

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMP NASIONAL MAKASSAR

OLEH:
CLAUDIA JAMLAAY (C2114201054)
CLAUDIA LIMBONG MANGALA (C2114201055)

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS MAKASSAR
2025

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMP NASIONAL MAKASSAR

Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar

OLEH:
CLAUDIA JAMLAAY (C2114201054)
CLAUDIA LIMBONG MANGALA (C2114201055)

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
STELLA MARIS MAKASSAR
2025

PERNYATAAN ORISINELITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini nama :

1. Claudia Jamlaay (C2114201054)
2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, Januari 2025

Yang menyatakan,

Claudia Jamlaay Claudia Limbong Mangala

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama	:	1. Claudia Jamlaay (C2114201054) 2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)
Program Studi	:	Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi	:	Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Telah disetujui oleh Dewan Pembimbing dan dinyatakan diterima sebagai bagian persyaratan untuk mengikuti ujian Skripsi

Ditetapkan di	**:**	**Makassar**
Tanggal	**:**	**Januari 2025**

Dewan Pembimbing

Pembimbing 1	Pembimbing 2
(Mery Solon, Ns., M.Kes)	(Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN)
NIDN: 091005702	NIDN: 0913058903

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama	:	1. Claudia Jamlaay (C2114201054) 2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)
Program Studi	:	Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi	:	Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan Dewan Pembimbing dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.

DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1	:	Mery Solon, Ns., M.Kes	( )
Pembimbing 2	:	Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN	( )
Penguji 1	:	Rosmina Situngkir, Ns., M.Kes	( )
Penguji 2	:	Nikodemus Sili Beda, Ns., M.Kep	( )

Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : Januari 2025

Mengetahui,

Ketua STIK Stella Maris Makassar

Siprianus Abdu, S.Si., Ns., M.Kes

NIDN: 0928027101

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala penyelenggaraannya bantuan dan bimbingannya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kepercayaan (S.Kep) di STIK Stella Maris Makassar.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa penulis banyak mendapatkan bantuan, dukungan, pengarahan, bimbingan serta doa dan motivasi dari berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis secara khusus mengucapkan terimakasih kepada:

1. Siprianus Abdu, S. Si, S,Kep.,Ns, M.Kes selaku Ketua STIK Stella Maris Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan selama kurang lebih empat tahun di STIK Stella Maris Makassar.
2. Fransiska Anita . E. R. S ., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB.,P.hDNS selaku Wakil Ketua Bidang Akademik dan Kerjasama STIK Stella Maris Makassar
3. Matilda Martha Paseno, Ns., M.Kes selaku Wakil Ketua Bidang Administrasi, Keuangan, Sarana dan Prasarana.
4. Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kep selaku Wakil Ketua bidang kemahasiswaan, alumni dan inovasi STIK Stella Maris Makassar
5. Mery Sambo, Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners STIK Stella Maris Makassar dan pembimbing akademik yang selalu membimbing dan memberikan motivasi.
6. Wirmando,Ns.,M.Kep Selaku Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.

7. Mery Solon, Ns., M.Kes selaku pembimbing I yang dengan penuh kesabaran dan pengertian dalam membimbing, mengarahkan dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
8. Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN selaku pembimbing II yang dengan penuh kesabaran dan pengertian dalam membimbing, mengarahkan dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Rosmina Situngkir, SKM.,Ns.,M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
10. Nikodemus Sili Beda, Ns.,M.Kep selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
11. Teristimewa untuk orang tua kami tercinta, kedua orang tua dari Claudia Jamlaay yaitu Renee Jamlaay dan Junety S.V Akollo serta kedua orang tua dari Claudia Limbong Mangala yaitu Yusub Sabi dan Henni D.R Pongsamma yang selalu memberikan semangat, doa serta dukungan baik moral maupun material.
12. Seluruh teman-teman serta keluarga dan sanak saudara yang selalu memberikan dukungan, motivasi, doa, semangat baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi penelitian ini.
13. Serta kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Dengan penuh kesadaran akan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis, diharapkan adanya masukan dan saran yang membangun untuk menjadikan tulisan ini lebih bermanfaat bagi pembaca yang membutuhkan.

Makassar, Januari 2025

Penulis

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMP NASIONAL MAKASSAR

(Dibimbing oleh Mery Solon dan Euis Dedeh Komariah)

Claudia Jamlaay (C2114201054)
Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

ABSTRAK

Remaja adalah periode transisi yang mengantarkan seseorang dari fase anak-anak ke fase dewasa. Dalam proses pendewasaan ini seringkali remaja mengalami stress. Stres merupakan suatu masalah atau tekanan yang dialami oleh setiap orang. Stress dapat dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya dukungan sosial dan kecerdasan emosional. Peneliitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Metode yang digunakan yaitu observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study.* Teknik sampel yang digunakan *probability sampling* dengan pendekatan *stratified random sampling* berjumlah 80 responden. Data dikumpulkan menggunakan tiga instrumen antara lain kuesioner tingkat stres yaitu *perceived stress scale (PSS)*, kuesioner dukungan sosial teman sebaya, dan kuesioner kecerdasan emosional. Uji statistik yang digunakan yaitu *Chi Square* dan *Kolmogorov Smirnov* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0{,}05$. Hasil penelitian ini diperoleh dukungan sosial $\rho = 0{,}005$ dan kecerdasan emosional $\rho = 0{,}003$. Nilai $\rho < \alpha$ artinya ada hubungan antara dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Remaja perlu memiliki dukungan sosial yang baik dan kecerdasan emosinal yang baik agar dapat mengontroi tingkat stres yang dimiliki.

Kata Kunci : Tingkat Stres; Dukungan Sosial; Kecerdasan Emosional
Referensi : 2018 - 2024

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH STRESS LEVELS AMONG ADOLESCENTS AT SMP NASIONAL MAKASSAR

(Supervised by Mery Solon and Euis Dedeh Komariah)

Claudia Jamlaay (C2114201054)
Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

ABSTRACT

Adolescence is a transition period that takes someone from childhood to adulthood. In this process of maturity, teenagers often experience stress. Stress is a problem or pressure experienced by everyone. Stress can be influenced by many things including social support and emotional intelligence. This study aims to analyze the relationship between social support and emotional intelligence with stress levels among adolescents at SMP Nasional Makassar. The method used is observational analytics with a cross-sectional study approach. The sampling technique employed probability sampling with a stratified random sampling approach, involving 80 respondents. Data were collected using questionnaires. The statistical tests used were Chi-Square and Kolmogorov-Smirnov with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that social support had a p-value of 0.005 and emotional intelligence had a p-value of 0.003. Since the p-values are less than α, it indicates a significant relationship between social support and emotional intelligence with stress levels among adolescents at SMP Nasional Makassar. Adolescents need good social support and emotional intelligence to better manage their stress levels.

Keywords : Stress Levels; Social Support; Emotional Intelegence
References : 2018 - 2024

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL ..... **i**
HALAMAN SAMPUL DALAM ..... **ii**
PERNYATAAN ORISINALITAS ..... **iii**
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN ..... **iv**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH ..... **xv**

BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 5
   1. Tujuan Umum 5
   2. Tujuan Khusus 5
D. Manfaat Penelitian 5
   1. Manfaat Akademik 5
   2. Manfaat Praktis 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA
A. Tinjauan Umum Tentang Tentang Dukungan Sosial 7
   1. Pengertian Dukungan Sosial 7
   2. Aspek-Aspek Dukungan sosial 8
   3. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial 9
B. Tinjauan Umum Tentang Kecerdasan Emosional 10
   1. Pengertian Kecerdasan Emosional 10
   2. Komponen-Komponen dalam Kecerdasan Emosional 12
   3. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional 14
C. Tinjauan Umum Tentang Stres 15
   1. Pengertian Stres 15
   2. Tingkat Stres 16
   3. Penggolongan Stres 20
   4. Penyebab Stres (Stressor) 21
   5. Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Tingkat Stres 23

BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN
A. Kerangka Konseptual 25
B. Hipotesis Penelitian 26
C. Definisi Operasional 26

BAB IV METODE PENELITIAN
A. Jenis Penelitian 28
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 28
C. Populasi dan Sampel 28
D. Instrumen Penelitian 30
E. Pengumpulan Data dan Prosedur Penelitian 32
F. Etika Penelitian 34
G. Pengelolaan dan Penyajian Data 35
H. Analisis Data 36

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 38
1. Pengantar.....38
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....38
3. Penyajian Karakteristik Data Umum.....39
4. Analisis Univariat.....41
5. Analisa Bivariat.....43
B. Pembahasan
1. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres 45
2. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres.....48

BAB VI PENUTUP
A. Simpulan 51
B. Saran.....51

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional 23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual.....22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan
Lampiran 2	Surat Perjanjian Data Awal
Lampiran 3	Lembar Permohon Menjadi Responden
Lampiran 4	Lembar Informed Consent
Lampiran 5	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 6	Lembar Konsul

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Puberteit	:	Masa pubertas
Adolescent	:	Remaja
Youth	:	Masa muda atau generasi muda
Striatum	:	Bagian dari otak yang terlibat dalam proses motoric
Distress	:	Kecemasan atau stres
Inteligensi	:	Kemampuan untuk belajar
Stressor	:	Faktor atau situasi yang menyebabkan stres
emotional	:	Berkaitan dengan emosi atau perasaan
Anonymity	:	Kondisi tidak diketahui atau tidak diidentifikasi secara pribadi
Benefit	:	Manfaat atau keuntungan
Entry	:	Masuk atau pendaftaran
Intelligence	:	Sama seperti "inteligensi"
Resilensi	:	Kemampuan untuk pulih atau kembali ke keadaan semula setelah mengalami kesulitan atau stress
informed consent	:	Persetujuan yang diberikan dengan pengetahuan penuh
Editing	:	Proses memperbaiki atau menyempurnakan teks
Coding	:	Proses menulis instruksi untuk komputer
Procesing	:	Proses mengolah data atau informasi
Cleaning	:	Proses membersihkan data dari kesalahan
Confidentially	:	Prinsip menjaga informasi tetap rahasia
Justice	:	Prinsip moral dan hukum yang memastikan hak-hak individu dihormati dan dipenuhi secara adil.
Riskesdas	:	Riset Kesehatan Dasar
SPSS	:	*Statistical Package For The Social Sciences*
Bivariat	:	Analisis yang dilakukan pada kedua variabel
Univariat	:	Analisis yang dilakukan pada masing-masing variabel
Independen	:	Variabel Bebas
Dependen	:	Variabel Terkait
Chi squere	:	*Uji Komperatif Non-parametik*

Total sampling	:	Pengambilan Data
Coding	:	Pemberian Kode
Editing	:	Pemeriksaan Data
<	:	Kurang dari
≥	:	Lebih dari atau sama dengan
A	:	Alpa
%	:	Persen
P	:	Nilai kemungkinan
=	:	Sama dengan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi yang mengantarkan seseorang dari fase anak-anak ke fase dewasa. Pada tahap ini, banyak remaja yang belum sepenuhnya memahami konsep diri mereka, sehingga tidak jarang mereka menghadapi masalah psikologis. Ketidakseimbangan emosi dikalangan remaja bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk lingkungan, keadaan diri sendiri, dan faktor lainnya, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan stres (Samsugito & Putri, 2019).

Stres yang dialami oleh remaja dapat dipicu oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Salah satu penyebab utama stres dikalangan remaja adalah tuntutan akademis yang tinggi. Prestasi akademik yang diharapkan sering kali menjadi sumber tekanan bagi mereka, seperti yang diungkapkan dalam penelitian mengenai hubungan antara dukungan teman sebaya dan stres akademik pada siswa. Selain itu, konflik dengan orang tua juga dapat menambah beban psikologis bagi remaja, terutama ketika terjadi ketidakpahaman antara mereka dan orang tua. Penelitian mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi remaja yang mengalami perpisahan dari orang tua juga menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi tekanan tersebut (Rismandanni & Sugiasih, 2020).

Dukungan sosial teman sebaya secara diberikan dengan bentuk dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif dan dukungan instrumental. Dukungan ini akan menciptakan perasaan nyaman, merasa diperdulikan, dihormati, dan diberikan bantuan atau pertolongan bagi yang penerimanya. Proses dukungan sosial sebagai

proses komunikasi interaktif dalam jejaring sosial yang bermanfaat bagi kesejahteraan psikologis individu. Dukungan tersebut dapat mencegah dari ancaman kesehatan mental dan menjadikan individu lebih optimis dalam menjalani kehidupannya. Dukungan sosial tinggi dapat merubah reaksi individu terhadap sumber stres. Remaja yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan merasakan dampak stres yang lebih minimal karena adanya bantuan dari orang lain. Selain itu, dukungan sosial juga mampu melindungi individu dari efek negatif yang ditimbulkan akibat stres yang tinggi dan mempengaruhi kesehatan (Zukhra et al., 2021).

Dukungan sosial dari teman sebaya sangat penting bagi remaja yang mengalami stres akibat masalah keluarga atau masalah lainnya. Mendengarkan dengan empati, teman sebaya dapat menjadi pendengar yang baik, bisa memberikan ruang bagi remaja tersebut untuk berbagi perasaan dan masalah yang dihadapi tanpa merasa dihakimi, bisa mendorong remaja tersebut melakukan aktivitas bersama, mengajak mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas menyenangkan, seperti olahraga, menonton film, atau kegiatan kreatif, bisa membantu mengalihkan pikiran dari stres, jika stres rekan mereka cukup berat, teman sebaya bisa mendorong untuk mencari bantuan dari guru, konselor, atau profesional kesehatan mental. Dukungan ini membantu menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi remaja, memperkuat hubungan sosial mereka, dan memberikan kekuatan dalam menghadapi tantangan (Zukhra et al., 2021).

Dukungan sosial dari teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam pengembangan kecerdasan emosional remaja. Melalui interaksi, remaja dapat mengamati dan meniru cara teman mereka mengekspresikan dan mengelola emosi, yang dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam hal ini. Penelitian menunjukkan bahwa

pergaulan dengan teman sebaya berkontribusi sebesar 24,7% terhadap perkembangan kecerdasan emosional siswa. Kecerdasan emosional dan faktor-faktor yang mempengaruhinya, pergaulan teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat mengembangkan kecerdasan emosional. Menurut Diane dalam pergaulan teman sebaya, anak dapat mengembangkan keterampilan bersosialisasi dan menjalin keakraban, anak mampu meningkatkan hubungan dengan teman, dan anak mendapatkan rasa kebersamaan. Selain itu, anak termotivasi untuk mencapai prestasi dan mendapatkan rasa identitas. Anak juga mempelajari keterampilan kepemimpinan dan berkomunikasi, bekerja sama, bermain peran, dan membuat atau menaati peraturan. Seperti yang telah diungkapkan sebelumnya bahwa pergaulan teman sebaya berpengaruh pada kecerdasan emosional siswa (Rahmawati Elisa, 2021).

Kecerdasan emosional siswa akan terbentuk dengan baik apabila siswa dapat mengenali emosi orang lain dan membinga hubungan. Peran teman sebaya dalam kecerdasan emosional remaja sangat signifikan dan dapat dijelaskan melalui pengembangan empati, teman sebaya membantu remaja belajar mengenali dan memahami emosi orang lain. Melalui interaksi sosial, remaja dapat berlatih untuk merasakan apa yang dirasakan oleh teman mereka, yang merupakan komponen penting dari kecerdasan emosional. Pengelolaan emosi dalam pergaulan, remaja sering kali menghadapi situasi yang memicu berbagai emosi. Teman sebaya dapat memberikan dukungan dan strategi untuk mengelola emosi tersebut, seperti cara menanggapi ejekan atau konflik, yang membantu mereka belajar mengatur perasaan mereka sendiri. Keterampilan sosial teman sebaya berkontribusi dalam pengembangan keterampilan sosial yang merupakan bagian dari kecerdasan emosional (Rahmawati Elisa, 2021).

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari beberapa siswa-siswi SMP Nasional Makassar, stres yang terjadi pada siswa-siswi SMP Nasional Makassar memiliki banyak penyebab seperti tekanan orang tua terhadap nilai akademik, adapun remaja yang orang tuanya bercerai sehingga dia kurang merasakan kehangatan dalam keluarga dan menjadi lebih sulit mengutarakan perasaannya, selain itu ada juga karena mengikuti organisasi yang mana remaja tersebut belum bisa mengatur waktu dengan baik sehingga dia sering merasa dibebani oleh tugas-tugasnya. Dari kejadian itu para remaja tersebut menjadi lebih sulit dalam mengontrol emosi mereka sehingga menjadi lebih sering menangis, mengeluarkan emosi yang menggebu-gebu, menjadi lebih sensitif, dan menjadi mudah ketakutan. Berdasarkan beberapa masalah yang terjadi diatas membuat peneliti sangat ingin membantu para remaja tersebut dengan cara mengidentifikasi tingkat stress dan faktor-faktor apa saja yang dapat mempenaruhi tingkat stres remaja.

B. Rumusan Masalah

Stres merupakan reaksi psikologis yang disebabkan oleh tekanan internal dan eksternal. Stres yang tidak segera ditangani dapat berdampak buruk bagi remaja, terutama kesehatan. Jumlah remaja yang mengalami stres saat ini sangat besar, dengan hampir 19 juta orang berusia di atas 15 tahun menderita stres dan depresi. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar?
2. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar?

C. Tinjauan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
b. Untuk mengetahui dukungan sosial pada remaja di SMP Nasional Makassar.
c. Untuk mengetahui kecerdasan emosional pada remaja di SMP Nasional Makassar.
d. Untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
e. Untuk menganalisis hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu, manfaat akademik dan praktis.

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini dapat diharapkan bisa mengembangkan ilmu pengetahuan dan memperluas pemahaman tentang faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini di harapkan dapat membantu respoden memahami tentang stres dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tinkat stres pada remaja.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bahan di perpustakaan STIK Stella Maris sebagai bahan acuan, informasi, dan menambah pengetahuan mengenai Faktot-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja.

c. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian mengenai Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi tambahan khususnya referensi yang digunakan bagi peneliti selanjutnya, khususnya penelitian mengenai Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja.

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum Tentang Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan pertukaran hubungan antar pribadi yang bersifat timbal balik dimana seseoarang memberi bantuan kepada orang lain. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi berlangsungnya hidup di tengah-tengah masyarakat karena manusia diciptakan sebagai makhluk sosial. Dukungan sosial secara umum digunakan untuk mengacu pada penerimaan rasa aman, peduli, penghargaan atau bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok.

Dukungan sosial berasal dari orang-orang penting yang dekat dengan seseorang seperti keluarga, guru, atau teman. Pernyataan tersebut sejalan dengan Sarason (2019) yang menyatakan bahwa dukungan sosial diperoleh dari hubungan sosial yang akrab (orang tua, saudara, guru, teman sebaya, lingkungan masyarakat) atau dari keberadaan individu yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai dan dicintai. Peran keluarga sangat penting bagi seseorang yang sedang berada dalam proses menuju dewasa, termasuk pada anak. Dukungan sosial memiliki makna penting bagi anak dalam proses perkembangan hidupnya, termasuk dalam membentuk resiliensi. Keluarga yang berhubungan dengan resilensi ditandai dengan adanya hubungan dekat dengan orangtua yang memiliki kepedulian dan perhatian, pola asuh yang hangat, teratur dan kondusif bagi perkembangan individu, sosial ekonomi yang berkecukupan dan memiliki hubungan harmonis dengan anggota keluarga lainnya (Muthmainah, 2022).

Dukungan sosial dapat diberikan kepada seseorang dengan melakukan beberapa cara, seperti memberikan dukungan, memberikan pernyataan yang memihak kepada individu, memberikan suatu penghargaan, memberikan kalimat positif, memberikan semangat, perhatian, segama macam bantuan berupa psikis maupun fisik. Adapun cara yang digunakan seseorang dalam menerima dukungan sosial dengan melakukan perumahan *mind set* terhadap stresor, dengan begitu seseorang mampu merasakan, bahwa ada orang-orang terdekat yang memberikan perhatian kepadanya, seperti halnya seorang perawat memiliki masalah akan menghampiri teman untuk membicarakan masalahnya. Dukungan sosial merupakan kehadiran orang-orang yang memberikan keperdulian, penghargaan, dan bantuan kepada individu, sehingga individu tersebut akan merasa bahwa ia memiliki makna dalam lingkungan keluarga ataupun lingkungan sosialnya (Viera Valencia & Garcia Giraldo, 2019).

2. Aspek Dukungan Sosial

Menurut Ii et al. (2020) menyatakan bahwa terdapat lima aspek dukungan sosial, yaitu sebagai berikut:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional adalah dukungan sosial yang berupa ungkapan empati, keperdulian, perhatian, dan dorongan kepada individu dari orang terdekat maupun orang di lingkungan sosial. Dukungan ini membuat seseorang merasa diterima disebuah kelompok yang dianggap sebagai tempat berbagi hal baik maupun buruk.

b. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan adalah dukungan sosial berupa ungkapan yang diberikan oleh orang yang berarti dalam diri individu seperti orang tua dan keluarga, ungkapan tersebut juga dapat diberikan oleh orang-orang di lingkungan sosial seperti teman dan masyarakat. Dukungan ini membuat seseorang merasa lebih dihargai, diperdulikan dan dapat membangun kepercayaan diri individu tersebut

c. Dukungan Informasi.

Dukungan informasi adalah suatu bentuk dukungan yang lebih bersifat nasehat, memberitahukan hal yang baik, atau umpan balik terhadap apa yang sudah dilakukan oleh individu tersebut. Dukungan ini dapat membantu seseorang mengatasi masalah yang tidak bisa ia atasi sendiri, membantu mengendalikan stress serta meningkatkan kemampuan untuk mengevaluasi diri. Dukungan ini menumbuhkan rasa kasih sayang dan kepedulian yang tinggi terhadap sesama.

d. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental adalah dukungan sosial yang berupa material dan lebih bersifat bantuan nyata seperti sumbangan dana atau membantu pekerjaan yang membuat individu sangat merasa terbebani. Dukungan ini menjadikan individu merasa memiliki seseorang yang selalu ada untuknya.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Ii et al (2020) mengemukakan bahwa terdapat tiga faktor utama mendorong seseorang untuk memberikan dukungan sosial adalah sebagai berikut :

a. Empati

Empati merupakan perasaan dimana seseorang turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.

b. Norma-norma dan nilai sosial

Selama dalam masa pertumbuhan dan perkembangan pribadi, individu menerima norma-norma dan nilai-nilai sosial dari lingkungan sebagai bagian dari pengalaman seseorang. Norma-norma dan nilai-nilai tersebut akan mengarhkan individu untuk bertingkah laku dan menjelaskan kewajiban-kewajiban dalam kehidupan. Dalam ruang lingkungan sosial individu didesak untuk memberikan pertolongan kepada orang lain supaya dapat mengembangkan kehidupan sosialnya.

c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial merupakan hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan.

B. Tinjauan Umum Tentang Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur hidup emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*) menjaga keselarasan emosi da pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its*

expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Kecerdasan emosi atau *emotional intelligence* adalah kemampuan seseorang mengelola emosi dalam kaitannya dengan orang lain atau rangsangan dari luar. Kecerdasan emosi mencakup pengendalian diri terutama berkaitan dengan relasi, berempati kepada orang lain, mengelola rasa gembira dan sedih, semangat dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri (Dewi & Yusri, 2023).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengenali perasaan diri sendiri atau orang lain dengan tepat, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri dan kemampuan untuk menggunakan informasi dengan tepat untuk bertindak. Kecerdasan emosional ini merupakan dasar yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk berfikir secara logis dan kemampuan dalam memecahkan masalah serta kemampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional akan menjadikan remaja mampu untuk beradaptasi dengan baik pada situasi apapun yang sedang mereka hadapi sehingga remaja lebih memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi setiap tantangan atau stressor dalam kehidupannya (Yunalia & Etika, 2020).

Dalam pandangan Goleman (2006), kecerdasan emosional memiliki peran krusial dalam menentukan sejauh mana seseorang dapat menggunakan kecerdasan lain yang dimilikinya. Terdapat aspek-aspek penting dalam kecerdasan emosional, seperti kemampuan mengelola emosi, memotivasi diri, dan membangun hubungan sosial yang baik. Dalam hal tersebut melibatkan kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengatasi emosinya sendiri dan mampu mengontrol suasana hati, seperti

kesedihan, amarah, kecemasan, dan dorongan emosional lainnya (Anas et al., 2024).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk memahami perasaan diri sendiri dan juga mampu mengelolah emosi dirisendiri dengan baik dalam berhubungan dengan orang lain.

2. Komponen-Komponen Dalam Kecerdasan Emosional

Lima dasar kecakapan emosi dan sosial menurut Eka Wahyu Hidayati (2020), yaitu:

a. Mengenali Emosi Diri

Dengan kesadaran diri seseorang mampu memahami emosi diri, penilaian untuk mengambil keputusan, dan percaya diri. Seseorang yang memiliki kesadaran diri dapat dengan mudah mengetahui perasaan dan memantau emosi yang muncul pada waktu tertentu dan efeknya, mengetahui kekuatan dan memiliki keyakinan tentang harga diri dan kemampuan sendiri. Dalam aspek mengenali emosi diri ini terdapat tiga indikator yaitu: mengenal dan merasakan emosi sendiri, memahami penyebab perasaan yang timbul, mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan.

b. Mengelolah Emosi

Yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan dan menangani emosinya sendiri sedemikian rupa sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas, memiliki kepekaan pada kata hati, serta sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi. Tujuan dari mengelola emosi adalah

keseimbangan emosi bukan menekan emosi. Aristoteles mengatakannya dengan istilah emosi yang wajar, yakni keselarasan antara perasaan dan lingkungan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Kecenderungan emosi yang mengantarkan atau memudahkan seseorang meraih sasaran. Orang yang memiliki ketrampilan ini cenderung lebih produktif dalam upaya apapun yang dilakukannya serta memiliki kegigihan dalam memperjuangkan tujuan walaupun ada halangan dan kegagalan. Kemampuan ini meliputi dorongan untuk berprestasi, komitmen dan optimis. Konsep penting dari teori motivasi adalah pada kekuatan yang ada dalam diri manusia.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Merupakan kesadaran terhadap perasaan, kebutuhan dan kepentingan orang lain. Orang yang empatik mampu merasakan yang dirasakan oleh orang lain, lebih peka terhadap kehendak orang lain, mampu memahami perspektif orang lain dan menumbuhkan hubungan saling percaya, serta mampu menyelaraskan diri dengan berbagai tipe hubungan. Dalam aspek mengenali emosi orang lain terdapat tiga indikator yaitu : mampu menerima sudut pandang orang lain, memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap orang lain, dan mampu mendengarkan orang lain.

e. Membina Hubungan

Orang yang memiliki seni dalam membangun hubungan sosial mampu menangani emosi dengan baik ketika berhubungan sosial dengan orang lain, mampu membaca situasi dan jaringan sosial secara cermat, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan ini untuk mempengaruhi, memimpin,

bermusyawarah, menyelesaikan perselisihan, serta bekerja sama dengan tim.

3. Ciri – Ciri Kecerdasan Emosional

a. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi Rendah

Menurut Rezeki et al. (2024) ciri- ciri orang yang memiliki kecerdasan emosional rendah yaitu:

1) Mereka yang kecerdasan emosionalnya rendah cenderung egois, terlalu beriorentasi pada kepuasan diri sendiri tanpa peduli orang lain.
2) Jika menjadi pendengar, mereka adalah pendengar yang jelek, suka menginterupsi dan berdebat setiap saat.
3) Mereka yang rendah kecerdasan emosionalnya cenderung mempunyai tabungan emosi yang negatif pada diri orang lain.
4) Orang dengan kecerdasan emosional yang rendah cenderung mendekati masalah hanya dengan pikiran, tanpa peduli dengan perasaan.
5) Orang dengan kecerdasan emosional yang rendah sering merasa tidak aman dan sukar untuk menerima kesalahan diri, serta sulit meminta maaf secara tulus.

b. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional Tinggi

Menurut Rezeki et al. (2024) mengambarkan beberapa ciri kecerdasan emosional yang tinggi terdapat pada diri seseorang berupa:

1) Memiliki kepercayaan diri yang kuat, dan memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri.
2) Mampu menangani emosi diri, peka terhadap kata hati, dan mampu segera pulih dari tekanan emosi.

3) Mampu bertahan untuk menghadapi kegagalan dan frustasi.
4) Mampu memahami perspektif orang lain, dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
5) Dapat berinteraksi dengan lancar, serta dapat bekerja sama dalam tim.

C. Tinjauan Umum Tentang Stres

1. Pengertian Stres

Stres adalah ketegangan emosional atau fisik yang diakibatkan oleh peristiwa atau pikiran apa pun yang membuat seseorang kesal, marah, atau gugup. Stres memicu alarm di otak, mempersiapkan tubuh untuk mengambil tindakan perlindungan. Sistem saraf dirangsang, hormon dilepaskan yang meningkatkan indra tubuh, denyut nadi menjadi lebih cepat, pernapasan menjadi lebih dalam, dan otot-otot tubuh menegang. Respons ini disebut respon untuk melindungi atau melarikan diri dari ancaman. Stres merupakan suatu keadaan dimana seseorang terkena tekanan lingkungan dan tidak mampu mengatasinya sehingga dapat menimbulkan gangguan psikologis. Stres dapat diartikan sebagai kondisi manusia dimana terjadi konflik antara tuntutan yang diterima dengan kemampuan mengatasinya (Dafiq et al., 2023).

Menurut Hastuti dan Baiti. (2019) masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan baik secara fisik maupun emosional. Hal ini yang menyebabkan remaja mudah bergejolak dengan hal-hal atau perubahan yang terjadi di sekitarnya. Dampak pergolakan emosi akan menyebabkan minimnnya kemampuan remaja untuk mengntrol emosi sehingga beresiko mengalami stres. Stres yang tidak segera ditangani akan berdampak buruk terutama bagi

kesehatan. Stres pada remaja umumnya disebabakn oleh kondisi tertentu yang menimpa anggota keluarganya, seperti ketika salah satu anggota keluarga menderita, ketergantungan obat depresi, terpengaruh teman, mendapatkan kegagalan, adanya tuntutan dari orang tua atau lingkungan sekitar bahkan dirinya sendiri, serta adanya perasaan marah dan keinginan untuk melawan (Sambo et al., 2021).

Stres pada remaja disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya yaitu adanya tuntutan sekolah atau akademik, stres biologi berupa perubahan hormon, fisik dan psiokologis, stres dari keluarga, stres yang ditimbulkan dari teman sebaya, dan stres sosial. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa usia remaja yang masih sekolah menjadi perhatian khusus untuk diperhatikan tingkat stresnya (Yunalia et al., 2021).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa stres adalah ketegangan emosional atau fisik yang muncul dari peristiwa atau pikiran yang membuat seseorang frustrasi atau gugup, memicu respons untuk menghadapi ancaman, dan dapat mengakibatkan gangguan psikis akibat ketidakmampuan mengatasi tekanan dari lingkungan atau peristiwa kehidupan.

2. Tingkatan Stres

Menurut penelitian Ii. (2020) Stres pada remaja dibagi menjadi tiga tingkatan berdasarkan intensitas dan dampaknya terhadap kehidupan mereka. Masing-masing tingkatan memiliki ciri-ciri dan manifestasi yang berbeda, yang dapat memengaruhi aspek fisik, psikologis, serta sosial remaja. Berikut adalah penjelasan detail mengenai tiga tingkatan stres tersebut:

a. Stres Ringan

Stres ringan adalah bentuk stres yang dapat dianggap positif, yang memberikan tantangan dan dorongan untuk mencapai tujuan atau menyelesaikan masalah. Pada tingkat ini, stres tidak mengganggu kesejahteraan remaja secara signifikan dan seringkali merangsang produktivitas serta kreativitas.

Ciri – ciri stres ringan :

1) Peningkatan fokus dan motivasi: remaja merasa lebih terfokus dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas, baik itu ujian atau aktivitas lainnya, merasa tertantang dan lebih bersemangat dalam menghadapi tantangan.
2) Peningkatan energi: terjadi peningkatan energi fisik dan mental, yang membantu remaja untuk menghadapi tugas yang menantang dengan semangat.
3) Rasa percaya diri: meskipun ada rasa cemas atau khawatir tentang suatu tugas, remaja merasa yakin bahwa mereka dapat menghadapinya dan menyelesaikannya dengan baik.
4) Tidak ada gangguan fisik: pada tingkat stres ini, remaja tidak mengalami gangguan fisik yang berarti, seperti gangguan tidur, kelelahan fisik yang ekstrem, atau sakit kepala.
5) Positif secara emosional: perasaan antusias dan penuh harapan cenderung muncul, dan remaja merasa bahwa tantangan tersebut dapat memperkaya pengalaman mereka.

b. Stres sedang

Stres sedang terjadi ketika tekanan yang dirasakan remaja mulai mengganggu keseharian mereka. Stres jenis ini dapat menyebabkan ketegangan emosional dan fisik, tetapi masih dalam batas yang dapat dikelola oleh remaja jika mereka mendapatkan dukungan yang tepat.

Ciri – ciri stres sedang :

1) Kecemasan berlebihan: remaja mulai merasa cemas atau khawatir secara berlebihan tentang tugas atau situasi yang sedang mereka hadapi. Meskipun remaja mampu menghadapinya, kecemasan tersebut mengganggu konsentrasi mereka.
2) Penurunan kualitas tidur: stres yang lebih intens dapat menyebabkan gangguan tidur, seperti kesulitan tidur, tidur yang tidak nyenyak, atau bangun terlalu pagi dan merasa lelah.
3) Perubahan perilaku: remaja yang mengalami stres sedang mungkin menunjukkan perubahan perilaku, seperti menjadi lebih mudah marah, frustrasi, atau terisolasi juga remaja bisa lebih sering menarik diri dari pergaulan sosial.
4) Penurunan prestasi kademik: meskipun masih mampu menjalani kehidupan sehari-hari, prestasi akademik dapat sedikit menurun karena kesulitan berkonsentrasi, kekhawatiran yang mengganggu, atau penurunan motivasi.
5) Keluhan fisik ringan: remaja mungkin mulai mengeluhkan gejala fisik ringan seperti sakit kepala, rasa tegang pada tubuh, atau masalah pencernaan (misalnya perut kembung atau gangguan pencernaan ringan).

c. Stres berat

Stres berat pada remaja terjadi ketika stres berlarut-larut dan tidak dikelola dengan baik, hingga menyebabkan kelelahan fisik, emosional, dan mental yang signifikan. Pada tingkat ini, stres dapat mengganggu hampir seluruh aspek kehidupan remaja, termasuk hubungan sosial, akademik, dan kesehatan fisik.

Ciri – ciri stres berat :

1) Depresi dan kecemasan berat: remaja yang mengalami stres berat dapat menunjukkan gejala depresi atau gangguan kecemasan yang lebih serius, seperti perasaan putus asa, tidak ada harapan, atau kekhawatiran yang tidak terkendali.
2) Kelelahan emosional dan fisik: stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan kelelahan fisik dan emosional yang mendalam. Remaja merasa kehabisan energi, bahkan untuk melakukan aktivitas yang biasa mereka nikmati.
3) Penurunan kualitas hidup: remaja yang mengalami stres berat mungkin menunjukkan penurunan yang signifikan dalam kualitas hidup mereka. Remaja kesulitan dalam menjalani rutinitas harian dan kehilangan minat pada aktivitas yang biasanya menyenankan.
4) Gangguan fisik serius: stres berat dapat menyebabkan gangguan fisik yang lebih serius, seperti gangguan tidur yang parah, masalah pencernaan kronis, sakit kepala berat, atau penurunan berat badan yang drastis.
5) Isolasi sosial dan masalah interpersonal: remaja yang mengalami stres berat mungkin mulai menarik diri dari interaksi sosial dan menunjukkan masalah dalam hubungan dengan teman sebaya atau keluarga. Remaja juga mungkin menunjukkan perilaku agresif atau perilaku merusak diri seperti penyalahgunaan alkohol atau narkoba.

3. Penggolongan Stres

Membagi aspek-aspek stres menjadi dua, yaitu :

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres yaitu berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan. Disamping itu gejala fisik lainnya juga ditandai dengan adanya otot-otot tegang, pernafasan dan jantung tidak teratur, gugup, cemas, gelisah, perubahan nafsu makan, maag, dan lain sebagainya.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis stres yaitu berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain:

1) Gejala Kognisi (Pikiran)

Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian, dan konsentrasi. Gejala kognisi ditandai juga dengan adanya harga diri yang rendah, takut gagal, mudah bertindak memalukan, cemas akan masa depan dan emosi labil.

2) Gejala Emosi

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih, dan depresi. Gejala emosi lainny juga ditandai dengan adanya perasaan tidak mampu mengatasi masalah, merasa ketakutan atau ciut hati, merasa tertekan dan mudah marah.

3) Gejala Tingkah Laku

Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Gejala tingkah laku yang muncul adalah sulit bekerja sama, kehilangan minat, tidak mampu rileks, mudah terkejut atau kaget, kebutuhan seks, obat-obatan, lakohol dan merokok cenderung meningkat.

4. Penyebab Stres (Stressor)

Stres sebagai respon non-spesifik tubuh terhadap tuntutan lingkungan, yang mengacu pada respon fisiologis yang dipicu oleh peristiwa stres (stressor) (Li, et al., 2023). Jenis stres yang dialami remaja antara lain stres di sekolah, stres fisik, masalah keluarga, hubungan dengan lawan jenis, dan perundungan. Berikut beberapa penyebab stress bagi remaja :

a. Stres Akademik

Stres akademik terjadi karena tuntutan akademik tidak sesuai dengan sumber daya siswa yang sebenarnya. Stres terjadi ketika ekspektasi terhadap prestasi akademik meningkat, ketika tugas tidak sepadan dengan kemampuan siswa, ketika timbul masalah dengan teman, atau ketika kelas menjadi membosankan. Stres akademik dapat disebabkan oleh beberapa penyebab seperti ketakutan akan kegagalan, ekspektasi orang tua, dipaksa mempelajari mata pelajaran tertentu oleh orang tua atau guru, menganggap nilai adalah segalanya, ekspektasi yang terlalu tinggi, masalah keuangan, dan mungkin tekanan dari orang lain merupakan faktor penyebab stres.

b. Stres Fisik.

Stres fisik dapat terjadi akibat sifat alami remaja yang sering membanding-bandingkan kondisi fisiknya dengan orang lain sehingga menimbulkan stres fisik yang membuatnya semakin tertekan. Remaja juga dapat mengalami gejala stres fisik seperti sakit kepala, pusing, tidur tidak teratur, kelelahan, nyeri punggung, dan kehilangan minat belajar karena tuntutan sekolah.

c. Masalah Keluarga.

Kondisi dimana anggota keluarga terlalu sibuk untuk meluangkan waktu satu sama lain dan menghadapi masalah di tengah situasi ekonomi yang memburuk. Hal ini menyebabkan stres karena tidak bisa menghabiskan waktu bersama dan masalah tidak terselesaikan dengan baik. Remaja dapat mengalami stres ketika menghadapi permasalahan keluarga. Salah satu permasalahan keluarga yang menimbulkan stres pada remaja adalah perceraian. Remaja tidak mampu menerima kenyataan dan marah pada orang tuanya yang bercerai serta marah pada dirinya sendiri.

d. Hubungan Dengan Lawan Jenis

Pada masa remaja, interaksi dengan lawan jenis merupakan hal yang tidak bisa dihindari. Remaja tidak menyadari potensi dirinya dan hanya fokus pada kekasihnya. Dalam beberapa kasus, perasaan itu tidak terbalas sehingga berujung pada patah hati dan akhirnya membuat remaja merasa stres.

e. *Bullying*

Bullying bisa dilakukan oleh siapa saja, remaja. Korban *bullying* biasanya ditandai dengan rasa takut, cemas, dan tegang.

5. Faktor Yang Dapat Mempengaruhi Tingkat Stres

Menurut Franyanti (2022) faktor stres dapat dinilai ancaman tergantung pada pengalaman individu berdasarkan faktor internal dan eksternal yaitu:

a. Faktor Internal diantaranya mekanisme koping, kepribadian, dan kecerdasan emosional.
b. Faktor Eksternal yaitu jenis stres, kehadiran stres lain dan dukungan sosial.

Berikut beberapa faktor internal maupun eksternal yang dibahas lebih dalam, yaitu :

1) Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengelola dan memecahkan permasalahan yang muncul pada dirinya atau ungkapan diri seseorang berkaitan suatu hal. Kecerdasan emosional biasa disingkat EQ yang berasal dari singkatan Emotional dan Quotient (St. Jauhar & Sudarto, 2022). Menurut Ferdy & Limanto (2020) kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengendalikan emosi dengan cara menjaga tidak munculnya emosi *negative* dan pengekspresiannya melalui kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati serta keterampilan sosial. Dengan kecerdasan emosional, seseorang dapat mengatur perasaan dan segala tindakan yang dilakukandalam merespon fenomena lingkungannya sehingga hubungan sosial dapat terjadi dan timbul kepekaan pada lingkungannya termasuk terhadap diri sendiri. Orang yang cerdas secara emosional dapat menunjukkan pemilikan

perasaan yang anggun dan luhur, dapat mengakui keberadaan diri dan orang lain, dapat menghargai perasaan pada diri sendiri maupun orang lain (Sudarto et al., 2023).

2) Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan dukungan emosional ketika suatu masalah muncul yang berasal dari anggota keluarga, pemberi perawatan kesehatan dan teman. Individu yang mendapat dukungan emosional dan fungsional terbukti lebih sehat dari pada individu yang tidak mendapat dukungan. Dukungan sosial sebagai diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang-orang yang berarti bagi individu. Dukungan sosial adalah pertukaran sumber yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan serta keberadaan orang-orang yang mampu diandalkan untuk memberikan bantuan, semangat, penerimaan dan perhatian. Dukungan sosial umumnya berupa gambaran mengenai peran atau pengaruh yang ditimbulkan oleh orang lain yang berarti atau orang terdekat seperti keluarga, teman, saudara dan rekan kerja. Dukungan sosial terdapat empat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informative dan dukungan instrumental. Dukungan sosial merupakan jaringan keluarga, teman, yang ada saat dibutuhkan untuk memberikan bantuan secara psikologis, fisik dan finansial. Dukungan sosial merupakan informasi dari pihak lain yang dicintai dan disayangi, yang akan menghargai dan menghormati seseorang serta adanya hubungan komunikasi dan saling bergantung (Pananto & Paryonti, 2023).

BAB III
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

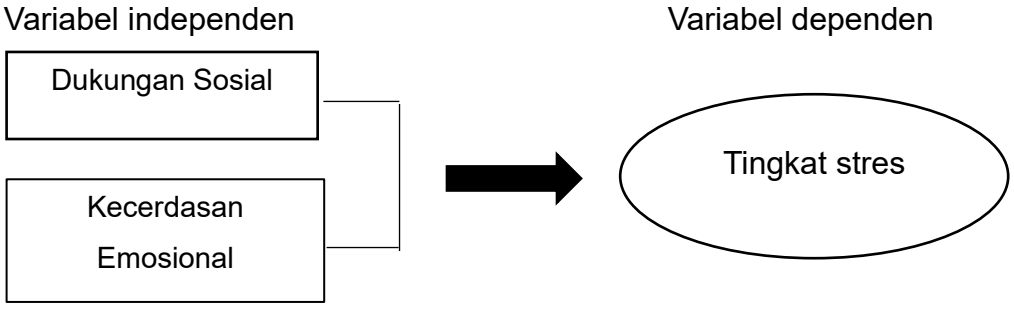
A. Kerangka Konseptual

Stres merupakan suatu masalah atau tekanan yang dialami oleh setiap orang. Stres bisa berasal dari dalam diri sendiri, keluarga, ataupun lingkungan sekolah dan sekitarnya. Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada remaja, yaitu faktor internal dan juga faktor eksternal. Salah satu contoh dari faktor internal yaitu kecerdasan emosional dan dari faktor eksternal yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial pada remaja sangat mempengaruhi tingkat stres karena dapat membantu remaja dalam mengatasi stres, memecahkan masalah, dan meningkatkan kepercayaan diri. Remaja yang memiliki dukungan sosial yang memadai cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah. Selain dukungan sosial, remaja juga memerlukan koping dari dalam diri sendiri seperti kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional sangat diperlukan pada remaja yang mengalami stres karena jika individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka akan mampu mengenali, mengelolah emosi, dan memotivasi diri sendiri dalam menghadapi stres.

Berdasakan penjelasan diatas, maka kerangka konseptual dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.1

Kerangka Konseptual



Keterangan:



: Variabel Indenpenden

: Variabel Dependen

: Garis Penghubung

B. Hipotesis Penelitian

1. Ada hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar
2. Ada hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar

C. Definisi Operasional

Tabel 3.1

Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi operasional	Parameter	Skala Ukur	Alat Ukur	Skor
Variabel Independen						
1.	Dukungan Sosial	Bentuk kepedulian, penghargaan, dorongan, penerimaan, atau bantuan dari teman sebaya.	1. Dukungan Emosional 2. Dukungan Penghargaan 3. Dukungan Informasi 4. Dukungan Instrumental	Ordinal	Kuesioner dukungan sosial teman sebaya	**Baik** jika total skor : 51-80 **Kurang** jika total skor :20 – 50
2.	Kecerdasan Emosional	Kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan	1. Mengenali Emosi Diri 2. Mengelolah Emosi	Ordinal	Kuesioner Emotional Intelegence	**Baik** jika total skor : 151 - 250

		orang lain, serta kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam hubungan dengan orang lain.	3. Memotivasi Diri Sendiri 4. Mengenali Emosi Orang Lain 5. Membina Hubungan		Questionarie	**Kurang** jika total skor : 50 -150
Variabel Dependen						
3.	Tingkat Stres	Tingkatan stres dari hasil penelitian terhadap berat ringannya stres yang dialami responden	1. Aspek Psikologis 2. Aspek Biologis	Ordinal	Kuesioner Skala stres yang di rasakan	**Stres ringan** jika total skor : 1-14 **Stres sedang** jika total skor : 14-26 **Stres berat** jika total skor : 27-40

BAB IV
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan suatu jenis penelitian yang bersifat objektif, yang mencakup pengumpulan dan analisis data kuantitaif serta menggunakan metode statistik (Sugiono, 2019). Adapun desain penelitian ini menggunakan desain penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dimana hasil ini didapatkan dengan menganalisis “Hubungan dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar”.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di SMP Nasional Makassar kota Makassar. Alasan peneliti memilih lokasi ini dikarenakan menurut informasi yang didapatkan terdapat cukup banyak jumlah siswa yang mengalami berbagai macam penyebab stres yang memungkinkan memenuhi kriteria responden yang dibutuhkan.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di bulan november 2024.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi di SMP Nasional Makassar yang berjumlah 351 orang yang terdiri dari 158 laki-laki dan 193 perempuan.

2. Sampel

Pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan teknik *probability sampling* dengan pendekatan yakni *stratified random sampling.* Menggunakan metode sample frame dan digunakan secara *offline*. Dengan mempertimbangkan dua standar ini:

a. Kriteria Inklusi

1) Seluruh siswa-siswi SMP Nasional Makassar yang aktif bersekolah.
2) Bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).

b. Kriteria Eksklusi

1) Seluruh siswa-siswi SMP Nasional Makassar yang alpa/berhalangan karena sakit dan lain-lain.

Jumlah angota sampel total ditentukan melalui Rumus Taro Yaname dan Slovin. Adapun rumus tersebut adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{\mathrm{N}}{N.d^2+1}$$

Dimana:

n= Jumlah anggota sampel

N= Jumlah populasi

d^2 = Presisi

presisi yang ditetapkan 10%, maka:

$$n = \frac{\mathrm{N}}{N.d^2+1} = \frac{351}{351.(0,1)^2+1} = \frac{351}{4,51} = 77,8 = 80$$

Jumlah anggota sampel bertingkat (berstrata) dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara proportional random sampling yaitu menggunakan rumus alokasi proportiona:

$$ni = \frac{\mathrm{Ni}}{\mathrm{N}} n$$

Dimana:
ni= Jumlah anggota sampel menurut stratum
n= Jumlah anggota sampel seluruhnya
Ni=Jumlah anggota populasi menurut stratum
N= Jumlah anggota populasi seluruhnya

Maka jumlah anggota sampel berdasarkan nilai hasil rumus diatas adalah kelas 7A berjumlah 6 siswa, 7B berjumlah 6 siswa, 7C berjumlah 7 siswa, 7D berjumlah 7 siswa, 8A berjumlah 7 siswa, 8B berjumlah 7 siswa, 8C berjumlah 7 siswa, 8D berjumlah 7 siswa, 9A berjumlah 6 siswa, 9B berjumlah 6 siswa, 9C berjumlah 7 siswa, dan 9D berjumlah 7 siswa.

Penentuan anggota sampel dilakukan secara acak dari kelas 7 hingga kelas 9 dengan cara menggunakan sample frame memilih perwakilan dari setiap kelas menggunakan undian sehingga diperoleh data sesuai jumlah sampel yang dibutuhkan dan sampel ini dilakukan secara offline

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yaitu, sejumlah pertanyaan tertulis untuk memperoleh informasi dari responden. Kemudian responden diminta ketersediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan cara mengisi lembar kuesioner penelitian. Kuesioner terbagi menjadi tiga bagian yaitu bagian pertama untuk melengkapi identitas responden yang berisikan nama,

umur, alamat, nomordan siswa kelas berapa. Yang kedua mengenai cara pengisian kuesioner dan yang ketiga mengenai pertanyaan yang berhubungan. Adapun kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. **Kuesioner Tingkat Stres**

   Peneliti menggunakan kuesioner skala stres yang dirasakan atau *perceived stress scale* (PSS) yang dikemukakan oleh Cohen (1983) merupakan instrumen psikologis yang paling banyak digunakan untuk mengukur persepsi stres, terdiri dari 10 item dan dapat mengevaluasi tingkat stres. Kuesioner ini terdiri atas 10 item pertanyaan menggunakan skala likert dengan kriteria jawaban 0=tidak pernah, 1=tidak pernah, 2=kadang-kadang, 3=sering, 4=sering. Kuesioner ini terdapat 6 item bersifat negatif yang membahas tentang ketidakberdayaan yang dirasakan responden yaitu no 1,2,3,6,9,10. Dari 6 item tersebut peniliti dapat mengukur perasaan individu akan kurangnya kontrol atas keadaan responden atau emosi atau reaksi responden sendiri. Selain item negatif terdapat juga 4 item yang bersifat positif yang membahas tentang kurangnya efeksi diri yaitu terdapat no 4,5,7,8. Dari 4 item tersebut peniliti dapat mengukur ketidakmampuan yang dirasakan individu dalam menangani masalah (Strand, 2020).

2. **Kuesioner Dukungan Sosial**

   Peneliti menggunakan kuesioner dukungan sosial teman sebaya yang dikemukakan Sarafino dan Smith (2011) yang terdiri dari 20 item penyataan dalam bentuk pilihan ganda untuk lima alternatif jawaban yang memiliki skor tersendiri menggunakan skala likert dengan kriteria jawaban 1= tidak pernah, 2= jarang, 3=sering, 4=selalu. Kuesioner ini juga terdiri dari 4 aspek yaitu dukungan emosional diwakili oleh pertanyaan no 1-3, dukungan penghargaan

diwakili oleh pertanyaan no 4-7, dukungan informasi diwakili oleh pertanyaan no 8-14, dukungan instrumental diwakili oleh pertanyaan no 15-20 (Buana & 2019, n.d.).

3. Kuesioner Kecerdasan Emosional

Peneliti menggunakan kuesioner skala *Emotional Intelegence Questionarie Goleman* yang terdiri dari 50 item penyataan dan pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda untuk lima alternatif jawaban yang memiliki skor tersendiri menggunakan skala likert dengan kriteria jawaban 1= tidak pernah, 2= jarang, 3=kadang-kadang, 4= sering, 5=selalu. Tinggi rendahnya kecerdasan emosional siswa di lihat dari nila yang didapatkan, semakin tinggi nilai yang dapatkan semakin tinggi juga kecerdasan emosional siswa tersebut dan semakin rendah nilai yang didapatkan berarti semakin rendah pula kecerdasan emosional siswa. Kuesioner ini juga terdiri dari 5 aspek menurut Goleman (2016) yaitu mengenali emosi diri diwakili oleh pertanyaan no 1-6, mengelola emosi diwakili oleh pertanyaan no 7-18, memotivasi diri sendiri diwakili oleh pertanyaan no 19-25, mengenali emosi orang lain diwakili oleh pertanyaan no 26-31, dan membina hubungan diwakili oleh pertanyaan no 32-50 (M Mariani, 2022).

E. Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, pengumpulan data yang dilakukan pada kedua variabel baik independen maupun dependen dilakukan dengan menggunakan alat ukur pengumpulan data. Pengumpulan data dilakukan melalui prosedur :

Pada penelitian ini, pertama peneliti meminta dan mengurus surat izin untuk melakukan penelitian dari STIK Stella Maris Makassar. Setelah surat izin kampus sudah dikeluarkan dan ditanda tangani, lalu penulis memberikan surat tersebut kepada SMP Nasional Makassar.

Setelah peneliti mendapatkan persetujuan,barulah peneliti melakukan penelitian yang berdasarkan etika penelitian.

1. **Sumber data**
   a. Data Primer

      Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung melalui kuesioner yang dibagikan oleh peneliti kepada responden yang setuju berpartisipasi dalam penelitian.

   b. Data Sekunder

      Data sekunder merupakan sumber data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain).

2. **Prosedur Penelitian**
   a. Tahap Persiapan

      Pada tahap ini peneliti meminta surat izin dari kampus STIK Stella Maris Makassar yang akan ditujukan ke lokasi penelitian di SMP Nasional Makassar selanjutnya, setalah pihak sekolah menyetujui surat tersebut, peneliti melaksanakan penelitian sesuai etika penelitian.

   b. Tahap Pelaksanaan

      Pada tahap pelaksanaan, peneliti mengumpulkan dan memilih responden sesuai dengan teknik pengambilan sampel yang dipilih dengan memperhatikan kriteria inklusif. Responden yang memenuhi kriteria akan dijelaskan tentang penelitian yang akan dilakukan. Setelah itu jika responden menyetujui dan bersedia untuk menjadi responden maka responden diminta untuk menandatangani lembar *informed consent***.** Selanjutnya, dibagikan kuesioner kepada responden untuk diisi.

c. Tahap Terminasi

Pada tahap ini, data yang diperoleh dari responden akan diolah dengan cara memberi kode lalu disusun secara sistematis. Kemudian data akan diolah dan dianalisis menggunakan SPSS *for windows versi 27.*

F. Etika Penelitian

Menurut Iii et al. (2019) etika penelitian dalam penelitian ini yaitu:

1. **Lembar Persetujuan (*Informed Consent)***

   Lembar persetujuan disertai dengan jadwal dan manfaat penelitian diberikan kepada responden. Dengan tidak memaksa dan menghormati hak dari responden.

2. **Tanpa Nama *(Anonymity)***

   peneliti menjaga kerahasiaan data responden serta tidak mencantumkan nama dan hanya mencantumkan inisial dari nama responden atau dengan memberi kode.

3. **Kerahasiaan *(Confidentiality)***

   Segala informasi yang didapatkan dari responden hanya digunakan untuk keperluaan penelitian dan dijaga kerahasiaannya. Semua data yang sudah didapatkan dari responden disimpan dalam flash disk dan hanya dapat diakses oleh peneliti dan pembimbing.

4. ***Benefit***

   Peneliti memaksimalkan manfaat dan meminimalkan kerugian yang timbul akibat penelitian ini.

5. ***Justice***

   Peneliti memperlakukan responden sama, tanpa diskriminasi selama proses penelitian berlangsung. Peneliti memberikan hak-hak responden yang sama berupa hak untuk mendapattkan penjelasan dan informasi, hak untuk bertanya. Segala informasi yang

didapatkan dari responden hanya digunakan untuk keperluan peneliti dan dijaga kerahasiaannya. Semua data yang sudah didapatkan dari responden disimpan dalam *flash disk* dan hanya dapat diakses oleh peneliti dan pembimbing.

G. Pengelolaan dan Penyajian Data

Menurut Widodo et al. (2023) Data primer yang dikumpulkan dalam penelitian ini diolah melalui prosedur pengolahan data secara manual dan SPSS *for windows* versi 27 dengan menggunakan prosedur sebagai berikut:

1. **Pemeriksaan Data (*Editing)***

   Editing dilakukan untuk memeriksa kembali kebenaran data yang didapatkan setelah data rerkumpulkan. *Editing* dilakukan untuk memeriksa kelengkapan data yang sudah dikumpulkan apakah semua pertanyaan yang diberikan sudah dijawab sesuai dengan prosedur, serta relenvansi kuesioner.

2. **Pemberian Kode (*Coding)***

   Coding dilakukan untuk memudahkan proses pengolahan data dengan menyederhanakan data dengan cara meberikan simbol tertentu sebagai kode untuk jawaban dan data yang didapatkan.

3. ***Procesing***

   Setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar, serta sudah melewati pengkodean, maka langkah selanjutnya adalah memproses agar data yang sudah di *entry* dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara meng *entry* data hasil kuesioner ke *software*.

4. *Cleaning*

Setelah itu dilakukan *cleaning* yaitu pengecekan kembali data yang sudah di *entry* apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut mungkin terjadi pada saat kita meng-*entry* data ke komputer.

H. Analisa Data

Analisa data dapat diartikan sebagai upaya mengolah data menjadi informasi, sehingga karakteristik atau sifat-sifat data tersebut dapat dengan mudah dipahami dan bermanfaat untuk menjawab masalah-masalah yang berkaitan dengan kejadian penelitian. Setelah dilakukan pengelolahan data maka selanjutnya dilakukan analisis secara analitik dan diinterpertasikan dengan menggunakan metode statistik yaitu dengan menggunakan program SPSS *for windows versi* 27. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Analisis Univariat

Digunakan umtuk mendeskripsikan karakteristik masing masing variabel yang diteliti, yaitu kecerdasan emosional, dkungan social (variabel independen) dan tingkat stres (variabel dependen) dari hasil yang diperoleh berdasarkan identitas responden.

2. Analisis Bivariat

Digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional(variabel independen) dengan tingkat stres (variabel dependen) dan hubungan antara dukungan sosial (variabel independen) dengan tingkat stres (variabel dependen). Uji yang digunakan adalah *uji chi square* dengan nilai kepercayaan yang

digunakan adalah 95% atau batas kemaknaan 5% (α=0,05) dengan skala ordinal. Dengan kriteria hasil uji:

a. Apabila nilai $\rho<\alpha$, artinya ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
b. Apabila nilai $\rho<\alpha$, artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
c. Apabila nilai $\rho \geq \alpha$, artinya tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
d. Apabila nilai $\rho \geq \alpha$, artinya tidak ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.

BAB V
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pengantar

Penelitian ini berlangsung dari tanggal 28 November di SMP Nasional Makassar. Pada penelitian ini sample yang digunakan oleh peneliti adalah *probability sampling* dengan pendekatan *stratified sampling*, dengan jumlah sample sebanyak 80. Pengumpulan data ini menggunakan 3 kuesioner, diantaranya kuesioner tingkat stres, kuesioner dukungan sosial teman sebaya, dan kuesioner kecerdasan emosional sebagai alat ukur, sedangkan pengolahan data dengan menggunakan program *SPPS for windows versi 27*. Data kemudian di analisis dengan menggunakan uji statistik yaitu uji *chi-squere* dengan tingkat kemaknaan 5% (α= 0,05).

Data di analisis dengan menggunakan analisis bivariat dan univariat. Analisis univariat melibatkan pengumpulan dan analisis setiap variabel dari hasil peneilitian, sedangkan analisis bivariat melibatkan analisis dua variabel secara bersamaan.

2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Nasional Makassar merupakan salah satu sekolah yang ada di Kota Makassar yang berada di wilayah Kecamatan Mariso yang terletak di Jl. DR. Ratulangi. No 84 Makassar.

Adapun visi misi dari SMP Nasional Makassar

a. Visi

Mewujudkan perguruan nasional sebagai pendidikan bertaraf nasional, profesional, dengan semangat patriotik, mencetak

SDM yang bermutu, bermoral, cerdas, terampil berakhlak mulia, dan bertakwa kepada tuhan YME.

b. Misi

Pengembangan kepribadian yang bertumpu pada nilai-nilai juang 1945, nilai agama, budaya sesuai dengan kepribadian bangsa.

3. Penyajian Karakteristik Data Umum

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5..1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-Laki	27	33,7
Perempuan	53	66,3
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, sebagian besar, yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 (66,3%) responden. Sementara itu, sebanyak 27 (33,7%) responden berjenis kelamin laki-laki.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
12 tahun	23	28,7
13 tahun	28	35
14 tahun	25	31,3
15 tahun	4	5
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.2 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, mayoritas berusia 13 tahun yaitu sebanyak 28 (35%). Selanjutnya, sebanyak 25 (31,3%) responden berusia 14 tahun, sebanyak 23 (28,7%) responden berusia 12 tahun, dan sebanyak 4 (5%) responden berusia 15 tahun.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Kelas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
VII	26	32,5
VIII	28	35
IX	26	32,5
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.3 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kelas pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, terbanyak berada di kelas VIII yaitu sebanyak 28 (35%). Selanjutnya, berada pada kelas VII dan IX yang masing-masing sebanyak 26 (32,5%) responden.

4. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Dukungan Sosial

Tabel 5.4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Dukungan Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	39	48,8
Kurang	41	51,2
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.4 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan sosial pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, terdapat sebanyak 39 (48,8%) responden yang memiliki dukungan sosial yang baik dan sebanyak 41 (51,2%) responden memiliki dukungan sosial yang kurang baik.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Kecerdasan Emosional

Tabel 5.5

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecerdasan Emosional Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Kecerdasan Emosional	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	42	52,5
Kurang	38	47,5
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.5 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, terdapat sebanyak 42 (52,5%) responden yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dan sebanyak 38 (47,5%) responden memiliki kecerdasan emosional yang kurang baik.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Tabel 5.6

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Tingkat Stes	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	17	21,3
Sedang	57	71,2
Berat	6	7,5
Total	80	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.6 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Dari total 80 responden, terdapat sebanyak 17

(21,3%) responden yang memiliki stres ringan, sebanyak 57 (71,2%) responden yang memiliki stres sedang, dan sebanyak 6 (7,5%) responden yang memiliki stres berat.

5. Analisi Bivariat

a. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres

Tabel 5.7

Analisis Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Dukungan Sosial	Tingkat Stres						Total		ρ
	Ringan		Sedang		Berat				
	f	%	f	%	f	%	N	%	
Baik	16	20	23	28,8	0	0	39	48,8	**0,005**
Kurang	1	1,2	34	42,5	6	7,5	41	51,3	
Total	16	21,2	57	71,3	6	7,5	80	100	

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.7 mendeskripsikan hasil uji statistik tentang hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Uji statistik yang digunakan yaitu *Chi-Square* yang hasilnya dibaca pada hasil uji *Kolmogorov Smirnov* dikarenakan hasil uji *Chi-Square* tabel 2 x 3 menunjukkan nilai E < 5 lebih dari 20% sehingga peneliti menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* sebagai uji alternatif. Diperoleh nilai ρ = 0,005 dengan tingkat signifikansi α = 0,05 sehingga nilai ρ (0,005) < α (0,05) yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja yang menerima dukungan sosial yang baik cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan yang dukungan sosialnya kurang. Hal ini didukung dengan data yang menunjukkan bahwa

sebanyak 16 (20%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stres ringan dan sebanyak 34 (42,5%) responden dengan dukungan sosial yang kurang memiliki stres sedang dan 6 (7,5%) responden stres berat.

Hasil lain dalam penelitian ini yaitu sebanyak 1 (1,2%) responden dengan dukungan sosial yang kurang baik memiliki stress ringan dan sebanyak 23 (28,8%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stress sedang.

b. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres

Tabel 5.8

Analisis Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres Pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Kecerdasan Emosional	Tingkat Stres						Total		ρ
	Ringan		Sedang		Berat				
	f	%	f	%	f	%	n	%	
Baik	17	21,2	25	31,3	0	0	42	52,5	**0,003**
Kurang	0	0	32	40	6	7,5	38	47,5	
Total	17	21,2	57	71,3	6	7,5	80	100	

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.8 mendeskripsikan hasil uji statistik tentang hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Uji statistik yang digunakan yaitu *Chi-Square* yang hasilnya dibaca pada hasil uji *Kolmogorov Smirnov* dikarenakan hasil uji *Chi-Square* tabel 2 x 3 menunjukkan nilai E < 5 lebih dari 20% sehingga peneliti menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* sebagai uji alternatif. Diperoleh nilai ρ = 0,003 dengan tingkat signifikansi α = 0,05 sehingga nilai ρ (0,003) < α (0,05) yang berarti ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar. Hal ini mengindikasikan bahwa

remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung mengalami stress yang ringan. Sebaliknya, remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang kurang baik cenderung mengalami stres sedang hingga berat. Hal ini didukung dengan data yang menunjukkan bahwa sebanyak 17 (21,2%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stres ringan dan sebanyak 32 (40%) responden dengan dukungan sosial yang kurang memiliki stres sedang dan 6 (7,5%) responden stres berat.

Hasil lain dalam penelitian ini yaitu sebanyak 25 (31,3%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stress sedang.

B. Pembahasan

1. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres

Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar yang ditunjukkan dengan nilai ρ=0,003 dengan tingkat signifikansi α=0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan sosial yang baik memiliki tingkat stres ringan dan sedang, penelitian ini juga menunjukkan bahwa remaja yang dengan dukungan sosial kurang memiliki tingkat stres sedang, berat dan juga ada yang memiliki tingkat stres ringan. Hal ini sesuai data yang menunjukkan sebanyak 16 (20%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stres ringan dan sebanyak 34 (42,5%) responden dengan dukungan sosial yang kurang memiliki stres sedang dan 6 (7,5%) responden stres berat.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Fitriyani & Mustikasari (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara dukungan sosial dan tingkat stres pada siswa SMP. Hal ini disebabkan dukungan sosial tindakan yang dilakukan oleh teman sebaya berupa penghargaan, kenyamanan, kepedulian, perhatian, dan bantuan yang diperlukan. Selain itu, adanya dukungan dalam pertemanan dapat meningkatkan kemampuan individu dalam meregulasi emosinya dan membina hubungan yang baik dengan orang lain.

Penelitian yang dilakukan Anastasia & Astry menunjukkan bahwa hubungan teman sebaya mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan remaja karena teman sebaya dapat memengaruhi tingkat stres pada remaja karena semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin rendah tingkat stres siswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin tinggi stres akademik siswa.

Secara teoritis, dukungan sosial teman sebaya dapat memengaruhi tinggi rendahnya tingkat stres pada remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian Faqih (2020) yang menunjukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat stres. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya dukungan dari orang-orang di sekitar, akan membantu individu dalam menemukan alternatif suatu coping dalam menghadapi stresor. Dukungan sosial secara umum yaitu suatu dorongan yang mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan yang berasal dari berbagai sumber seperti pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, atau organisasi masyarakat.

Hasil lain dari peneltian Fitriyani & Mustikasari (2023) berpendapat bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan tingkat stres yang ditandai dengan dukungan sosial rendah yang menyebabkan tingkat stres sangat parah lebih besar (8,1%) daripada

yang memiliki dukungan sosial tinggi (2,3%). Oleh karena itu, untuk mengurangi stres yang dialami siswa, dilakukan peningkatan dukungan sosial, yaitu guru dan orang tua memberikan perhatian dan kasih sayang, mendengarkan keluh kesah siswa, serta memberikan nasihat dan bantuan, baik secara materi maupun fisik.

Sebagaimana di jelaskan dalam penelitian Syehifi et al. (2024) bahwa faktor yang mempengaruhi tingkat stres bisa terjadi karena dukungan sosial teman sebaya, dimana semakin tinggi dukungan sosial dapat mengurangi berbagai akibat serta bisa mengurangi stres yang dialami setiap orang, serta berdasarkan penelitian yang di lakukan, di tinjau dari beberapa sumber dukungan sosial yang di terima serta di didik mereka mendapatkan dukungan yang berasal dari orang orang terdekat mereka seperti teman sebaya yang sedang atau tidak mengerjakan tugas , sebab memeliki dukungan sosial ini bisa membuat peserta didik merasa lebih mudah dalam menuntaskan persoalan serta tuntutan yang mereka hadapi pada saat mengerjakan tugas semakin banyak dukungan sosial yang di terima maka semakin rendah tingkat stres yang di alami.

Pada hasil penelitian ini didapatkan sebanyak 1(1,2%) responden dengan dukungan sosial kurang memiliki tingkat stres baik. Hasil ini didukung dengan penelitian Rahadiansyah et al. (2020) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya hanyalah salah satu dari beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya tingkat stres pada remaja. Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada remaja ialah kecerdasan emosional karena remaja yang bisa mengenal dan mengelolah emosi diri sendiri dengan baik dapat berdampak positif pada tingkat stres sehingga remaja dengan dukungan sosial kurang bisa memiliki tingkat stres yang ringan.

Peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial yang baik dapat menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada remaja. Dengan adanya dukungan sosial yang baik, remaja akan lebih merasa dihargai dan menjadi percaya diri, sehingga dukungan-dukungan tersebut dapat menjadi motivasi bagi remaja juga. Adanya dukungan dari orang terdekat seperti teman sebaya yang berupa memberi semangat, menunjukkan simpati, mendengarkan dengan baik, menghargai, memberikan perhatian dan juga bentuk dukungan lainnya sehingga remaja tersebut merasa lebih nyaman dan tingkat stres menjadi lebih rendah.

2. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres

Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar yang ditunjukan dengan nilai ρ = 0,001 dengan tingkat signifikansi α=0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosional baik memiliki tingkat stres baik dan sedang. Hasil ini juga menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosional kurang memiliki tingkat stres berat dan sedang. Hal ini sesuai data yang menunjukkan sebanyak 17 (21,2%) responden dengan dukungan sosial yang baik memiliki stres ringan dan sebanyak 32 (40%) responden dengan dukungan sosial yang kurang memiliki stres sedang dan 6 (7,5%) responden stres berat.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan Yuli & Nur (2022) kecerdasan emosional adalah serangkaian keterampilan yang dimiliki individu dalam mengatur suasana hati untuk dapat merasa optimis dan bahagia, melalui kemampuan memahami diri sendiri dan orang lain, berinteraksi dengan orang lain, mengatur dan mengendalikan emosi, serta beradapatasi terhadap berbagai

tuntutan dan perubahan hidup. Subyek memiliki kecerdasan emosional yang baik, mampu mengontrol diri, mampu mengelola emosi yang dimilikinya baik itu emosi positif maupun emosi negatif. Dengan tidak mengekspresikan emosi yang meledak-ledak dimuka umum dan mampu bertindak secara wajar sehingga dapat diterima oleh masyarakat di lingkungan sekitarnya.

Menurut teori kecerdasan emosional ialah kemampuan untuk mengatur emosi seseorang, termasuk kemampuan untuk mengendalikan dorongan dan keinginan seseorang, serta sikap dan perilaku seseorang. Orang dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi amat sadar diri dan juga sensitif terhadap perasaan orang lain. Kecerdasan emosional mempengaruhi kemampuan adaptasi seseorang dan kecerdasan emosional dipengaruhi oleh usia. Semakin bertambah usia, kecerdasan emosional akan semakin tinggi (Luh et al., 2022).

Kecerdasan emosional yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk berfikir secara logis dan kemampuan dalam memecahkan masalah serta kemampuan menjalin hubungan baik dengan orang lain. Kecerdasan emosional akan menjadikan remaja mampu untuk beradaptasi dengan baik pada situasi apapun yang sedang mereka hadapi sehingga remaja lebih memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi setiap tantangan atau stressor dalam kehidupannya (Yunalia & Etika, 2020).

Selain itu, penelitian Franyanti (2022) kecerdasan emosional berperan dalam mengurangi tingkat stres dan berpengaruh terhadap respons psikologisnya, yaitu siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi akan memiliki strategi koping yang baik pula Sebaliknya, siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional rendah akan sulit berkonsentrasi untuk menemukan jalan keluar dari

masalah sebab siswa belum mampu mengelola emosinya dengan baik. Akibatnya, ia cenderung menampilkan respons emosi yang negatif, seperti marah, kesal, sedih, kecewa, serta lebih mudah menyerah dengan keadaan peningkatan kemampuan siswa dalam mengelola emosinya dan memotivasi dirinya menjadi hal yang penting. Tujuannya agar ia mampu beradaptasi pada kondisinya saat ini sehingga dapat menurunkan dampak terjadinya stres..

Peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan remaja dalam mengenali emosi diri, mengelolah emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Kecerdasan emosional yang baik dapat menjadi salah satu faktor yang dapat mengurangi tingkat stres pada remaja sehingga jika remaja memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka remaja mampu mengelolah stres nya dengan baik.

BAB VI
PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 80 responden pada tanggal 28 November 2024 maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar lebih banyak pada kategori sedang.
2. Dukungan sosial teman sebaya pada remaja di SMP Nasional Makassar lebih banyak pada kategori sedang.
3. Kecerdasan emosional pada remaja di SMP Nasional Makassar lebih banyak pada kategori sedang.
4. Ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.
5. Ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar.

B. Saran

1. Bagi Remaja SMP Nasional Makassar

Diharapkan untuk siswa-siswi agar dapat meningkatkan dukungan sosial teman sebaya dengan melakukan berbagai hal positif seperti saling menghargai, saling mendukung, saling memperhatikan satu sama lain. Siswa-siswi juga diharapkan mampu meningkatkan kecerdasan emosional dengan bisa lebih mengenal emosi diri sendiri dan orang lain juga bisa mengontrol emosi diri sehingga bisa memiliki tingkat stres yang rendah.

2. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan instansi pendidikan dapat lebih mengembangkan kegiatan-kegiatan yang bersifat positif yang berfokus pada peningkatan empati, keterampilan komunikasi, dan kerja sehingga

dapat mempengaruhi dukungan sosial dan kecerdasan emosional remaja. Kegiatan yang dapat dilakukan misalnya mengadakan program mentoring sebaya atau *peer mentoring program*, kelompok diskusi atau *sharing circle,* dan pelatihan kecerdasan emosional atau *emotional intelligence training.*

3. **Bagi Institusi**

   Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian dan memberikan kontribusi secara teoritis, khususnya berkaitan dengan hubungan dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan tingkat stres pada remaja.

4. **Bagi Peneliti**

   Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti terkait hubungan dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan tingkat stres agar meningkatkan kualitas penelitian terutama dengan menggunakan metode dan instrumen baru agar dapat lebih sempurna dan melakukan pengumpulan data secara langsung kepada responden.

DAFTAR PUSTAKA

Anas[1], D. R., Daud, M., & Ansar, W. (2024). *Pengaruh Pola Asuh Demokratis Terhadap Kematangan Emosional Remaja Akhir*. *2*(1), 2024. https://doi.org/10.5281/zenodo.10629573

Buana, D. I. W. Y.-J., & 2018, U. (n.d.). Maksimal. *Ojs.Uajy.Ac.Id*, 1–12. http://ojs.uajy.ac.id/index.php/jbi/article/view/1655

Dafiq, N., Sarina, M. D., Suriati, E. S., & Dewi, Y. (2023). Literature Review: Faktor Pemicu Stres Pada Remaja. *Jwk*, *8*(2), 2548–4702. https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/167

Dewi, S. R., & Yusri, F. (2023). Kecerdasan Emosi Pada Remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, *2*(1), 65–71. https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.109

Eka Wahyu Hidayati. (2020). (n.d.). *16*, 76–94. Korelasi kecerdasan emosional dengan perilaku moral remaja SMP di desa Samirplapan gresik https://jurnal.insida.ac.id/index.php/attaqwa/article/view/36

Elisa Dwi Rahmawati. (2021). *Pengaruh pergaulan teman sebaya dan konsep diri terhadap kecerdasan emosional siswa kelas v sd negeri se-kecamatan tegalrejo yogyakarta*. https://journal.student.uny.ac.id/index.php/index/search/authors/view?firstName=Elisa&middleName=Dwi&lastName=Rahmawati&affiliation=&country=

Fitriyani, F. N., & Mustikasari, M. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Stres Siswa Smp Di Jakarta Timur. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, *8*(2), 73. https://doi.org/10.32419/jppni.v8i2.471

Franyanti, A. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengalami Quarterlife. *Skripsi Universitas Medan Area*, 1–117. https://repositori.uma.ac.id/jspui/bitstream/123456789/17132/1/17860020

4 - Alvira Franyanti- Fulltext.pdf

Ii, B. A. B. (2020). *Stres ringan sedang dan berat*. *2008*. https://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/2385/3/3.pdf

Ii, B. A. B., Sosial, A. D., & Sosial, D. D. (2020). *DUKUNGAN SOSIAL REMAJA*. 11–43. http://etheses.uin-malang.ac.id/1226/6/11410073_Bab_2.pdf

Iii, B. A. B., Definisi, T., & Variabel, O. (2019). *METODE PENELITIAN ETIKA PENELITIAN*. http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2319/5/BAB III-converted.pdf

Luh, N., Taman, G., Cahyawati, P. N., & Kurniawan, I. G. Y. (2022). *Hubungan Kecerdasan Emosional terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa di Masa Pandemi COVID - 19 delapan Fakultas Hukum Universitas Kesehatan Universitas Warmadewa selama Kesehatan Universitas Warmadewa dengan*. *2*(3), 174–180. https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/amj/article/download/5445/3944/30812

M Mariani. (2022). Bab III - Metode Penelitian Metode Penelitian. *Metode Penelitian*, 32–41. http://repository.upi.edu/63778/4/s_ppb_023871_chapter3.pdf

Muthmainah, M. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, *6*(1), 78–88. https://doi.org/10.21831/diklus.v6i1.48875

Pananto, H., & Paryonti, R. A. (2023). Gambaran Dukungan Sosial pada Mahasiswa Psikologi UMSIDA yang Mengerjakan Skripsi. *Web of Scientist International Scientific Research Journal*, *3*(2), 1–9. https://doi.org/10.47134/webofscientist.v3i2.19

Rahadiansyah, M. R., Chusairi, A., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres*

Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *1*(2), 1290–1297. https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29077

Rezeki, U. S., Cornelia, T. S., & Manik, T. F. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Hasil Belajar PKN Siswa Kelas V SD Negeri 065013 Kota Medan Tahun Ajaran 2023/2024. *Curere*, *8*(1), 88–95. http://www.portaluniversitasquality.ac.id:5388/ojssystem/index.php/CURERE/article/view/1322/828

Rismandanni, W. P., & Sugiasih, I. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Remaja yang Berpisah Dari Orang Tua Relationship Between Peer Social Support with Resilience Adolescent Separated from Parents*. *018*, 1169–1176. http://repository.unissula.ac.id/15902/2/Abstrak.pdf

Sambo, M., Riskyanti, N. W., & Bamba, N. S. (2021). Social Distancing Dan Tingkat Stres Pada Remaja Usia Sekolah Di Smp Frater Mamasa. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, *4*(1), 41–45. https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i1.63

Samsugito, I., & Putri, A. N. (2019). Gambaran Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Terapi Seft pada Remaja di SMAN 14 Samarinda. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan, JKPBK. 2019; 2(2)*, *2*(2), 70–78. https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK/article/view/3506

Strand, C. (2020). *Jovas Gemuruh_Page_1*. *2*(June), 56–59. https://jurnal.akpergshwng.ac.id/index.php/kep/article/view/32/31

Sudarto, Mahendra, Y. I., & Jafar, M. I. (2023). Gambaran Kecerdasan Emosional Siswa Kelas V Sdn 144 Padaelo Kecamatan Penrang Kabupaten Wajo. *Journal of Educational and Language Research*, *2*(10), 1211–1218. https://bajangjournal.com/index.php/JOEL/article/view/5689

Syehifi, A., Nasriyanto, E. N., & Cici, J. (2024). *Hubungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stress Pada Remaja*. *2*, 318–322. https://doi.org/https://doi.org/10.59435/gjik.v2i2.863

Viera Valencia, L. F., & Garcia Giraldo, D. (2019). Dukungan Sosial. *Jurnal Pemikiran Keislaman*, *2*, 23–47. https://repo.iai-tribakti.ac.id/1036/5/BAB II.pdf

Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). *Metodologi Penelitian*. https://repository.binawan.ac.id/3303/1/Buku Ajar Metode Pe nelitian Full_compressed Highlighted.pdf

Yuli, R., & Nur, E. (2022). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja*. https://repositori.uma.ac.id/bitstream/123456789/17132/1/178600204%20-%20Alvira%20Franyanti-%20Fulltext.pdf

Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisa kecerdasan emosional remaja tahap akhir berdasarkan jenis kelamin. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *8*(4), 477–484. https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/23449/11043

Yunalia, E. M., Jayani, I., Suharto, I. P. S., & Susilowati, S. (2021). Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan Kdengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *9*(4), 869–878. https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8559

Zukhra, R. M., Keperawatan, F., & Riau, U. (2021). *DENGAN STRES AKADEMIK PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19*. *75*, 287–296. https://jurnal.payungnegeri.ac.id/index.php/healthcare/article/view/140

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL

DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMP NASIONAL MAKASSAR

No	Kegiatan	April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September				Oktober				November				Desember				Januari			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pengajuan Judul																																								
2.	ACC Judul																																								
3.	Menyusun proposal																																								
4.	Ujian Proposal																																								
5.	Perbaikan Proposal																																								
6.	Pelaksanaan Penelitian																																								
7.	Pengolahan dan Analisis Data																																								
8.	Penyusunan Laporan Hasil Penelitian																																								
9.	Uji Turnitin																																								
10.	Ujian Hasil																																								
11.	Perbaikan Skripsi																																								
12.	Pengumpulan																																								

Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN DATA AWAL

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
STELLA MARIS
TERAKREDITASI "B" BAN-PT dan LAM-PTKes
Responsiveness, Integrity, Caring, and Hospitality
Jl. Maipa No. 19 Makassar | Telp. (0411)-8005319 | Email: stiksm_mks@yahoo.co.id | www.stikstellamarismks.ac.id

Nomor : 580/STIK-SM/KEP/S-1.264/VII/2024
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan Data Awal

Kepada,
Yth. Kepala Sekolah
SMP Nasional Makassar
Di
Tempat

Dengan hormat,
Dalam rangka penyusunan tugas akhir Proposal-Skripsi Mahasiswa(i) STIK Stella Maris Makassar Tahun Akademik 2023/2024, melalui surat ini kami sampaikan permohonan kepada Bapak/Ibu, untuk kiranya dapat menerima Mahasiswa(i) berikut ini, untuk melaksanakan Pengambilan Data Awal:

No.	NIM - Nama Mahasiswa	Dosen Pembimbing
1	C2114201054 - Claudia Jamlaay	Mery Solon,Ns.,M.Kes.
2	C2114201055 - Claudia Limbong Mangala	Euis Dedeh Komariah, Ns.,MSN

Program Studi : S-1 Ilmu Keperawatan
Tingkat semester : III / 6
Tempat Pelaksanaan : SMP Nasional Makassar
Judul : Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada remaja di SMP Nasional Makassar

Maka sehubungan dengan kegiatan tersebut, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan rekomendasi izin kepada mahasiswa/i kami.

Demikian permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami sampaikan terima kasih.

Makassar, 22 Juli 2024
Ketua STIK Stella Maris Makassar,

Sipriarius Abdi, S.Si.,Ns.,M.Kes
NIDN. 0928027101

Lampiran 3

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Kami yang bertanda tangan dibawah ini:

1. Claudia Jamlaay (C21144201054)
2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

Adalah Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIK Stella Maris Makassar, dengan ini menyatakan permohonan kepada siswa/siswi SMP Nasional Makassar untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan kami lakukan dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor kecerdasan emosional dan dukungan sosial dalam menangani stres pada remaja. Seluruh data yang kami peroleh dari siswa/siswi akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Jika saudara/saudari menyetujui berpartisipasi dalam penelitian ini, kami mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan dan mengisi kuesioner yang kami sediakan saat ini. Demikian surat permohonan ini peneliti ajukan. Terima kasih atas kesediaan serta kerjasama saudara/saudari.

Makassar, Agustus 2024

Peneliti

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

1. Saya telah mengerti tentang apa yang tercantum dalam lembar penjelasan dan telah di jelaskan oleh peneliti
2. Dengan ini saya menyatakan bahwa secara sukarela bersedia untuk ikut serta menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar".

Makassar, Agustus 2024

(Responden)

Peneliti 1	Peneliti 2
Claudia Jamlaay	Claudia Limbong Mangala

Lampiran 5

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama (inisial) : _____

Umur : _____

Jenis kelamin : _____

Kelas : _____

Alamat : _____

B. Kuesioner Tingkat Stres

Petunjuk pengisian : Berilah tanda centang **(√)** pada jawaban yang telah tersedia dengan kondisi anda selama sebulan terakhir.

Keterangan :

1 = Tidak Pernah
2 = Kadang-Kadang
3 = Sering
4 = Selalu

No.	Pernyataan	TP	KK	S	SL
1.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga				
2.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda				
3.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan				
4.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi				
5.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda				

6.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan				
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda				
8.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain				
9.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan				
10.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya				

C. Kuesioner Kecerdasan Emosional

Petunjuk Pengisian :

1. Jawablah seluruh butih soal secara spontan dan jujur sesuai dengan pengalaman yang anda miliki.
2. Berilah tanda centang **(√)** pada jawaban yang telah tersedia dengan kondisi anda.
3. Keterangan pilihan kecerdasan emosional siswa antara lain: TP=Tidak pernah; KK=Kadang-Kadang; S=Sering; SS=Sering Sekali.

Tabel 02. Kuesioner Kecerdasan Emosional Siswa

No	Pernyataan	Jawaban			
		TP	KK	S	SL
Mengenali Emosi					
1.	Saya mengetahui dan merasa cemas ketika ada ulangan dan saya belum belajar				
2.	Saya mengetahui dan merasa sedih ketik ulangan mendapat nilai jelek				
3.	Saya tidak merasa sedih ketika ulangan mendapat nilai jelek				
4.	Saya tidak merasa cemas ketika ada ulangan dan saya belum belajar				
5.	Saya memahami permasalahan yang membuat saya marah				
6.	Saya tidak memahami ketika saya marah				
Mengelola Emosi					
7.	Saya senang mengerjakan tugas yang diberikan guru saat suasana hati tenang				
8.	Saya tidak sadar bahwa perasaan malu untuk bertanya dapat menggangu proses pembelajaran				
9.	Saya selalu bercerita ke teman ketika merasa kesulitan dalam belajar				
10.	Saya tidak peduli ketika merasa frustasi dalam belajar				
11.	Saya marah ketika diganggu saat belajar				
12.	Saya tidak merasa jengkel ketika teman mencontek				
13.	Saya tidak marah ketika diganggu saat belajar				
14.	Saya sedih ketika tidak menyelesaikan tugas yang diberikan guru				
15.	Saya selalu belajar lebih baik dari kegagalan				
16.	Saya tidak berhasil dalam belajar				

17.	Saya akan menenangkan pikiran ketika gugup dalam mengejarkan soal ulangan				
18.	Saya cemas ketika guru memberikan ulangan secara mendadak				
Memotivasi Diri					
19.	Saya membaca kembali pembelajaran yang diberikan guru ketika merasa sendiri				
20.	Saya akan memikirkan kekurangan saya dalam bergaul				
21.	Saya akan belajar lebih giat ketika gagal				
22.	Saya marah ketika gagal dalam belajar				
23.	Saya tidak cepat putus asa ketika merasa kesulitan				
24.	Saya sangat cepat putus asa ketika merasa gagal dalam belajar				
25.	Saya tidak suka menunda-nunda tugas yang diberikan guru				
Mengenali Emosi					
26.	Saya suka menunda-nunda tugas yang diberikan guru				
27.	Saya akan mendengarkan pendapat teman saat diskusi				
28.	Saya akan langsung mengemukakan jawaban sebelu mendengarkan pendapat teman saat diskusi				
29.	Saya akan langsung membantu teman yang kesulitan dalam memahami pembelajaran				
30.	Saya tidak akan membantu teman yang sedang kesulitan dalam memahami pembelajaran				
31.	Saya akan memperhatikan teman yang sedang melakukan presentasi				
32.	Saya akan menyela teman ketika kurang suka dengan pendapat yang diajukan dalam diskusi				
33.	Saya memberikan pujian ketika teman berhasil dalam memahami pembelajaran yang diberikan guru				
34.	Saya tidak peduli ketika teman berhasil dalam belajar				
Membina Hubungan					
35.	Saya akan saling meminta maaf dan mensolusi dari permasalahan yang timbul dengan teman				
36.	Saya tidak akan meminta maaf ketika memiliki permasalahan dengan teman				
37.	Saya akan mendiskusikan dengan teman ketika tugas yang diberikan guru terlalu sulit untuk dikerjakan sendiri				
38.	Sayang bekerja sendiri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru tanpa bertanya ke teman				

39.	Saya senang bersosialisasi dengan teman sekelas maupun lingkungan luar				
40.	Saya lebih suka menyendiri daripada berkelompok baik saat belajar maupun bersosialisasi				
41.	Saya lebih suka memberikan solusi terhadap teman yang meminta saran				
42.	Saya tidak akan menganggu teman ketika sedang serius belajar				
43.	Saya tidak peduli dengan kesulitan teman				
44.	Saya senang mengganggu konsentrasi teman yang sedang serius dalam belajar				
45.	Saya lebih suka menyelesaikan tugas secara berkelompok daripada sendiri				
46.	Saya lebih suka menyelesaikan tugas secara mandiri daripada berkelompok				
47.	Saya senang berbagi ketika teman meminta pertolongan dalam pembelajaran				
48.	Saya tidak senang untuk bekerjasama dengan sesama				
49.	Saya percaya dan menghormati keputusan yang diambil saat diskusi berlangsung				
50.	Saya tidak memikirkan tindakan yang akan dilakukan				

D. Kuesioner Dukungan Sosial

Petunjuk pengisian :

Berikan tanda check list (√) pada setiap kolom jawaban yang yang tersedia dibawah ini sesuai dengan kondisi dan situasi yang anda alami.

Keterangan :

Tidak Pernah terakhir : Bila tidak menerima dukungan dalam 1 bulan

Jarang terakhir : Bila menerima dukungan 1-3 kali dalam 1 bulan

Sering terakhir : Bila menerima dukungan 4-6 kali dalam 1 bulan

Selalu terakhir : Bila menerima dukungan > 6 kali dalam 1 bulan

No	Pernyataan	TP	J	S	SL
Dukungan Emosional					
1.	Teman-teman memperlakukan saya dengan baik				
2.	Teman-teman saya memberikan perhatian kepada saya				
3.	Teman-teman mengerti perasaan saya				
Dukungan Penghargaan					
4.	Teman-teman menceritakan bahwa mereka menyukai apa yang saya lakukan				
5.	Teman-teman stidak menghargai pekerjaan saya, walaupun saya telah melakukannya dengan baik				
6.	Teman-teman memberikan pujian kepada saya ketika saya telah bekerja keras				
7.	Teman-teman saya menyukai ide dan pendapat saya				
Dukungan Informasi					
8.	Teman-teman saya memberikan ide kepaada saya ketika saya tidak tahu bagaimana mengerjakan tugas				

9.	Teman-teman memberikan infromasi kepada saya sehingga saya dapat belajar berpikit baru				
10.	Teman-teman senantiasa memberikan saran kepada saya dalam menyelesaikan tugas belajar				
11.	Teman-teman menjelaskan hal yang saya tidak mengerti tentang pelajaran dikelas				
12.	Teman-teman tidak mau berbagi pengetahuan dengan saya				
13.	Teman-teman memberitahu dengan baik kepada saya ketika saya melakukan kesalahan				
14.	Teman-teman memberitahu saya kebenaran tentang bagaimana saya seharusnya melakukan hal-hal baik				
Dukungan Instrumental					
15.	Teman-teman senang menghabiskan waktu melakukan hal-hal yang baik dengan saya				
16.	Teman-teman meminta saya untuk bergabung dalam kegiatan yang mereka selenggarakan				
17.	Teman-teman memberikan waktu untuk membantu saya memecahkan masalah				
18.	Teman-teman menolong saya ketika saya kesepian				
19.	Teman-teman membantu saya ketika saya membutuhkan mereka				
20.	Teman-teman memberikan dukungan kepada saya ketika diperlakukan dengan buruk				

Lampiran 6

MASTER TABEL

NO	NAMA	JK	KODE	UMUR	KODE	KELAS	KODE	TINGKAT STRES										TOTAL	KATEGORI	KODE	DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA																						TOTAL	KATEGORI	KODE
								P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10				P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20			
1	An.V	P	2	13	2	7	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	13	SR	1	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	61	BAIK	1
2	An.S	P	2	14	3	9	3	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	24	SS	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	3	3	2	4	2	3	1	1	36	KURANG	2
3	An.H	L	1	14	3	8	2	2	2	4	3	2	2	3	3	4	2	27	SB	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	38	KURANG	2
4	An.A	P	2	14	3	9	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	25	SS	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3	43	KURANG	2
5	An.S	P	2	14	3	9	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	22	SS	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	55	BAIK	1
6	An.B	L	1	15	4	9	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3		21	SS	1	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	48	KURANG	2
7	An.N	P	2	14	3	9	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	24	SS	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1	28	KURANG	2
8	An.P	P	2	13	2	7	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	14	SR	1	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	56	BAIK	1
9	An.S	P	2	12	1	7	1	1	2	1	3	3	2	3	3	2	3	23	SS	2	4	4	3	3	1	2	2	3	2	3	2	1	3	3	4	1	3	4	3	3	54	BAIK	1
10	An.M	L	1	15	4	9	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	23	SS	2	3	1	1	4	1	4	4	3	2	3	3	1	3	3	2	2	1	1	2	2	46	KURANG	2
11	An.I	P	2	15	4	9	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	4	25	SS	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	3	3	4	3	4	4	4	4	72	BAIK	1
12	An.A	P	2	14	3	8	2	4	4	2	2	1	4	1	3	3	3	27	SB	3	2	1	1	1	4	2	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	2	2	2	2	35	KURANG	2
13	An.A	P	2	13	2	7	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	13	SR	1	4	4	2	3	2	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	61	BAIK	1
14	An.A	P	2	12	1	7	1	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	22	SS	2	4	2	3	4	1	2	2	3	3	1	1	1	3	3	2	2	4	2	1	4	48	KURANG	2
15	An.N	P	2	14	3	9	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	25	SS	2	3	2	4	4	4	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	55	BAIK	1
16	An.M	P	2	14	3	9	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	23	SS	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	3	3	4	3	3	4	2	1	43	KURANG	2
17	An.N	P	2	15	4	9	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	26	SB	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	46	KURANG	2
18	An.R	P	2	13	2	8	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	13	SR	1	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	61	BAIK	1
19	An.C	P	2	14	3	9	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	24	SS	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	1	1	3	3	48	KURANG	2
20	An.V	P	2	12	1	7	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	14	SR	1	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2	4	2	3	59	BAIK	1
21	An.K	L	1	14	3	8	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	24	SS	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	2	2	50	KURANG	2
22	An.I	L	1	13	2	8	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	14	SR	1	3	2	3	3	4	2	1	2	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	60	BAIK	1
23	An.A	P	2	13	2	8	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	23	SS	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	1	4	4	4	3	59	BAIK	1
24	An.E	P	2	13	2	7	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	14	SR	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	3	59	BAIK	1
25	An.F	L	1	12	1	7	1	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	22	SS	2	4	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	4	4	1	4	3	3	3	4	60	BAIK	1
26	An.A	L	1	13	2	8	2	2	3	2	2	3	1	1	3	4	3	24	SS	2	2	2	1	1	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	41	KURANG	2
27	An.P	P	2	12	1	7	1	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	27	SB	3	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	43	KURANG	2
28	An.J	L	1	14	3	8	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	22	SS	2	2	2	1	1	2	2	2	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	4	45	KURANG	2
29	An.T	P	2	12	1	7	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	14	SR	1	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	4	4	4	63	BAIK	1
30	An.H	L	1	12	1	7	1	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	22	SS	2	4	4	3	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	3	4	4	4	63	BAIK	1
31	An.H	P	2	12	1	7	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	14	SR	1	2	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	57	BAIK	1
32	An.H	L	1	12	1	7	1	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	SS	2	1	1	3	2	1	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	4	2	1	47	KURANG	2
33	An.H	L	1	12	1	7	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	13	SR	1	4	4	3	3	1	3	3	3	3	4	4	1	3	3	3	3	4	4	4	4	64	BAIK	1
34	An.J	P	2	12	1	7	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	14	SR	1	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	63	BAIK	1
35	An.R	L	1	12	1	8	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	1	22	SS	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	4	55	BAIK	1
36	An.D	P	2	14	3	9	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	1	21	SS	2	4	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	4	4	59	BAIK	1
37	An.S	P	2	12	1	7	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	24	SS	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	49	KURANG	2
38	An.G	P	2	13	2	9	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	23	SS	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	52	BAIK	1
39	An.L	P	2	12	1	7	1	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	26	SS	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	49	KURANG	2
40	An.A	P	2	12	1	7	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	24	SS	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	50	KURANG	2

| | | |

| KECERDASAN EMOSIONAL | | |

| | | |

Lampiran 7

OUTPUT SPSS

A. Penyajian Karakteristik Data Umum

Statistics

		Jenis Kelamin	Usia	Kelas
N	Valid	80	80	80
	Missing	0	0	0
Mean		1.66	2.13	2.00
Median		2.00	2.00	2.00
Sum		133	170	160

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	27	33.7	33.7	33.7
	Perempuan	53	66.3	66.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12 tahun	23	28.7	28.7	28.7
	13 tahun	28	35.0	35.0	63.8
	14 tahun	25	31.3	31.3	95.0
	15 tahun	4	5.0	5.0	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	VII	26	32.5	32.5	32.5
	VIII	28	35.0	35.0	67.5
	IX	26	32.5	32.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

B. Analisis Univariat

1. Dukungan Sosial

Statistics

Dukungan Sosial

N	Valid	80
	Missing	0
Mean		1.51
Median		2.00
Sum		121

Dukungan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	39	48.8	48.8	48.8
	Kurang	41	51.3	51.3	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

2. Kecerdasan Emosional

Statistics

Kecerdasan Emosional

N	Valid	80
	Missing	0
Mean		1.48
Median		1.00
Sum		118

Kecerdasan Emosional

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	42	52.5	52.5	52.5
	Kurang	38	47.5	47.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

3. Tingkat Stress

Statistics

Tingkat Stress

N	Valid	80
	Missing	0
Mean		1.86
Median		2.00
Sum		149

Tingkat Stress

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	17	21.3	21.3	21.3
	Sedang	57	71.3	71.3	92.5
	Berat	6	7.5	7.5	100.0
	Total	80	100.0	100.0	

C. Analisis Bivariat

1. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Dukungan Sosial * Tingkat Stress	80	100.0%	0	0.0%	80	100.0%

Dukungan Sosial * Tingkat Stress Crosstabulation

			Tingkat Stress			
			Ringan	Sedang	Berat	Total
Dukungan Sosial	Baik	Count	16	23	0	39
		Expected Count	8.3	27.8	2.9	39.0
		% of Total	20.0%	28.8%	0.0%	48.8%
	Kurang	Count	1	34	6	41
		Expected Count	8.7	29.2	3.1	41.0
		% of Total	1.3%	42.5%	7.5%	51.3%
Total		Count	17	57	6	80
		Expected Count	17.0	57.0	6.0	80.0
		% of Total	21.3%	71.3%	7.5%	100.0%

Chi-Square Tests

			Asymptotic Significance (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
					95% Confidence Interval			95% Confidence Interval	
	Value	df		Significance	Lower Bound	Upper Bound	Significance	Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	21.321[a]	2	.000	.000[b]	.000	.000			
Likelihood Ratio	26.365	2	.000	.000[b]	.000	.000			
Fisher's Exact Test	22.743			.000[b]	.000	.000			

Linear-by-Linear Association	20.814[c]	1	.000	.000[b]	.000	.000	.000[b]	.000	.000
N of Valid Cases	80								

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.93.

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 1993510611.

c. The standardized statistic is 4.562.

Test Statistics[a]

			Tingkat Stress
Most Extreme Differences	Absolute		.386
	Positive		.000
	Negative		-.386
Kolmogorov-Smirnov Z			1.725
Asymp. Sig. (2-tailed)			.005
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.		.000[b]
	95% Confidence Interval	Lower Bound	.000
		Upper Bound	.000

a. Grouping Variable: Dukungan Sosial

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 79654295.

2. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kecerdasan Emosional * Tingkat Stress	80	100.0%	0	0.0%	80	100.0%

Kecerdasan Emosional * Tingkat Stress Crosstabulation

			Tingkat Stress			
			Ringan	Sedang	Berat	Total
Kecerdasan Emosional	Baik	Count	17	25	0	42
		Expected Count	8.9	29.9	3.2	42.0
		% of Total	21.3%	31.3%	0.0%	52.5%
	Kurang	Count	0	32	6	38
		Expected Count	8.1	27.1	2.9	38.0
		% of Total	0.0%	40.0%	7.5%	47.5%
Total		Count	17	57	6	80
		Expected Count	17.0	57.0	6.0	80.0
		% of Total	21.3%	71.3%	7.5%	100.0%

Chi-Square Tests

			Asymptotic Significance (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)			Monte Carlo Sig. (1-sided)		
					95% Confidence Interval			95% Confidence Interval	
	Value	df		Significance	Lower Bound	Upper Bound	Significance	Lower Bound	Upper Bound
Pearson Chi-Square	23.719[a]	2	.000	.000[b]	.000	.000			
Likelihood Ratio	32.547	2	.000	.000[b]	.000	.000			
Fisher's Exact Test	27.013			.000[b]	.000	.000			
Linear-by-Linear Association	23.220[c]	1	.000	.000[b]	.000	.000	.000[b]	.000	.000
N of Valid Cases	80								

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.85.

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 1310155034.

c. The standardized statistic is 4.819.

Test Statistics[a]

			Tingkat Stress
Most Extreme Differences	Absolute		.405
	Positive		.405
	Negative		.000
Kolmogorov-Smirnov Z			1.808
Asymp. Sig. (2-tailed)			.003
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.		.000[b]
	95% Confidence Interval	Lower Bound	.000
		Upper Bound	.000

a. Grouping Variable: Kecerdasan Emosional

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 113410539.

Lampiran 8

LEMBARAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Claudia Jamlaay

Claudia Limbong Mangala

Program : Sarjana Keperawatan

Nama Pembimbing : Mery Solon, Ns., M.Kes

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

No	Hari / Tanggal	Materi Konsul dan Revisi	Paraf		
			Pembimbing	Peneliti	
				I	II
1	Selasa, 19 Maret 2024	Pengajuan judul : Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja			
2	Rabu, 03 April 2024	Pengajuan fenomena yang terjadi di tempat penelitian			
3	Senin, 22 April 2024	ACC Judul : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar Lanjut BAB I			
4	Rabu, 16 Mei 2024	Konsul BAB I - Latar belakang.(tambahkan materi)			

		- Rumusan masalah (ubah rumusan masalah) - Tujuan penelitian (tambah tujuan khusus)			
5	Kamis, 23 Mei 2024	Revisi BAB I - Latar belakang (tambah penelitian sebelumnya dan ambil data awal) - Fenomena (tambahkan fenomena yang di temukan di lapangan)			
6	Senin, 03 Juni 2024	Revisi BAB I - Latar Belakang (tambahkan elaborasi jurnal)			
7	Senin, 10 Juni 2024	Revisi BAB 1 & lanjut BAB II - Latar Belakang (tambahkan elaborasi jurnal masing-masing 2 variabel)			
8	Selasa, 18 Juni 2024	Revisi BAB I & BAB II - Tambahkan referensi dari masing paragraf - Tambahkan defenisi serta prevelensi,, penelitian terbaru			
9	Rabu, 03 Juli 2024	Revisi BAB I & BAB II - Tambahkan referensi jurnal			

		- Tambahkan alat ukur dari masing-masing variabel			
10	Jumat, 12 Juli 2024	Revisi BAB II - Ganti alat ukur tingkat stres Lanjut BAB III & BAB IV			
11	Rabu, 17 April 2024	Konsul BAB III & BAB IV - Jenis penelitian - Lokasi penelitian: alasan pemilihan - Populasi dan sampel (perbaikan kalimat)			
12	Kamis, 25 Juli 2024	Revisi BAB III & BAB IV - Tambahkan referensi alat ukur - Tambahkan fenomena lebih rinci			
13	Rabu, 31 Juli 2024	ACC BAB I-IV			
14.	Senin, 20 Januari 2025	Konsul Bab V – Bab VI			
15.	Selasa, 24 Januari 2025	- Konsul hasil uji Tambahkan pembahasan			
16.	Kamis, 30 Januari 2025	- Konsul Pembahasan - ACC BAB I – BAB VI			

LEMBARAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Claudia Jamlaay (C2114201054)

Claudia Limbong Mangala (C2114201054)

Program : Sarjana Keperawatan

Nama Pembimbing : Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

No	Hari / Tanggal	Materi Konsul dan Revisi	Paraf		
			Pembimbing	Peneliti	
				I	II
1	Senin, 22 April 2024	Pengajuan judul			
2	Kamis, 18 Juli 2024	Konsul BAB I – BAB IV - Perbaikan pengetikan BAB I – BAB IV - Tambahkan referensi setiap paragraph			
3	Rabu, 31 Juli 2024	Konsul BAB I – BAB IV - Perbaikan pengetikan			
4	Kamis, 01 Agustus 2024	ACC BAB I – BAB IV			
5	Kamis, 16 Januari 2025	Konsul BAB V-BAB VI			

6	Jumat, 24 Januari 2025	Perbaikan pengetikan			
7	Kamis, 30 Januari 2025	ACC BAB I-BAB VI			

Lampiran 9

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
STELLA MARIS
TERAKREDITASI "B" BAN-PT dan LAM-PTKes
UNIT PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (UPPM)
Jl.Maipa No.19, Makassar Telp.(0411)-8005319, Website : www.stikstellamarismks.ac.id Email: lppmstiksm@gmail.com

SURAT KETERANGAN
No: 041STIK-SM/PPMW/I/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Andi Marwansyah
Jabatan : Pustawakan

dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : 1. Claudia Jamlaay (C2114201054)
2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)
Prodi : Sarjana Keperawatan
Jenis Artikel : Skripsi
Judul : HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMP NASIONAL MAKASSAR

Berdasarkan hasil pengujian menggunakan program Turnitin, maka dapat dinyatakan bahwa artikel ilmiah tersebut di atas telah memenuhi standar yang telah di tetapkan oleh Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar dengan nilai **similarity indeks 30%.**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Makassar, 30 Januari 2025

Pustakawan

PERPUSTAKAAN PATER MATHIAS WOLF STIK STELLA MARIS MAKASSAR

Andi Maryansiah

Lampiran 10

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jln.Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,
E-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https/fkm.unhas.ac.id/

REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK
Nomor : **097/UN4.14.1/TP.01.02/2025**

Tanggal: 17 Januari 2025

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No. Protokol	9125091006	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	**Claudia Jamlaay** **Claudia Limbong Mangala**	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	**Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Nasional Makassar**		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	09 Januari 2025
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	09 Januari 2025
Tempat Penelitian	**SMP Nasional Makassar**		
Judul Review	[X] Exempted [ ] Expedited [ ] Fullboard	Masa Berlaku **17 Januari 2025 Sampai 17 Januari 2026**	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	Tanggal 17 Januari 2025
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan	Tanggal 17 Januari 2025

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Lapor SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporakn penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

Lampiran 11

YAYASAN WAKAF MERDEKA
PERGURUAN NASIONAL MAKASSAR
SMP NASIONAL
NSPN : 403 124 78 NSS : 20 3 19 60 05 023 NIS : 200230
Alamat : Jalan Ratulangi No. 84 Telp. (0411) 871 427 Makassar

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 122/PY-PNM/SMP.NAS/Xi/2022

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Nasional Makassar menerangkan bahwa :

NO	N A M A	PEKERJAAN	NIM
1.	CLAUDIA JAMLAAY	Mahasiswa STIK Stella Maris	C2114201054
2.	CLAUDIA LIMBONG MANGALA	Mahasiswa STIK Stella Maris	C2114201055

Benar nama tersebut di atas adalah **Mahasiswa STIK Stella Maris** telah selesai mengadakan Penelitian di SMP Nasional Makassar dengan judul : **"HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA"**

Dilaksanakan pada :

:

Hari/Tanggal : **Kamis, 28 November 2024**
Pukul : 09.00 - 09.45 WITA
Tempat : SMP Nasional Makassar
Jalan Dr. Ratulangi No. 84 Makassar

Kegiatan Penelitian melibatkan siswa kelas VII, VIII dan IX berjalan dengan tertib. lancar, dan aman sesuai rencana.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 28 November 2024
Kepala Sekolah

SMP NASIONAL SEKOLAH MENENGAH PERTAMA MAKASSAR

Dra. Hj. SALMIAH
NIP. 19661231 200604 2 108

Tembusan Yth :
1. Ketua Yayasan Perguruan Nasional sebagai laporan
2. Pertinggal.

DOKUMENTASI









PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini nama :

1. Claudia Jamlaay (C2114201054)
2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 31 Januari 2025

Yang menyatakan,

Claudia Jamlaay

Claudia Limbong Mangala

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Claudia Jamlaay (C2114201054)

Claudia Limbong Mangala (C2114201055)

Menyatakan bahwa menyetujui dan memberikan wewenang sepenuhnya kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, megalih informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Dengan demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada unsur paksaan dari pihak lain.

Makassar, 31 Januari 2025

Yang Menyatakan

Claudia Jamlaay

C2114201054

Claudia Limbong Mangala

C2114201055

LEMBARAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Claudia Jamlaay (C2114201054)

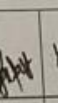
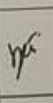
Claudia Limbong Mangala (C2114201054)

Program : Sarjana Keperawatan

Nama Pembimbing : Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

No	Hari / Tanggal	Materi Konsul dan Revisi	Paraf		
			Pembimbing	Peneliti	
				I	II
1	Senin, 22 April 2024	Pengajuan judul			
2	Kamis, 18 Juli 2024	Konsul BAB I – BAB IV - Perbaikan pengetikan BAB I – BAB IV - Tambahkan referensi setiap paragraph			
3	Rabu, 31 Juli 2024	Konsul BAB I – BAB IV - Perbaikan pengetikan			
4	Kamis, 01 Agustus 2024	ACC BAB I – BAB IV			
5	Kamis, 16 Januari 2025	Konsul BAB V-BAB VI			

6	Jumat, 24 Januari 2025	Perbaikan pengetikan			
7	Kamis, 30 Januari 2025	ACC BAB I-BAB VI			

Lampiran 8

LEMBARAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Claudia Jamlaay

Claudia Limbong Mangala

Program : Sarjana Keperawatan

Nama Pembimbing : Mery Solon, Ns., M.Kes

Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

No	Hari / Tanggal	Materi Konsul dan Revisi	Paraf		
			Pembimbing	Peneliti	
				I	II
1	Selasa, 19 Maret 2024	Pengajuan judul : Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja			
2	Rabu, 03 April 2024	Pengajuan fenomena yang terjadi di tempat penelitian			
3	Senin, 22 April 2024	ACC Judul : Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar Lanjut BAB I			
4	Rabu, 16 Mei 2024	Konsul BAB I - Latar belakang.(tambahkan materi)			

		- Rumusan masalah (ubah rumusan masalah) - Tujuan penelitian (tambah tujuan khusus)			
5	Kamis, 23 Mei 2024	Revisi BAB I - Latar belakang (tambah penelitian sebelumnya dan ambil data awal) - Fenomena (tambahkan fenomena yang di temukan di lapangan)			
6	Senin, 03 Juni 2024	Revisi BAB I - Latar Belakang (tambahkan elaborasi jurnal)			
7	Senin, 10 Juni 2024	Revisi BAB 1 & lanjut BAB II - Latar Belakang (tambahkan elaborasi jurnal masing-masing 2 variabel)			
8	Selasa, 18 Juni 2024	Revisi BAB I & BAB II - Tambahkan referensi dari masing paragraf - Tambahkan defenisi serta prevelensi,, penelitian terbaru			
9	Rabu, 03 Juli 2024	Revisi BAB I & BAB II - Tambahkan referensi jurnal			

		- Tambahkan alat ukur dari masing-masing variabel			
10	Jumat, 12 Juli 2024	Revisi BAB II - Ganti alat ukur tingkat stres Lanjut BAB III & BAB IV			
11	Rabu, 17 April 2024	Konsul BAB III & BAB IV - Jenis penelitian - Lokasi penelitian: alasan pemilihan - Populasi dan sampel (perbaikan kalimat)			
12	Kamis, 25 Juli 2024	Revisi BAB III & BAB IV - Tambahkan referensi alat ukur - Tambahkan fenomena lebih rinci			
13	Rabu, 31 Juli 2024	ACC BAB I-IV			
14.	Senin, 20 Januari 2025	Konsul Bab V – Bab VI			
15.	Selasa, 24 Januari 2025	- Konsul hasil uji Tambahkan pembahasan			
16.	Kamis, 30 Januari 2025	- Konsul Pembahasan - ACC BAB I – BAB VI			

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama	:	1. Claudia Jamlaay (C2114201054) 2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)
Program Studi	:	Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi	:	Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan Dewan Pembimbing dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.

DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1	:	Mery Solon, Ns., M.Kes	
Pembimbing 2	:	Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN	( )
Penguji 1	:	Rosmina Situngkir, Ns., M.Kes	( )
Penguji 2	:	Nikodemus Sili Beda, Ns., M.Kep	( )

Ditetapkan di : **Makassar**

Tanggal : **Januari 2025**

Mengetahui,

Ketua STIK Stella Maris Makassar

Siprianus Abdu, S.Si., Ns., M.Kes

NIDN: 0928027101

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN

Skripsi penelitian ini diajukan oleh:

Nama	:	1. Claudia Jamlaay (C2114201054) 2. Claudia Limbong Mangala (C2114201055)
Program Studi	:	Sarjana Keperawatan
Judul Skripsi	:	Hubungan Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMP Nasional Makassar

Telah disetujui oleh Dewan Pembimbing dan dinyatakan diterima sebagai bagian persyaratan untuk mengikuti ujian skripsi

Ditetapkan di	:	**Makassar**
Tanggal	:	**31 Januari 2025**

Dewan Pembimbing

Pembimbing 1	Pembimbing 2
(Mery Solon, Ns., M.Kes)	(Euis Dedeh Komariah, Ns., MSN)
NIDN: 0910057502	NIDN: 0913058903