

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah.**

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu lembaga pendidikan yang bertanggung jawab untuk membina sumber daya manusia yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian dalam bidang tertentu. Bekal keahlian lulusan, diharapkan dapat merebut pasar kerja yang sesuai dengan bidang keahlian, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di mana mereka bekerja, dan dapat menyesuaikan diri sesuai dengan perkembangan kompetensi/keahlian.

Lulusan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) secara umum selain diarahkan untuk melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, sasaran utamanya diarahkan untuk mengisi peluang kerja pada dunia usaha atau industri (karena terkait dengan satu sertifikasi yang dimiliki oleh lulusannya melalui Uji Kemampuan Kompetensi) dengan keunggulan sumber daya manusia yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian dalam bidang teknologi atau ekonomi.

Sasaran yang diemban oleh SMK, menuntut waktu dan usaha yang lebih dibandingkan dengan SMU dan MA. Persaingan yang semakin ketat (Untuk melanjutkan studi dan bekerja), menuntut siswa untuk lulus uji kemampuan kompetensi dan berusaha semaksimal mungkin untuk dapat bertahan dalam persaingan dan meraih prestasi yang setinggi-tingginya. Usaha pencapaian prestasi harus berhadapan dengan percepatan perkembangan teknologi dan informasi yang notabene berkembang lebih cepat dari perkembangan dunia pendidikan.

Bagi sebagian siswa percepatan perkembangan teknologi dan informasi dapat memberikan dampak positif berupa kecepatan dan kemudahan dalam berbagai bidang

kehidupan. Bagaimanapun, dampak positif ini tidak selalu dirasakan sama oleh sebagian siswa yang belum siap untuk berpacu dan berkompetisi. Dampaknya, beberapa orang siswa mengalami beban psikologis berupa kesedihan, kecemasan, dan berbagai bentuk ketimpangan hidup yang akibatnya remaja rentan mengalami stres. Kekurang-siapan seseorang dalam bersaing dan berkompetisi, secara psikologis dan sosial dapat memicu stres, seperti temuan *World Health Organization* (WHO) yang menyebutkan bahwa “Stres merupakan masalah kesehatan nomor empat di dunia dan akan menjadi nomor dua pada tahun 2020.” (Pro:1999).

Stres dapat dialami oleh setiap individu, tidak terkecuali remaja yang memiliki tugas sebagai seorang pelajar. Sri Hastuti (1997:3) menyatakan :

Menjadi pelajar merupakan tugas berat, karena banyak tuntutan dan tugas yang dibebankan oleh sekolah kepadanya. Selain itu pelajar juga merupakan harapan keluarga dan masyarakat. Tuntutan dan harapan yang terlalu besar, dapat berbalik menjadi beban dan stres bagi siswa.

Syamsu Yusuf (2004:90) menyatakan, “Stres merupakan fenomena psikofisik yang bersifat manusiawi. Dalam arti bahwa stress itu bersifat inheren dalam diri setiap orang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari”. Setiap individu memberikan reaksi yang berbeda-beda atas tuntutan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Sebagian dari tuntutan untuk beradaptasi tersebut bersifat biologis dan sebagian lagi bersifat psikologis.

Stres yang dialami siswa dapat timbul dari berbagai sumber. Stres dapat bersumber dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat bahkan bersumber dari diri sendiri. Stres yang timbul dari lingkungan keluarga dapat berupa tuntutan yang tinggi kepada siswa dalam pencapaian prestasi akademis disekolah. Stressor yang berasal dari lingkungan sekolah dapat berupa sikap guru dalam berhubungan dengan siswanya, beban mata pelajaran yang cukup berat, ruangan belajar

yang tidak memadai, persaingan antar sesama siswa serta fasilitas fisik sekolah yang kurang memadai.

Seorang siswa SMK memasuki masa remaja pertengahan yang berkisar antara usia 15 – 18 tahun. Pada masa ini, remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan yang ada dimasyarakat seperti tuntutan norma dan nilai, tingkat ekspektasi yang tinggi dan lain sebagainya ditambah lagi tuntutan dari sekolah yang meminta kesempurnaan dalam penguasaan kompetensi. Pendapat Zakiah Darajat (2000:35) menyebutkan :

Diantara faktor penting yang menyebabkan ketegangan remaja, adalah masa penyesuaian diri remaja dengan situasi yang baru, karena setiap perubahan membutuhkan penyesuaian itu dilalui oleh guncangan emosi, karena setiap percobaan mungkin gagal atau sukses. Ketakutan akan kegagalan menyebabkan jiwanya terganggu. Semakin sering penyesuaian dilakukan terhadap situasi dan suasana baru maka akan bertambah pula kecemasan.

Kecemasan para siswa perlu diwaspadai, sebab kecemasan yang berlebihan dapat menimbulkan stres yang akan berdampak serius. Ruqayyah Waris Maksood (1999:115) menyebutkan : “Beberapa kasus bunuh diri pada remaja merupakan reaksi dari stres atau kekecewaan atau mungkin juga beberapa motif lain.” Mengindikasikan stres berdampak serius terhadap keadaan tak berdaya yang mengarah pada keputusan dan keterpurukan kesehatan fisik dan mental hingga menyebabkan depresi klinis yang berat.

Penelitian yang dilakukan oleh HERNI ANDRIANI pada tahun 2003 tentang faktor-faktor penyebab stres pada siswa SLTP menunjukkan gambaran kondisi stres sebagian besar siswa SLTP, berada pada kondisi stres yang tinggi dalam aspek lingkungan sekolah. Berarti faktor dominan penyebab stres pada siswa SLTP di kota Bandung tahun pelajaran 2002/2003 yaitu aspek lingkungan sekolah.

## B. Identifikasi Masalah

Steven Dowshen, MD, and Edward Woome, LCSW dalam [www.kidshealth.org](http://www.kidshealth.org) yang direview pada tahun 2004 menyebutkan “*Stres is a feeling that's created when we react to particular events. It's the body's way of rising to a challenge and preparing to meet a tough situation with focus, strength, stamina, and heightened alertness.*”. Stres adalah suatu persiapan dari tubuh untuk menghadapi kendala atau kejadian yang sangat berat, akan tetapi apabila hal ini menjadi berlebihan dapat mengakibatkan reaksi atau kinerja keseharian seorang siswa menjadi tidak baik.

Selama bulan Januari - Februari 2007, kasus yang ditangani oleh BP/BK di SMKN 12 Bandung hampir 90% penyebabnya adalah siswa yang bolos. Setelah ditelusuri lebih jauh dari jumlah tersebut 80% siswa mengalami masalah pribadi baik dilingkungan sekolah, lingkungan rumah maupun yang bersumber dari dirinya sendiri, selebihnya siswa yang telah mengalami “kecanduan” terhadap Playstation, ajakan teman, sampai dengan perasaan malas/jenuh. Kasus yang terjadi pada seorang siswa kelas III berinisial U, dia tidak masuk sekolah lebih dari 2 minggu, setelah melalui pemanggilan BP/BK, ternyata siswa ini mengalami masalah kehadiran ketika melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di Industri, sehingga berakibat tidak dapat menyusun laporan akhir serta tidak dapat mengikuti ujian komprehensif yaitu ujian untuk melaporkan dan mempertanggung-jawabkan hasil PKL-nya diindustri. Sebagai akibat dari hal tersebut siswa merasa malu dan tidak berdaya hingga menyebabkan tidak mau lagi masuk sekolah dan memutuskan keluar dari sekolah.

Kasus yang dialami kelas II, lebih diakibatkan oleh kurikulum sekolah yang padat, kondisi fisik, serta kondisi keluarga, seperti kasus yang dialami siswa berinisial O. Siswa ini mengalami musibah tangan kanannya tersiram minyak panas yang menyebabkan perasaan minder bila harus menggunakan baju seragam sekolah tangan

pendek sehingga setiap kali ke sekolah ia menggunakan baju tangan panjang, hal ini telah melanggar peraturan/tata tertib di SMKN 12 Bandung. Bagi sebagian guru tindakan siswa O ini dengan menggunakan baju tangan panjang tidak bisa ditolelir sehingga setiap kali bertemu, selalu diberikan nasihat dan diminta untuk mengganti bajunya dengan baju standar tangan pendek, hal ini menyebabkan siswa O tidak mau lagi masuk sekolah karena apa yang dia inginkan ternyata mendapat larangan dan penentangan.

Kasus yang terjadi pada siswa kelas I, lebih banyak diakibatkan karena pemadatan jam belajar. Siswa merasakan tekanan yang luar biasa, ketika setelah istirahat sekitar pukul 12:30 siang, harus kembali melanjutkan belajarnya sampai sore, hal ini menjadi beban dikarenakan kebiasaannya ketika duduk dibangku SLTP waktu belajarnya hanya sampai pukul 12:30, selain itu sebagian besar teman-temannya yang di sekolah lain pada pukul sekian telah menyelesaikan waktu belajarnya disekolah.

Kasus-kasus diatas adalah sebagian kecil masalah yang menimpa siswa SMKN 12 Bandung, hal ini menunjukkan bahwa adanya tekanan-tekanan psikologis siswa yang mengarah kepada kondisi stres siswa sehingga diperlukan penelitian yang lebih mendalam tentang kondisi stres siswa di sekolah ini, hal tersebut tidak menutup kemungkinan terjadi pula pada siswa-siswa lain di sekolah lain.

Berdasarkan rekomendasi dari penelitian terdahulu serta kajian mengenai stres yang diduga terjadi pada siswa remaja dalam hal ini siswa di SMKN 12 Bandung, maka dipandang perlu diadakan penelitian yang mengungkap gambaran tersebut secara empiris, maka tema penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : **Kondisi Stres Siswa SMKN 12**

**Bandung dan Faktor-Faktor Penyebabnya**

## **C. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

#### **a. Batasan konseptual.**

Siswa SMK merupakan individu yang telah memasuki masa remaja pertengahan. Pada masa ini remaja dituntut untuk senantiasa melakukan berbagai penyesuaian baik itu dari dalam diri maupun keluar diri sehingga tidak jarang dapat menimbulkan stres.

Seorang remaja dalam hal ini siswa SMK memerlukan bantuan ketika mengalami stres, bantuan ini diperlukan karena siswa memiliki nilai dan norma tersendiri yang terkadang bersinggungan dengan nilai dan norma yang ada dilingkungan sekitarnya. Jika siswa tidak memperoleh bantuan dalam penanganan masalah stres yang di alami maka akan berkembang menjadi pribadi yang antisosial.

Stres pada dasarnya merupakan pola setiap individu dalam beradaptasi terhadap segala bentuk perubahan, situasi maupun tuntutan yang sedang mereka hadapi yang sesungguhnya merupakan sumber dari stres yang dialaminya. Sumber-sumber stres sangat bervariasi. Beberapa ahli mengklasifikasikan sumber-sumber stres kedalam penggolongan yang berbeda. Lazarus dan Folkman (Robert S. Feldman, 1980 ; Paul A. Bell ;1990) mengkategorikan sumber stres menjadi : 1) kejadian katalismik, seperti bencana alam, angin topan banjir dan sebagainya, 2) stressor personal, seperti kematian seorang sahabat, memulai sekolah, perpindahan, sakit dan sebagainya, 3) kejadian sehari-hari seperti kemacetan lalu lintas, polusi, kegaduhan tempat tinggal dan sebagainya.

Grand Brech (2000 ;11) mengolongkan sumber stres menjadi : 1) penyebab makro, yang meliputi peristiwa-peristiwa besar seperti perceraian, pensiun, luka batin, kebangkrutan, dan lain sebagainya, 2) penyebab mikro, yang merupakan efek

akumulatif dari peristiwa-peristiwa kecil sehari-hari seperti kemacetan lalu lintas, pertengkaran rumah tangga, menunggu antrian, dan lain sebagainya.

Jacqueline M. Atkinson (1991 : 63) menyebutkan sumber stres terbagi kedalam dua sumber, yaitu a) faktor eksternal diri seperti lingkungan fisik, karakteristik pekerjaan dan lingkungan sosial budaya. b) faktor internal diri seperti keadaan fisik atau fisiologis, perilaku, kognitif dan emosional atau psikologis.

Faktor-faktor penyebab stres yang dimaksud dalam penelitian yaitu: suatu keadaan/ peristiwa/ situasi dalam lingkungan siswa berupa aspek fisik, psikologis maupun sosial, yang menyebabkan atau menimbulkan stres pada diri siswa SMK.

Andriani (2003:50-53) menyimpulkan faktor-faktor penyebab stres, yaitu:

1) Faktor Internal Penyebab Stres, yang terdiri dari:

- Aspek Fisik, meliputi: (1) kondisi fisik, dengan indikator: tinggi badan yang terlalu pendek/ terlalu tinggi, berat badan yang terlalu gemuk/ terlalu kurus, warna kulit yang gelap, bentuk dan keadaan gigi, bentuk mata, bentuk hidung, bentuk bibir, bentuk rambut (lurus/keriting) ; (2) keadaan kesehatan, dengan indikator: mudah sakit, menderita jenis penyakit tertentu dan memiliki cacat tubuh, kelemahan pada fungsi alat indera, meliputi: kurang pendengaran, tidak mampu melihat dengan jelas.
- Aspek Kognitif/Intelektual, dengan indikator: kebiasaan menunda, kelemahan dalam pengambilan keputusan, kecenderungan lupa atau lemahnya daya ingat, kesulitan untuk berkonsentrasi, kehilangan harapan, berfikir negatif, perasaan tidak berdaya, putus asa, menyalahkan diri sendiri, dan bingung atau pikiran kacau.

- Aspek kemampuan skolastik, meliputi; kemampuan mengerjakan tugas, kemampuan membaca gambar teknik, kemampuan memahami materi pelajaran.
- Aspek kepribadian, dengan indikator: berfikir atau mengerjakan dua hal sekaligus, merencanakan kegiatan yang banyak dalam waktu yang singkat, tidak tertarik pada lingkungan, tidak sabar, dan lekas marah

2) Faktor Eksternal Penyebab Stres yang terdiri atas:

- Aspek lingkungan keluarga, yang meliputi: (1) perlakuan orang tua, yang terdiri dari: (a) perlakuan yang cenderung otoriter, dengan indikator: disiplin yang ketat, kurang menanggapi kebutuhan anak, memaksakan kehendak kepada anak dan suka menghukum, (b) perlakuan yang acuh tak acuh, dengan indikator: tidak memberikan bimbingan kepada anak dan masa bodoh (2) suasana rumah atau keluarga, dengan indikator: sangat ramai, dan kurang harmonis; (3) keadaan ekonomi keluarga, dengan indikator: keadaan ekonomi yang kurang; (4) keutuhan keluarga, dengan indikator: anggota keluarga yang kurang lengkap; (5) kehadiran anggota keluarga baru, dengan indikator: kelahiran adik, adanya ayah/ibu tiri
- Aspek lingkungan sekolah, yang terdiri dari: (1) lokasi sekolah, dengan indikator: jauh dari tempat tinggal, dekat dengan pusat keramaian, sering terjebak kemacetan, dan rawan kejahatan,; (2) kondisi sekolah, yang terdiri dari: kondisi kelas, dengan indikator: ruang yang terlalu sempit, penerangan yang kurang, ruangan yang kotor, ventilasi yang kurang baik, dan suasana yang gaduh dan ribut, dan fasilitas sekolah, dengan indikator: fasilitas sekolah yang kurang lengkap, yaitu: tidak tersedianya lapangan bermain, kondisi kamar mandi siswa yang tidak memadai, (3) Elemen sekolah, yaitu:



(a) guru, yang meliputi: sifat/sikap seorang guru, dengan indikator: kasar, suka marah, tidak pernah senyum, tidak suka membantu anak, suka membentak, sinis, sombong, acuh tak acuh, suka memukul/mencubit, dan tidak adil; hubungan guru dengan murid, dengan indikator hubungan yang kurang harmonis; (b) murid, yang meliputi: sifat/sikap pribadi murid, dengan indikator: kasar, suka marah, suka mengejek, tidak pernah senyum, suka mengganggu, sering membuat onar, tidak suka membantu, sinis, sombong dan tidak adil; hubungan murid-dengan murid, dengan indikator: hubungan yang kurang harmonis, (4) kurikulum, dengan indikator: bahan pelajaran yang terlalu tinggi dan sulit, adanya pemadatan materi, dan mata pelajaran tertentu (5) waktu sekolah (6) disiplin sekolah, dengan indikator: disiplin yang terlalu ketat, dan disiplin yang terlalu longgar, (7) tugas-tugas dari sekolah, dengan indikator: tugas-tugas yang terlalu banyak dan tugas-tugas yang terlalu sulit; (8) Ulangan, dengan indikator: waktu ulangan dan soal-soal yang terlalu sulit, (9) kegiatan ekstrakurikuler, dengan indikator: kegiatan ekstrakurikuler yang terlalu padat.

- Aspek lingkungan masyarakat, yang meliputi: (1) lokasi atau kondisi tempat tinggal, dengan indikator: udara yang terlalu panas, kumuh, padat penduduk, terpencil, dekat dengan pusat keramaian, rawan kejahatan, (2) norma atau aturan yang ada pada masyarakat, dengan indikator: aturan yang terlalu ketat, dan aturan yang terlalu longgar (3) hubungan antar anggota masyarakat, dengan indikator: hubungan yang kurang harmonis antar anggota masyarakat.

Batasan konseptual faktor penyebab stres pada siswa SMK yang dimaksud dalam penelitian dapat disimpulkan : faktor internal penyebab stres yang terdiri dari

keadaan fisik, kognitif/intelektualitas, dan kepribadian. Faktor eksternal penyebab stres terdiri dari lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan, lingkungan masyarakat.

**b. Batasan Kontekstual**

Sampel penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 12 Bandung kelas satu, dan kelas dua. berdasarkan pertimbangan sebagai berikut :

- 1) Waktu belajar dan kurikulum di SMKN 12 Bandung yang dipadatkan, lokasi geografis, serta latar belakang sosioekonomi keluarga diperkirakan sebagai sumber stres pada siswa
- 2) Pengambilan kelas satu dan kelas dua sebagai sample penelitian, dengan pertimbangan seluruh siswa-siswi telah memasuki masa remaja pertengahan, selain itu beban kurikulum di SMK yang cukup berat, juga adanya tuntutan untuk dapat bekerja setelah lulus sekolah menyebabkan ketiga hal tersebut merupakan stressor yang cukup potensial bagi siswa SMK.
- 3) Pengambilan sampel kelas tiga tidak dilaksanakan karena pada semester ganjil ini kelas tiga sedang melaksanakan program pengalaman lapangan di industri/perusahaan.

**2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan, rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian yaitu :

“Bagaimana kondisi stres siswa SMKN 12 Bandung tahun pelajaran 2007/2008 dan faktor-faktor apa saja yang menyebabkannya ?”

Rumusan masalah penelitian sebagai berikut :

- a. Bagaimana gambaran umum kondisi stres pada siswa SMKN 12 Bandung tahun Pelajaran 2007/2008 ?

- b. Bagaimana gambaran kondisi stres setiap aspek pada siswa SMKN 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008 ?
- c. Bagaimana gambaran faktor penyebab stres pada siswa SMKN 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008 ?
- d. Faktor apa yang paling dominan dalam menyebabkan stres pada siswa SMKN 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008 ?

#### **D. Tujuan dan Manfaat Penelitian.**

##### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian bertujuan untuk mendapatkan data empirik mengenai :

- a. Gambaran umum kondisi stres pada siswa SMK Negeri 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008
- b. Gambaran kondisi stres setiap aspek pada siswa SMK Negeri 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008
- c. Gambaran faktor penyebab stres pada siswa SMKN 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008
- d. Faktor Dominan penyebab stres pada siswa SMK Negeri 12 Bandung Tahun Pelajaran 2007/2008

##### **2. Manfaat Penelitian.**

Manfaat yang ingin diperoleh dari penelitian adalah :

- a. Bagi konselor sekolah.

Mengetahui kondisi serta faktor penyebab stres pada siswa maka konselor sekolah dapat merumuskan program bimbingan yang tepat untuk menangani masalah stres yang dialami siswa dilihat dari kondisi dan sudut pandang faktor penyebabnya.

b. Bagi pihak sekolah dan para guru.

- Berdasarkan penelitian, dapat diketahui kondisi serta faktor penyebab stres pada siswa, sehingga dengan demikian, pihak sekolah dan para guru dapat menghindarinya dengan mencoba menciptakan kondisi lingkungan sekolah yang kondusif.
- Hasil penelitian dapat mendorong pihak sekolah untuk merumuskan kegiatan atau aktivitas pembelajaran yang lebih rileks dan menyenangkan.

#### **E. Anggapan Dasar.**

Melalui studi kepustakaan, dirumuskan asumsi dasar yang relevan dengan penelitian.

1. Siswa kelas II SMK 1 Cimahi pada tahun ajaran 2007/2008, dari 541 siswa yang diteliti, 0,88% mengalami gejala stres pada skala sangat tinggi, 14,41% mengalami gejala stres pada skala tinggi, 52,54% siswa mengalami gejala stres skala sedang, 31,7% siswa mengalami gejala stres pada skala rendah, dan 2,66% siswa mengalami gejala stres pada skala sangat rendah. (Rio Marlina, 2007:84)
2. Siswa kelas II SMK 1 Cimahi pada tahun ajaran 2007/2008, dari 541 siswa yang diteliti, 14,9% siswanya merasakan indikator kelelahan fisik yang sangat tinggi, siswa yang tidak peduli terhadap penampilan akibat stres 13,7%, merasa sudah tidak berguna sebanyak 15,1% siswa, dan mudah panik 14,2% siswa. (Rio Marlina, 2007:86)
3. Siswa kelas III SLTPN 12 Bandung pada tahun ajaran 2002/2003, dari total 85 orang siswa yang diteliti 4 orang siswa (4,70%) memiliki tingkat stres yang

tinggi, 44 orang siswa (51,78%) memiliki tingkat stres yang sedang, dan 37 orang siswa (43,52%) memiliki tingkat stres yang rendah. (Herni Andriani, 2003:69)

4. Siswa-siswi SLTP di kota Bandung pada tahun pelajaran 2002/2003 memiliki kondisi stres yang tinggi dalam aspek lingkungan sekolah yaitu sebesar 18,72%, dan diikuti oleh aspek lingkungan masyarakat sebesar 12,85%. (Herni Andriani, 2003:72)

#### **F. Pendekatan dan Metode Penelitian.**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang memungkinkan dilakukannya pencatatan data hasil penelitian secara nyata dalam bentuk angka sehingga memudahkan proses analisis dan penafsirannya. (Nana Sudjana, 1989:64). Peneliti menggunakan pendekatan ini untuk mendapatkan jawaban yang spesifik dan memudahkan pencatatan data hasil penelitian (karena dalam bentuk angka statistik)

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif, yang bertujuan untuk melukiskan suatu kondisi apa adanya pada saat penelitian dilakukan (Winarno Surakhmad, 1982:162). Selain itu, penggunaan metode deskriptif ini tidak hanya terbatas pada pengumpulan dan penyusunan data, sebab metode deskriptif mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: memusatkan diri pada pemecahan masalah-masalah yang ada sekarang pada masalah yang aktual, mula-mula data dikumpulkan kemudian disusun dan dijelaskan. sehingga diharapkan memperoleh kesimpulan yang mungkin dapat diangkat ke taraf generalisasi berdasarkan hasil-hasil pengolahan dan analisis data. Dengan mengacu kepada konsep tersebut maka penelitian yang dilakukan akan berusaha mendeskripsikan kondisi stres siswa SMK dan faktor-faktor penyebab stres

### **G. Populasi dan Sampel Penelitian.**

Kelompok populasi dalam penelitian yaitu siswa-siswi SMKN 12 Bandung, Sedangkan sampel penelitiannya adalah siswa-siswi terbatas kepada siswa kelas satu, dan kelas dua, dikarenakan siswa kelas tiga pada semester ganjil (ketika penelitian ini dilaksanakan) sedang melaksanakan PPL di perusahaan/industri sehingga kondisinya tidak memungkinkan. Kelas satu di SMKN 12 Bandung terdiri dari 6 kelas dan kelas dua terdiri dari 6 kelas, teknik pengambilan sample digunakan teknik *cluster sample* dimana diambil perwakilan dari setiap kelompok sebanyak tiga kelas atau 50%. Menentukan 50% sampel yang digunakan sejalan dengan yang dikatakan oleh Gay & Diehl dalam Soehardi Sigit (2001:91)

Sampel harus sebesar-besarnya, dan pada umumnya semakin besar sampel, maka kecenderungannya semakin representatif dan hasil dari penelitiannya dapat digeneralisasikan, untuk penelitian deskriptif minimum ukuran (size) sampel yang dapat diterima ialah 10% dari populasi.

### **H. Instrumen Penelitian.**

Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini yaitu data mengenai faktor-faktor penyebab stres pada siswa SMKN 12 Bandung. Untuk memperoleh data tersebut, diperlukan alat pengumpul data yang sesuai. Adapun alat pengumpul data yang dipergunakan dalam penelitian berupa pengembangan angket identifikasi faktor-faktor penyebab stres pada siswa SMK, yang sebelumnya telah dikonstruksi oleh Herni Andriani pada tahun 2003 dan dimodifikasi sesuai kebutuhan yaitu sesuai dengan fokus penelitian.