas kemampuan mereka untuk mengatasinya maka masalah tersebut bisa membuat mereka menjadi stres. Stres di setiap remaja berbeda-beda, ada beberapa tingkatan stres yang bisa dialami oleh remaja yaitu stres ringan, stres sedang, stres berat dan stres sangat berat.

Penyebab stres pada remaja berbeda-beda, akan tetapi yang sedang dialami oleh responden adalah stres karna menghadapi ujian nasional (Morgan, 2014). Ujian nasional bagi siswa adalah salah satu penentu kelulusan, begitu pula bagi siswa SMPN 9 kota Pekanbaru. Ujian nasional merupakan standar yang tidak bisa ditolak oleh siswa. Pada saat akan menghadapi ujian nasional, siswa bisa saja mengalami stres yang mereka sadari ataupun yang

mereka sadari. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kinantie (2012) menjelang ujian nasional siswa dapat menimbulkan stimulus yang menstimuli munculnya stres, seperti waktu belajar yang melampaui batas jenuh, latihan soal yang terlalu banyak dan lain sebagainya.

Mengatasi ujian nasional tentu siswa harus memiliki persiapan yang cukup matang dari sekolah dan dari siswa secara individu, karena dengan adanya persiapan yang matang individu dapat memberikan kesan bahwa tuntutan yang mereka rasakan tidak terlalu mengganggu sehingga mereka tidak mengalami stres yang begitu tinggi (Gunawan, 2006). Selain itu interaksi antara remaja dan orang tua harus berjalan dengan baik karena motivasi yang diberikan oleh orangtua bisa membantu menumbuhkan kepercayaan diri pada remaja. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Pranadji dan Muharifah (2010), dimana interaksi antara siswa dengan orang tua, interaksi antara siswa dengan siswa dan interaksi antara siswa dengan guru berperan dalam tingkat stres. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa siswa SMPN 9 kelas 3 Pekanbaru yang akan mengikuti ujian nasional berada di tingkat stres sangat berat, yaitu sebanyak 48 orang (26,8%).

Penyebab tingginya tingkat stres siswa tersebut karena mereka takut akan menghadapi ujian nasional, jika dibiarkan terus seperti ini maka bisa saja siswa yang tadinya berada di tingkat normal maupun stres ringan akan meningkat seiring rasa takut mereka akan ujian nasional. Maka dari itu penanganan dan persiapan yang matang dari siswa maupun dari sekolah harus di persiapkan dari jauh-jauh hari supaya lebih matang.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden yang terlibat di penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu 94 orang (52,5%) sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 85 orang (47,5%). Stres perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki karena kemampuan laki-laki untuk mengatasi stres lebih baik dari pada perempuan. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Mentari Megawati, (2015), yaitu jumlah remaja dengan jumlah kelamin laki-laki sebanyak 62 responden dengan kategori cara mengatasi stres yang baik 37 orang (61,7%) dan tidak baik sebanyak 25 orang (37,5%), sedangkan remaja dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 64 responden dengan kategori cara mengatasi stres yang baik sebanyak 23 orang (38,3%) dan tidak baik sebanyak 41 orang (62,1%).

Tingkat stres perempuan dan laki-laki berbeda, hal ini bisa terjadi karena perempuan cenderung lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya juga peka terhadap perasaannya. Perempuan cenderung melihat peristiwa yang dialami nya secara detail, sedangkan laki-laki cenderung berfikir secara global. Individu yang melihat lebih detail akan mudah terkena stres karna informasi yang dia miliki lebih banyak sehingga pada akhirnya hal tersebut bisa menekan perasaannya.

Stres yang dialami oleh perempuan dan laki-laki tidak datang begitu saja, tentu ada hal yang bisa menjadi landasan mengapa mereka bisa mengalami stres, seperti perubahan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan keinginan mereka. Perempuan maupun laki-laki tentu sama-sama mengingikan tubuh yang bagus dan ideal, akan tetapi tidak semuanya bisa memiliki bentuk tubuh yang ideal tersebut, jika mereka tidak bisa menerima kenyataan akan bentuk tubuhnya, maka mereka akan merasa tertekan dan jika dibiarkan berlarut-larut, masalah tersebut bisa menyebabkan stres pada diri mereka sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitri, (2011) menunjukan hasil bahwa, berdasarkan hasil penelitian dengan responden berjumlah 75 orang diketahui bahwa pada responden kategori putra obesitas didapatkan 21 orang (65,6%) yang mengalami stres, dan 11 orang (34,4%) yang tidak stres. Pada responden dengan kategori remaja putri obesitas didapatkan 41 orang (95,3%) yang mengalami stres dan 2 orang (4,7%) tidak mengalami stres. Tidak hanya perubahan bentuk tubuh yang bisa membuat stres, akan tekanan dari sekolah juga bisa membuat remaja menjadi stres, seperti ujian nasional.

Menurut Morgan, (2014) ujian bisa menjadi salah satu penyebab stres pada remaja, karena pada umumnya remaja mengalami ujian yang lebih penting dibandingkan anak kecil maupun orang dewasa. Tekanan dan perasaan kawatir akan kegagalan akan sangat besar karena mereka melewati ujian yang akan mempertaruhkan masa depan mereka serta rasa malu yang akan di tanggung jika mereka tidak lulus. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zulkarnain dan Novliadi, (2009) mendapatkan hasil bahwa stres saat ujian nasional lebih tinggi terjadi pada perempaun dari pada laki-laki. Dapat disimpulkan bahwa siswa SMPN 9 Pekanbaru yang akan mengikuti ujian nasional lebih

banyak didominasi oleh siswa perempuan dari pada laki-laki, dengan jumlah sebanyak 94 orang (52,5%).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden yang akan mengikutii ujian nasional berusia 15 tahun sebanyak 119 orang (66,5%). Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa, yang meliputi perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Menurut Potter dan Perry, (2009) masa remaja pertengahan dimulai dari usia 15-17 tahun. Masa ini remaja akan melalui tahap penyesuaian dan perubahan, baik perubahan secara emosional maupun perubahan secara fisik. Remaja yang memasuki usia remaja pertengahan memiliki sifat dan ciri perkembangan yang berbeda dari pada remaja awal dan remaja akhir. Menurut Widyastuti, (2009) pada masa remaja pertengahan remaja mulai mencari identitas diri mereka dan mereka juga mulai tertarik dengan lawan jenis. Rata-rata remaja yang masuk kedalam kategori remaja pertengahan biasanya sudah menempuh pendidikan di tingkat SMP sederajat. Hal ini sesuai dengan angka partisipasi sekolah menurut Depkes, (2009) yang mengatakan bahwa, usia remaja yang belajar di tingkat SMP berada di rentang usia 13-15 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sebagian besar orang tua responden (ayah) menempuh pendidikan terakhir di tingkat SMA sebanyak 108 orang (60,3%). Pendidikan terakhir orang tua atau tingkat pendidikan orang tua sangat berpengaruh dalam membimbingan dan mengarahkan anaknya dalam hal pendidikan. Sikap yang terbentuk pada masing-masing individu pada setiap jenjang pendidikan akan berbeda-beda antara lulusan sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas dan perguruan tinggi.

Semakin tinggi pendidikan yang di tempuh oleh orang tua maka akan semakin bagus pula pengetahuan mereka tentang bagaimana cara membimbing dan menyelesaikan masalah yang sedang mereka alami. Orang tua selalu mempunyai pengaruh paling kuat terhadap anak-anaknya. Setiap orang tua memiliki cara mendidik yang berbeda-beda, cara inilah yang pada akhirnya akan menentukan bagaimana keadaan psikologis anak mereka. Menurut Sri, (2002) ada 4 macam cara orang tua dalam mendidik anak mereka, yang pertama adalah orang tua yang otoriter, orang tua yang *otoriter* melarang anak dengan mengorbankan otonomi anak atau bisa juga disebut sebagai orang tua yang tidak mendorong sikap memberi dan menerima (*give and take*). Yang kedua adalah orang tua yang membiarkan (*permissive*), merupakan orang tua yang memberikan kebebasan sebanyak mungkin kepada anak mereka dan menempatkan harapan-harapan pada anak mereka. Yang ketiga adalah orang tua yang *authoritative*, merupakan orang tua yang mencoba menghargai kemampuan anak secara langsung ketika anak mereka mulai melakukan sesuatu, akan tetapi pada waktu yang sama juga menunjukkan standar tingkah laku mereka sendiri dengan harapan standar yang dia miliki dapat dicontoh oleh anak mereka. Tidak ada yang salah dari ketiga jenis gaya orang tua dalam mendidik anaknya, akan tetapi orang tua yang cerdas pasti bisa mengetahui bagaimana cara terbaik untuk mendidik anak mereka supaya anak mereka memiliki kepribadian yang baik serta sehat secara psikologis maupun mental. Menurut Sri, (2002) cara yang paling banyak dan efektif dalam mendidik anak adalah gaya *authoritative*, karena orang tua yang dapat dipercaya oleh anak-anak mereka cenderung memiliki anak yang mandiri, mampu bekerja sama dengan orang tua dan memiliki emosi yang stabil.

Remaja cendrung bermasalah dengan emosi mereka. Menurut Mu'tadin (2002) remaja sering mengalami dilema yang sangat besar antara mengikuti keinginan orang tua atau mengikuti keinginannya sendiri. Orang tua dengan pendidikan tinggi tentu akan lebih mengerti bahwa tidak semua keinginan mereka harus menjadi keinginan anaknya, mereka akan mempertimbangkan apa yang terbaik untuk anaknya. Seperti yang kita ketahui remaja belum memiliki pemikiran yang matang dan susah mengambil keputusan, jika hal tersebut dibiarkan secara terus menerus akan memicu respon stres pada remaja tersebut.

Menurut Sarwono, (2007) stres pada remaja dapat diminimalkan dengan interaksi dengan keluarga, hal ini berkaitan dengan peran orang tua seperti ayah yang berperan sebagai pengambil keputusan jika terjadi sesuatu atau permasalahan dalam keluarga. Kesimpulan nya adalah tingkat pendidikan orang tua sangat berpengaruh dengan cara mereka mendidik anaknya, orang tua dengan latar pendidikan yang tinggi mempunyai banyak pengetahuan serta lebih bisa mengambil sikap dan keputusan yang yang bijak dengan mempertimbangkan masa depan dan keinginan anaknya. Remaja belum matang secara berfikir dan mengambil keputusan, oleh karena itu mereka membutuh kan sosok orang tua (ayah) untuk

bisa memberikan masukan tentang masalah yang mereka alami.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat pendidikan yang ditempuh oleh orang tua responden (ayah) di SMPN 9 kota pekanbaru berada pada tingkat SMA sebanyak 108 orang (60,3%). Orang tua siswa memiliki peran penting dalam memilih cara mendidik dan cara mendidik anak-anak mereka agar anak mereka tumbuh dan berkembang menjadi pribadi yang baik. Sikap yang terbentuk pada masing-masing individu dalam setiap jenjang pendidikan akan sangat berbeda, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin banyak pengalaman dan ilmu yang mereka miliki.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan masih memiliki banyak kekurangan dan keterbatasan, yaitu sempitnya waktu yang diberikan untuk melakukan penelitian dan ada beberapa responden yang tidak bersedia untuk mengisi kuesioner dan lebih memilih untuk keluar dari kelas sehingga peneliti harus mencari responden lain yang bersedia untuk mengisi kuesioner.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang dilakukan oleh peneliti mengenai gambaran stres siswa SMP kelas 3 sebelum ujian nasional di SMP Negeri 9 Pekanbaru yang berjumlah 179 responden, dapat disimpulkan sebagai berikut: Karakteristik responden Sebagian besar didominasi oleh siswa perempuan yang berjumlah 94 orang (52,5%), dengan rata-rata usia 15 tahun, (66,5%) dan kebanyakan orang tua siswa menempuh pendidikan terakhir di tingkat SMA dengan jumlah 108 orang (60,3%) dan Tingkat stres siswa sebelum mengikuti ujian nasional berada di rentang stres sangat berat sebanyak 48 orang (26,8%).

SARAN

1. Bagi SMPN 9 Pekanbaru

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan pengetahuan tentang keadaan siswa kelas 3 yang akan menghadapi ujian nasional. Diharapkan kepada pihak sekolah agar memberikan refreshing kepada siswa yang akan mengikuti ujian nasional seperti pergi rekreasi atau berkumpul disuatu taman untuk melakukan suatu kegiatan sebelum mereka akan menghadapi ujian nasional.

2. Bagi institusi pendidikan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu dijadikan salah satu sumber informasi terkait stres siswa sebelum ujian nasional dan betapa pentingnya penanganan stres terhadap siswa yang akan mengikuti ujian nasional.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dasar dan *evidence based* bagi peneliti berikutnya dan menjadi pertimbangan bagi yang melakukan penelitian yang sejenis. Disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres siswa sebelum ujian nasional.

4. Bagi ilmu keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tentang tingkat stres siswa dan bagaimana cara menurunkan tingkat stres yang siswa alami sebelum mengikuti ujian nasional.

5. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil dari penelitian ini dihadapkan dapat menjadi data atau sumber informasi tentang penyebab stres serta faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat stres pada siswa yang akan mengikuti ujian nasional

DAFTAR PUSTAKA

Saryono.(2010). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Bineka Cipta.

Ali, A. (2004). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Afritayeni., Yanti, P.D., & Angrainy, R. 2018. Analisis perilaku seksual bersiko pada remaja terinfeksi HIV dan AIDS: *Jurnal endurance, (3)1, 69-81.*

Potter, Perry. (2009). *Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC

Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress* (1st ed.). Nuha Medika..

Departemen Pendidikan Nasional, (2006). *Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2006, tentang*

Standar Nasional Pendidikan, Jakarta: Depdiknas.

Mukhlidah Hanun Sigerar (2012*). Redakan Stress dengan Makanan-makanan khusus.* Jakarta: Salemba Medika.*Muhammadiyah, 1*(1).

Mu'tadin, Z. (2002). *Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis pada Remaja*. Jurnal Penelitian

Muhith Abdul. (2015). *Pendidikan Keperawatan Jiwa*. Andi Offset..

Peraturan Menteri *Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 46 (2010). Pelaksanaan Ujian Nasional Tahun 2010/2011*. Jurnal Aspirasi, 4(9). Jakarta: Pusat Pengkajian Data dan Informasi.

Kinantie, O. A. (2012*). Gambaran Tingkat Stres Siswa SMAN 3 Bandung Kelas XII Menjelang Ujian Nasional 2012. Students e-Journal, 1*(1), 31.

Pranadji, D. K., & Muharrifah, A. (2010). *Interaksi antara remaja, ayah, dan sekolah serta hubungannya dengan tingkat stres dalam menghadapi ujian nasional pada siswa SMA. Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen, 3*(1), 18-26.

Fitri, D. K., & Rakhmawatie, M. D. (2012). *Perbedaan Kejadian Stres Antara Remaja Putra dan Putri dengan Obesitas di SMA Negeri 1 Wonosari, Klaten. Jurnal Kedokteran*

Sriyanto, Sukur, S. (2007). *Langkah Jitu Menghadapi Ujian Nasional SMP* (1st ed.). Indonesia Tera.