

## ABSTRAK

Pora Gladis Suwintang

STUDI DESKRIPTIF STRES PADA REMAJA PUTRI DI SMA WACHID HASYIM 1 SURABAYA

xvi + 81 Halaman + 5 Tabel + 2 Gambar + 11 Lampiran

Masalah kesehatan berupa stress dapat berpengaruh pada kondisi psikologis dan pola aktivitas harian seorang remaja putri. Berdasarkan studi pendahuluan di SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya ditemukan sebanyak 46,7% remaja putri mengalami stres. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui deskripsi stres pada remaja putri di SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif dan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya sebanyak 417 remaja putri dengan besar sampel sejumlah 81 remaja putri. Teknik pengambilan sampel adalah dengan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-42) subskala stres yang terdiri dari 14 pertanyaan. Analisis data menggunakan teknik *Central Tendency* Studi Deskriptif.

Hasil penelitian menyatakan sebagian besar remaja putri mengalami stres kategori sedang sebanyak 30 remaja putri (37,04%), diikuti kategori normal sebanyak 19 remaja putri (23,46%), kategori parah sebanyak 16 remaja putri (19,75%), kategori ringan sebanyak 14 remaja putri (17,28%), dan kategori sangat parah sebanyak 2 remaja putri (2,47%). Hasil nilai *Central Tendency* menunjukkan nilai minimal sebesar 2, maksimal 36, *median* 20, *modus* 20, *mean* 19.688, dan standar deviasi 7.142. Terdapat beberapa gejala stres yang sering dialami, diantaranya sulit untuk mentoleransi sesuatu, mudah marah, kesulitan untuk bersantai, mudah kesal, dan bersikap tidak sabaran.

Remaja putri di SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya sebagian besar berada pada stres kategori sedang serta masih ditemukan remaja putri dengan kategori stres parah dan sangat parah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa stres masih dialami oleh remaja putri dengan tingkat keparahan yang bervariasi sehingga memerlukan perhatian dalam upaya pengelolaan stres pada remaja putri.

Kata Kunci : Stres, Remaja Putri, DASS-42

## **ABSTRACT**

Pora Gladis Suwintang

*A DESCRIPTIVE STUDY OF STRESS AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMA WACHID HASYIM 1 SURABAYA*

*xvi + 81 Pages + 5 Tables + 2 Figures + 11 Appendices*

*Stress among female adolescents remains a health problem that may affect psychological well-being and daily activities. A preliminary study conducted at SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya found that 46.7% of female adolescents experienced stress. This study aimed to describe stress among female adolescents at SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya.*

*This type of research is quantitative with a descriptive design and a cross-sectional approach. The population of this study is all female teenagers at SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya, totaling 417 female teens, with a sample size of 81 female teens. The sampling technique used is purposive sampling. The instrument used is the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42) questionnaire, stress subscale, which consists of 14 questions. Data analysis is done using the Central Tendency technique in Descriptive Studies.*

*The research results show that most teenage girls experienced moderate stress, with 30 girls (37.04%) in this category, followed by 19 girls (23.46%) in the normal category, 16 girls (19.75%) in the severe category, 14 girls (17.28%) in the mild category, and 2 girls (2.47%) in the very severe category. The central tendency values showed a minimum score of 2, a maximum score of 36, a median of 20, a mode of 20, a mean of 19.688, and a standard deviation of 7.142. The most frequently experienced stress symptoms included difficulty relaxing, impatience when experiencing delays, irritability, difficulty tolerating interruptions while carrying out activities, and a tendency to become easily angry.*

*The stress level among female adolescents at SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya was predominantly in the moderate category. However, severe and extremely severe stress levels were still identified among some respondents. These findings indicate that stress is experienced by female adolescents at varying levels of severity and requires attention in stress management efforts.*

*Keywords : Stress, Adolescent Girls, DASS-42*