

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN TINGKAT STRES PADA REMAJA DI SMAN 1 CIAMIS

¹Ira puspita,² Dr. Tita Rohita, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep,

³Nina Rosdiana, S.Kp.,M.Kep

¹Mahasiswa Universitas Galuh Ciamis

²Dosen Universitas Galuh Ciamis

E-mail: irapuspitafaisal907@gmail.com

ABSTRAK

Stres adalah satu faktor utama munculnya masalah sosial dan kesehatan. Stres yang berkelanjutan juga dapat berdampak pada masalah kesehatan jiwa seperti depresi, ansietas, putus sekolah, bahkan hingga bunuh diri. Teman sebaya memiliki peran penting dalam perkembangan belajar dimana remaja yang banyak memiliki teman akan mampu meningkatkan minat terhadap pendidikan guna meningkatkan motivasi berprestasi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat stres pada Remaja SMAN 1 Ciamis. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik, Populasi pada penelitian ini berjumlah 862 siswa/i di SMAN 1 Ciamis 2023- 2024 . Sample yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 90 orang . Pengambilan data dilakukan dengan memberikan kuesioner tentang dukungan teman sebaya dan kuesioner tingkat stres. Uji statistik menggunakan uji chi square. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat stres pada remaja di SMAN 1 Ciamis karena nilai $\alpha > p$ value ($0,05 > 0,000$). Melakukan konseling rutin pada remaja ,dan jika perlu memberikan motivasi supaya dapat meningkatkan dukungan teman, diharapkan untuk menyediakan sarana dan prasarana dalam usaha meningkatkan kesehatan psikologi siswa terutama mutu pelayanan kesehatan mental.

Kata Kunci : Dukungan teman sebaya, Stres, Remaja, Chi squer, Psikolog

*THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SUPPORT AND STRESS LEVELS IN
ADOLESCENTS AT SMAN 1 CIAMIS*

¹*Ira Puspita, ²Dr. Tita Rohita, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep,*

³*Nina Rosdiana, S.Kep., M.Kep*

¹*Mahasiswa Universitas Galuh Ciamis*

²*Dosen Universitas Galuh Ciamis*

E-mail: irapuspitafaisal907@gmail.com

ABSTRACT

Stress is a major factor in the emergence of social and health problems. Continuous stress can also have an impact on mental health problems such as depression, anxiety, dropping out of school, and even suicide. Peers have an important role in learning development, where teenagers who have lots of friends will be able to increase interest in education in order to increase achievement motivation. The aim of this research is to determine the relationship between peer support and stress levels in teenagers at SMAN 1 Ciamis. This research is an analytical descriptive research. The population in this research is 862 students at SMAN 1 Ciamis 2023-2024. The sample used in this research was 90 people. Data collection was carried out by administering a questionnaire about peer support and a stress level questionnaire. Statistical tests use the chi square test. The results of this study show that there is a relationship between peer support and stress levels in adolescents at SMAN 1 Ciamis because the $\alpha > p$ value ($0.05 > 0.000$). Carrying out routine counseling for teenagers, and if necessary providing motivation to increase peer support, is expected to provide facilities and infrastructure in an effort to improve students' psychological health, especially the quality of mental health services.

Keywords: Peer support, Stress, Adolescents, Chi squer, Psychologist