



**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN  
TINGKAT DEPRESI PADA SISWA KELAS XII IPA DI SMA  
NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**NOVIA ANNUR SHABILLA**

**1510211056**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2019**



**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN  
TINGKAT DEPRESI PADA SISWA KELAS XII IPA DI SMA  
NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2019**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**NOVIA ANNUR SHABILLA**

**1510211056**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2019**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Novia Annur Shabilla  
NRP : 1510211056  
Tanggal : 12 April 2019

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 12 April 2019

Yang Menyatakan,



Novia Annur Shabilla

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai sivitas akademika Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Novia Annur Shabilla  
NRP : 1510211056  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA SISWA KELAS XII IPA DI SMA NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2019”.**

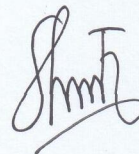
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 12 April 2019

Yang menyatakan,



Novia Annur Shabilla

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Novia Annur Shabilla  
NRP : 1510211056  
Program Studi : Sarjana Kedokteran  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Stres Akademik dengan Tingkat Depresi pada Siswa Kelas XII IPA di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Tahun 2019.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ

Ketua Penguji

dr. Nova Riyanti Yusuf, Sp.KJ

Pembimbing I



Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad(K), MH

Dekan Fakultas Kedokteran

dr. Muttia Amalia, M.Biomed

Pembimbing II

dr. Niniek Hardini, Sp.PA

Ketua Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 12 April 2019

# HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA SISWA KELAS XII IPA DI SMA NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN TAHUN 2019

Novia Annur Shabilla

## Abstrak

Depresi adalah gangguan mood yang menyebabkan *distress* sehingga memengaruhi perasaan, cara berfikir, dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Kejadian depresi pada remaja mengalami peningkatan yang signifikan selama satu dekade terakhir. Salah satu faktor risiko depresi pada remaja adalah adanya tekanan terus-menerus yang memicu terjadinya stres, dimana salah satunya adalah stres akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan tingkat depresi pada siswa remaja kelas XII IPA. Jenis penelitian ini merupakan analitik observasional dengan desain penelitian potong lintang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 68 orang. Pengambilan data dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan dengan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA) dan *Patient Health Questionnaire-Adolescents* (PHQ-A). Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat stres akademik sedang hingga tinggi sebanyak 39 orang (57,4%) dan stres akademik rendah sebanyak 29 orang (42,6%), serta sebanyak 35 orang (51,5%) mengalami depresi ringan. Hasil analisis bivariat dengan uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan antara stres akademik dengan tingkat depresi pada siswa kelas XII IPA ( $p = 0,005$ ). Hasil analisis multivariat regresi ordinal menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dimensi keputusan terhadap tingkat depresi pada siswa kelas XII IPA ( $p = 0,031$ ). Siswa dengan tingkat keputusan yang tinggi memiliki kecenderungan 0,292 kali (OR) lebih besar untuk mengalami depresi. Stres akademik yang dialami oleh siswa harus diberi perhatian khusus dan ditangani sejak awal supaya tidak memengaruhi timbulnya kejadian depresi pada siswa. Pemahaman mengenai mekanisme coping dan teknik manajemen stres yang tepat perlu diberikan untuk para siswa.

**Kata Kunci :** Depresi, Stres Akademik, Remaja, Depresi Siswa

# **RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS WITH LEVEL OF DEPRESSION ON SCIENCE PROGRAM STUDENTS GRADE XII AT SMA NEGERI 3 KOTA TANGERANG SELATAN IN 2019**

**Novia Annur Shabilla**

## **Abstract**

Depression is a mood disorder that causes distress and affects feeling, thought and daily activities. The prevalence of adolescent depression has increased significantly in a decade. One of the risk factors of adolescent depression is the presence of continuous pressure that may cause stress, which includes academic stress. This study aims to determine the relationship between academic stress with level of depression in adolescents, particularly on science program student grade XII. This study was an observational analytic study using cross-sectional research design. The study was conducted at SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan. The samples whom participated in this study were 68 respondents and simple random sampling techniques were used. The data was collected by using Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA) and Patient Health Questionnaire-Adolescents (PHQ-A) questionnaire. The result of this study showed that there were 39 students (57.4%) with medium to high academic stress and 35 students (51.5%) had mild depression. Bivariate analysis by chi square showed that there was a relationship between academic stress with students' level of depression ( $p = 0.005$ ). Multivariate analysis by ordinal regression showed that despondency domain affected students' level of depression ( $p = 0.031$ ). Students with high level of despondency were 0.292 times (OR) more likely to develop depression. Adolescents with academic stress must be given special attention in order not to affect the occurrence of students' depression. An understanding of appropriate coping mechanisms and stress management techniques needs to be given to the students.

**Keywords** : Depression, Academic Stress, Adolescents, Student Depression

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Stres Akademik dengan Tingkat Depresi pada Siswa Kelas XII IPA di SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Tahun 2019”. Penulis menyadari bahwa banyak pihak terkait yang telah memberikan bantuan sejak dimulainya masa perkuliahan hingga saat ini, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad(K), MH selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta dan Tim *Community Research Program* yang telah memberikan ilmu dan fasilitas untuk menunjang penelitian ini.
2. dr. Nova Riyanti Yusuf, Sp.KJ, selaku dosen pembimbing utama dan dr. Muttia Amalia, M.Biomed, selaku dosen pembimbing kedua yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan serta memberi dukungan dan perhatian yang sangat besar pada penulis selama proses penyusunan skripsi ini serta Dr. dr. Ria Maria Theresa, Sp.KJ, selaku penguji utama yang telah memberikan umpan balik, saran dan motivasi yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Aan Sri Analiah, selaku wakil kepala sekolah, serta seluruh guru dan siswa-siswi SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan yang telah memberikan kesempatan, dukungan, dan bantuan kepada penulis dalam melakukan penelitian.
4. Orang tua tercinta, Kismono dan Fitriani Sugihaningsih, Eyang, adik Novita Aisyah Shaskia, serta keluarga besar yang telah melimpahkan do’a, kasih sayang, motivasi serta dukungan penuh sejak awal kepada penulis dalam keadaan apapun sehingga dapat berhasil mencapai tahap ini.
5. Sahabat terbaik penulis, yaitu Annisa Mufidah, Elvin Destriana, Errlichia Prameswari, Windari Vikka, Gadis Wahyu, Syifaa Ul Ummah, Syifa Nur, Nabila Maharani, Safira Siti, Rahmat Gilang, Rifandadyas Rafif yang selalu meluangkan waktunya untuk memberi semangat dan hiburan kepada penulis selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.



6. Teman-teman kos Cemara 26, Debora Asdha, Dena Triana, Lifia Kansha, Thyra Annisaa, Annisa Weningtyas, yang selalu berjuang bersama dengan penulis sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
7. Teman-teman Senat Mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta, KBK “Avicenna”, dan FK UPN angkatan 2015, yang menemani, membagi ilmu, dan membantu penulis melewati kehidupan perkuliahan selama 4 tahun ini.
8. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, untuk bantuan dan kontribusi yang diberikan kepada penulis demi kelancaran penulisan skripsi serta kehidupan perkuliahan yang penulis lalui di FK UPN “Veteran” Jakarta.

Penulis berharap semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Mohon maaf apabila penulis masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan penelitian ini, semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk pembaca.

Jakarta, 12 April 2019

Penulis,

Novia Annur Shabilla

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR BAGAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	3
I.3 Pertanyaan Penelitian .....	3
I.4 Tujuan Penelitian.....	3
I.5 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Remaja.....	6
II.2 Stres .....	9
II.3 Stres Akademik .....	12
II.4 Depresi .....	15
II.5 Hubungan Stres Akademik dengan Depresi pada Remaja.....	26
II.6 Kerangka Teori.....	27
II.7 Kerangka Konsep .....	28
II.8 Hipotesis Penelitian.....	28
II.9 Penelitian Terkait .....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
III.1 Jenis dan Rancangan Penelitian .....	30
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	30
III.4 Identifikasi Variabel .....	32
III.5 Definisi Operasional.....	33
III.6 Instrumen Penelitian.....	34
III.7 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kuesioner ESSA .....	35
III.8 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Kuesioner PHQ-A .....	35
III.9 Teknik Pengumpulan Data .....	38
III.10 Pengolahan Data.....	38
III.11 Analisis Data .....	38
III.12 Protokol Penelitian .....	39

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	40
IV.1 Hasil Penelitian .....	40
IV.2 Pembahasan Hasil Penelitian .....	49
IV.3 Keterbatasan Penelitian .....	53
BAB V PENUTUP .....	54
V.1 Kesimpulan .....	54
V.2 Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	
RIWAYAT HIDUP .....	
LAMPIRAN .....	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terkait .....	28
Tabel 2 Perhitungan Besar Sampel .....	32
Tabel 3 Definisi Operasional .....	33
Tabel 4 Distribusi Item Kuesioner ESSA .....	34
Tabel 5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner PHQ-A .....	36
Tabel 6 Hasil Uji Validitas Kuesioner PHQ-A .....	37
Tabel 7 Distribusi Jenis Kelamin Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	40
Tabel 8 Distribusi Usia Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	41
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	41
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Berdasarkan Dimensi .....	42
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	43
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	43
Tabel 13 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Akademik Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Berdasarkan Usia .....	44
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	45
Tabel 15 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Berdasarkan Usia .....	45
Tabel 16 Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik dengan Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	46
Tabel 17 Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik dengan Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan Setelah Penggabungan Sel .....	47
Tabel 18 Pengaruh Dimensi Stres Akademik dengan Tingkat Depresi Siswa Siswi Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan .....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pertumbuhan Fisik pada Remaja.....	7
Gambar 2 Peran Norepinefrin dalam Patomekanisme Depresi.....	17
Gambar 3 Peran Serotonin dalam Patomekanisme Depresi.....	18

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Patomekanisme Depresi.....	21
Bagan 2 Kerangka Teori .....	27
Bagan 3 Kerangka Konsep.....	28
Bagan 4 Protokol Penelitian.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Proposal Penelitian

Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Penelitian

Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik

Lampiran 4 Penjelasan Penelitian

Lampiran 5 Lembar *Inform Consent*

Lampiran 6 Kuesioner ESSA

Lampiran 7 Kuesioner PHQ-A

Lampiran 8 Hasil Output SPSS

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian