

## ABSTRAKSI.

**Yulianto Raharjo. (2007). Faktor-Faktor Penyebab Stres pada Siswa SMA (Penelitian Deskriptif Terhadap Siswa SMAN 5 Bandung Tahun Pelajaran 2006/2007)**

Stress dapat dialami oleh setiap individu, tidak terkecuali remaja yang memiliki tugas sebagai seorang pelajar.

Stress yang dialami siswa dapat timbul dari berbagai sumber. Selain berasal dari lingkungan keluarga, stress yang mereka alami dapat pula bersumber dari lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, atau bahkan bersumber dari dirinya sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mencari faktor-faktor apa saja yang sekiranya dapat menjadi penyebab seorang pelajar Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Bandung Tahun Pelajaran 2006/2007 mengalami stres.

Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala sikap dengan bentuk *forced choice* (ya – tidak).

Hasil yang didapat menunjukkan stresor yang dominan adalah aspek lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah.

Keimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tingginya tingkat stres dirumah dan disekolah merupakan hal tidak menguntungkan bagi siswa karena sbagian besar waktunya mereka habiskan dalam kedua lingkungan tersebut terutama di lingkungan sekolah dengan tingkat stres yang tinggi maka dapat disimpulkan bahwa mereka dapat terganggu secara akademis dan sosial sehingga diperlukan adanya upaya tersendiri untuk mereduksi tingkat stres yang tinggi tersebut baik itu di lingkungan rumah maupun dilingkungan sekolah.



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Yang telah memberikan kekuatan, ketabahan dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Faktor-Faktor Penyebab stres di SMA.

Penyusunan skripsi ini merupakan laporan penelitian tertulis untuk memenuhi salah satu syarat mengikuti ujian sidang sarjana pendidikan dalam rangka menyelesaikan studi jenjang strata satu pada jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan FIP UPI.

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas 2 SMAN 5 Bandung Tahun Pelajaran 2006-2007. hasil penelitian ini disajikan dalam lima bab.

Bab I mengungkapkan latar belakang penelitian, anggapan dasar, pendekatan dan metode penelitian, teknik pengumpulan data dan alat pengumpulan data, populasi dan sampel penelitian serta teknik pengolahan data.

Bab II menjabarkan teori dan konsep yang relevan sebagai landasan dilaksanakannya penelitian, yang meliputi pengertian stres, mekanisme stres, reaksi fisik terhadap stresor, respon kognitif terhadap stresor, gejala-gejala timbulnya stres, tingkatan stres, faktor-faktor penyebab stres, dan faktor-faktor penyebab stres pada siswa SMA.

Bab III merupakan metodologi penelitian yang meliputi metode penelitian, pengembangan alat pengumpul data, sampel penelitian, dan prosedur pengolahan data.

Bab IV merupakan penyajian hasil penelitian yang meliputi hasil penelitian, dan pembahasan disertai penafsiran hasil pengolahan data.

Bab V merupakan kesimpulan dan rekomendasi hasil penelitian yang meliputi kesimpulan dan rekomendasi bagi sekolah siswa, orang tua, dan masyarakat.



## UCAPAN TERIMA KASIH

Seraya mengucapkan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Selama penyusunan skripsi ini penulis mendapat banyak sekali bimbingan, bantuan dorongan materil maupun spirituil dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Dr. Suherman M.Pd, selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan, saran serta motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini dengan penuh pengertian, kesabaran, dan ketelitian.
2. Bapak Nandang Budiman S.Pd, M.Si, selaku pembing II yang ditengah-tengah kesibukannya telah sudi meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan , arahan dan masukan serta dorongan yang amat berarti bag terselesaikannya skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. H. Abin Syamsudin Makmun, M.A., selakau dosen penanggung jawab mata kuliah skripsi yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Amohamad Ali, M.A. , selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan berbagai kemudahan dalam menempuh studi di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan.
5. Bapak Dr. Suherman , M.Pd. , selaku ketua jurusan Psikolaogi Pendidikan dan BImbinagn yang telah memberikan izin dan kemudahan kepada penulis terutama pada proses awal penulisan skripsi.
6. Bapak Drs. Sudaryat Nurdin, M.Pd., selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan kemudahan selama penulis menempuh studi di Jurusan PPB.

7. Ibu Dra. Yusi Riksa Yustiana. M.Pd., selaku dosen wali tingkat yang telah membimbing serta senantiasa memberikan dorongan dan nasihat-nasihat yang sangat berarti bagi penulis dalam menempuh studi di jurusan PPB.
8. Ibu Dra. Hj. Nany M. Sugandhi, M.Pd., yang telah banyak memberikan wawasan dan bantuan yang sangat berarti kepada penulis.
9. Ibu Dra. Lily Nurilah. S.A., yang telah banyak memberikan wawasan dan bantuan yang sangat berarti kepada penulis.
10. Bapak Dr. Nandang Rusmana M.Pd., yang telah banyak memberikan dukungan dan dorongan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Ibu Dra. Ane Hafina Adiwinata. M.Pd., yang telah banyak memberikan dukungan dan dorongan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
12. Bapak dan ibu dosen Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah memberikan bekal ilmu yang teramat sangat berharga bagi penulis untuk menempuh kehidupan di masa datang.
13. Bapak Ahmad Hidayat, selaku tata usaha jurusan Psikologi Pendidikan Bimbingan, yang telah membantu dan memberikan kemudahan dari awal hingga akhir penulis *bercokol* di PPB.
14. Ibu Dra. Emy Yuliati. M.Pd., selaku Kepala sekolah SMAN 5 Bandung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan memberikan kemudahan selama melaksanakan penelitian .
15. Bapak dan Ibu guru serikat staf TU SMAN 5 Bandung yang telah membantu penulis selama melakukan penelitian.
16. untuk teman-teman NARATAS, Dewang, Aam, Agung, Jamal, Syarif, Dian, Yoga, Pri, Agus, Hendi, Hendra, Idat, Dony, Elisa, Anti, Trya, D-met, Uwiw, Susi, Ryan yang telah membuat kegalauan menjadi keceriaan bagi penulis.

17. Bapak Musjafak dan keluarga yang telah banyak sekali memberikan dorongan dan dukungan secara moril hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Akhirnya skripsi ini penulis persembahkan dengan penuh rasa hormat dan kasih untuk ibunda tercinta Sri Sumiati dan Ayahanda Kris.yang telah mendidik dan membesarkan penulis dengan penuh kerja keras serta tidak lupa kepada kakaku tercinta Lola PurnamaWati atas dorongan dan omelannya.

