

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA

TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI

SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2023



OLEH :

EKA AINUN SABILA

2019.02.010

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI

BANYUWANGI

2023

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA

TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI

SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2023

PENELITIAN KOLERASI

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Banyuwangi



OLEH :

EKA AINUN SABILA

2019.02.010

PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI

BANYUWANGI

2023

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

**HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA
TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI**

SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2023

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Banyuwangi, September 2023

Yang membuat pernyataan

Materai 10.000

EKA AINUN SABILA

NIM : 2019.02.010

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA
TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI
SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI**

TAHUN 2023

EKA AINUN SABILA

NIM : 2019.02.010

Skripsi telah disetujui pada tanggal :

September 2023

Oleh :

Pembimbing I

Sholihin, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK : 06.005.0906

Pembimbing II

Fany Anitarini, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK : 06.068.0911

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Sholihin, S.Kep., Ns., M.Kep

NIK : 06.005.0906

LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA
TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI
SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI**

TAHUN 2023

Diajukan Oleh :

Nama : EKA AINUN SABILA

NIM: 2019.02.010

Telah diujikan dihadapan tim penguji penelitian Skripsi pada
Program Studi SI Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Banyuwangi

Pada Tanggal, September 2023

TIM PENGUJI

Penguji 1 : Ukhtul Izzah, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji 2 : Rudiyanto, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji 3 : Sholihin, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui

Ketua

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

DR.H.SOEKARDJO

NIK : 06.001.0906

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan bimbingan Nya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “*Hubungan Self Disclosure Dengan Tingkat Stres Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023*”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep). Pada program studi SI Ilmu Keperawatan STIKES Banyuwangi.

Bersama ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak DR. H Soekardjo, selaku Ketua STIKES Banyuwangi yang telah memberi kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi SI Keperawatan STIKES Banyuwangi.
2. Bapak Ns. Sholihin., S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi SI Keperawatan yang telah memberikan pengarahan dalam menyelesaikan skripsi ini, serta kesempatan dan dorongan kepada kami untuk menyelesaikan Program Studi SI Keperawatan.
3. Bapak Drs. Mulyadi, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMKN 1 Banyuwangi yang telah memberikan fasilitas dan izin dalam penelitian skripsi.
4. Bapak Ns. Sholihin., S.Kep., M.Kep selaku Dosen Pembimbing 1 yang memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Fany Anitarini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing 2 yang memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Retno Ires Devina Yolanti, S.T selaku Kepala Kurikulum Jurusan RPL SMKN 1 Banyuwangi yang telah memberikan pengarahan dan fasilitas dalam penelitian skripsi ini.
7. Kepada kedua orang tua saya dan keluarga yang tak henti-hentinya memberi cinta kasih, semangat dan dukungan baik dari segi moral maupun material serta doa yang tulus sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada teman dekat saya Ahmad Fauzy As'adullah, yang telah memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi.
9. Kepada teman saya Adisty Archi, Ajeng Sri, Aulia Amalia, Derisca Tiara, Failam Fanindita, Nafisahturrohmah, Shinta Nuriyah, Fikriya Eka, Alvin Yoga serta rekan-rekan seperjuangan saya mahasiswa SI Keperawatan angkatan 2019 STIKES Banyuwangi yang telah memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi.
10. Diri sendiri yang sudah bisa bekerjasama, semangat dan berusaha hingga saat ini.
11. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuannya sehingga terselesaikannya skripsi ini.

Dengan demikian semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna tetapi penulis berharap bahwa skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi keperawatan.

Banyuwangi, September 2023

EKA AINUN SABILA
NIM: 201902020

ABSTRAK
HUBUNGAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN TINGKAT STRES PADA
TUGAS PROYEK AKHIR SISWA KELAS 12 JURUSAN RPL DI
SMKN 1 BANYUWANGI KABUPATEN BANYUWANGI
TAHUN 2023

Oleh :

EKA AINUN SABILA

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Banyuwangi

Email : ekaainun26@gmail.com

Stres dapat mengakibatkan efek positif maupun negatif, sedangkan efek positifnya dapat menstimulasi dan memotivasi kehidupan individu. Efek negatif stres dapat memberi pengaruh pada keadaan fisiologis dan mental seseorang. Salah satunya stres yang berhubungan dengan intelektual dapat mempengaruhi individu dalam bidang Pendidikan. *Self-disclosure* adalah suatu kegiatan membagi perasaan yang akrab dengan orang lain menjelaskan bahwa pengungkapan diri adalah jenis komunikasi saat individu mengungkapkan informasi tentang diri individu tersebut yang biasanya disembunyikan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Hubungan Antara *Self Disclosure* Dengan Tingkat Stres Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023.

Jenis penelitian yang digunakan adalah study korelasi dengan desain penelitian cross sectional. Penelitian ini menggunakan populasi siswa kelas 12 jurusan RPL SMKN 1 Banyuwangi berjumlah 58 responden dengan mengambil sampel 44 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan self disclosure sedang sebanyak 23 responden (52,3%) dan tingkat stres yang sedang yaitu sebanyak 19 responden (43,2%). Analisis statistik yang digunakan uji korelasi *rank spearman* dengan didapatkan nilai *p-value* 0,655 yang artinya H_0 Diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara *Self Disclosure* Dengan Tingkat Stres. Dimana diartikan bahwa semakin tinggi tingkat stres responden, maka semakin tinggi tingkat *self disclosure* siswa. Salah satu penyaluran stres yang sering digunakan oleh remaja adalah dengan mengungkapkan diri dan perasaannya kepada orang-orang terdekatnya.

Kata kunci : Self Disclosure, Tingkat Stres, RPL

DAFTAR ISI

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktisi	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep <i>Self Disclosure</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Self Disclosure</i>	8
2.1.2 Tahapan <i>Self Disclosure</i>	9
2.1.3 Faktor-Faktor <i>Self Disclosure</i>	10
2.1.4 Tujuan <i>Self Disclosure</i>	12
2.1.5 Manfaat <i>Self Disclosure</i>	13
2.1.6 Aspek-Aspek <i>Self Disclosure</i>	14
2.1.7 Instrumen Pengukuran <i>Self Disclosure</i>	16
2.2 Konsep Stres	19
2.2.1 Definisi Stres	19
2.2.2 Tingkat Stres.....	20
2.2.3 Tanda dan Gejala Stres	21
2.2.4 Faktor – Faktor Penyebab Stres.....	22
2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	24

2.2.6 Instrumen Pengukur Stres.....	25
2.3 Konsep Remaja	26
2.3.1 Pengertian Remaja.....	26
2.3.2 Fase Remaja.....	26
2.3.3 Karakteristik Masa Remaja.....	28
2.3.4 Tugas Perkembangan Remaja	29
2.4 Hubungan <i>Self Disclosure</i> Dengan Tingkat Stres Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023.	31
2.5 Tabel Sintesis	33
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL	37
3.1 Kerangka Konsep	37
3.2 Hipotesa Penelitian.....	38
BAB 4 METODELOGI PENELITIAN	39
4.1. Desain Penelitian.....	39
4.2 Populasi dan Sampel	40
4.2.1 Populasi.....	40
4.2.2 Sample.....	40
4.3 Kerangka Kerja	42
4.4 Identifikasi Variabel.....	43
4.4.1 Variabel <i>Independent</i> (Variabel Bebas).....	43
4.4.1 Variabel <i>Dependent</i> (Variabel Terikat)	43
4.5 Definisi Oprasional	44
4.6 Instrumen Penelitian.....	45
4.6.1 Uji Validitas & Rehabilitas.....	46
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
4.7.1 Lokasi Penelitian	46
4.7.2 Waktu Penelitian	47
4.8 Teknik Pengambilan atau Pengumpulan Data	47
4.9 Teknik Analisa Data.....	48
4.9.1 Pengolahan Data.....	48
4.9.2 Analisa Uji Statistik	50
4.10 Etika Penelitian	51
4.10.1 Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	51
4.10.2 Tanpa Nama (<i>Anonimity</i>)	52
4.10.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>).....	52

4.10.4 Tidak Merugikan (<i>Nonmaleficence</i>).....	52
4.10.5 Kejujuran (<i>Veracity</i>)	52
4.10.6 Menepati Janji (<i>Fidelity</i>)	53
4.10.7 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	53
4.10.8 Akuntabilitas (<i>Accountability</i>)	54
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	55
5.1 Hasil Penelitian	55
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	55
5.1.2 Data Umum	57
5.1.3 Data Khusus	59
5.2 Pembahasan	62
5.2.1 <i>Self Disclosure</i> terhadap Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023.....	62
5.2.2 Tingkat Stres Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Tahun 2023	64
5.2.3 Hubungan <i>Self Disclosure</i> Dengan Tingkat Stress Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023.....	67
BAB 6 PENUTUP	71
6.1 Kesimpulan	71
6.2 Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	74

DAFTAR TABEL

2.1 Tabel <i>Blueprint</i> skala <i>Self Disclosure</i>	17
2.2 Tabel Sintesis	33
4.1 Definisi Oprasional	44
5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57
5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	58
5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan <i>Self Disclosure</i>	59
5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres.....	59
5.5 Distribusi Hubungan <i>Self Disclosure</i> Dengan Tingkat Stres.....	60
5.6 Tabel Hasil Uji <i>Rank Spearman</i>	62

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Hubungan <i>Self Disclosure</i> Dengan Tingkat Stres Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023.....	37
Bagan 4.1 Hubungan <i>Self Disclosure</i> (Pengungkapan Diri) Dengan Tingkat Stress Pada Tugas Proyek Akhir Siswa Kelas 12 Jurusan RPL Di SMKN 1 Banyuwangi Tahun 2023.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Matrik
- Lampiran 2 Lembar Persetujuan Pengajuan Judul Skripsi
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Data Awal
- Lampiran 4 Lembar Jawaban Permintaan Data Awal
- Lampiran 5 Lembar Etik
- Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Data Demografi & Kuesioner *Self Disclosure*
- Lampiran 8 Data Demografi & Kuesioner Tingkat Stres
- Lampiran 9 Lembar Hasil Frekuensi
- Lampiran 10 Lembar Hasil Tabulasi Silang
- Lampiran 11 Lembar Hasil Uji *Rank Spearman*
- Lampiran 12 Tabulasi Data
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi
- Lampiran 14 Lembar Absensi
- Lampiran 15 Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

BKKBN	: Badan Kependidikan dan Keluarga Berencana Nasional
DASS	: <i>Depression anxiety Stress Scale</i>
GME	: Gangguan Mental Emosional
LPPM	: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
KemenKes	: Kementrian Kesehatan
PERMENKES	: Peraturan Menteri Kesehatan
RI	: Republik Indonesia
RPL	: Rekayasa Perangkat Lunak
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SPSS	: <i>Statistic Programme For Sosial Scient</i>
EFC	: <i>Emotion Focus Coping</i>