

KARYA TULIS ILMIAH

**EFEKTIVITAS PELATIHAN MODUL MANAJEMEN STRES
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA AWAL**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

**DWI RIZKI K. TIANOTAK
20150310087**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2018

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dwi Rizki K. Tianotak

NIM : 20150310087

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya tulis saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 31 Desember 2018
Yang membuat pernyataan,



Dwi Rizki K. Tianotak

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahim

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan yang Maha sempurna, yang telah memberikan hidayah dan anugerah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga serta para sahabat, tabiin, tabi'it dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Karya tulis ilmiah yang berjudul **“Efektivitas Pelatihan Modul Manajemen Stres Terhadap Tingkat Kecemasan pada Remaja Awal”** ini diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh derajat sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Pada kesempatan ini izinkan penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berperan serta dalam membantu penyelesaian laporan Karya Tulis Ilmiah ini. Ucapan terima kasih diberikan kepada :

1. Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis ini dengan baik
2. Nabi Muhammad SAW, selaku nabi junjungan umat islam atas jasa jasa beliau dan teladan yang diajarkan
3. Dr. dr. Warih Andan Puspitosari, M.Sc, Sp.KJ.(K) selaku Dosen pembimbing yang telah banyak memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis selama menyelesaikan laporan penelitian
4. dr. Vista Nurasti Pradanita, M.Kes, Sp.KJ selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan untuk Karya Tulis Ilmiah ini
5. Orang tua tercinta, Bapak Moh. Jusuf Tianotak dan Sriyati Sipora Tianotak atas segala doa, dukungan, dan support yang diberikan kepada penulis
6. Kakak saya M.A. Jussri W. Tianotak, kedua adik tersayang saya M. Tri Yoga Tianotak dan Distochia Meisha P. Tianotak yang selalu memberikan doa, semangat dan motivasi kepada penulis
7. Teman saya satu bimbingan Mentari dan Desty atas dukungan, bantuan, dan masukan yang diberikan
8. Teman saya Farida dan Rusmila atas dukungan semangat, kritik, dan saran yang selalu dikirimkan untuk penulis selama mengolah Karya Tulis Ilmiah ini.

9. Seseorang yang selalu setia mendengarkan dan memberikan semangat atas segala keluh kesah yang dilalui
10. Teman saya Fajmei Aisyah (Mamik) yang telah membantu mengabadikan momen Seminar Hasil KTI kami pada tanggal 26 Desember 2018 kemarin
11. Kepala sekolah, guru, karyawan, beserta siswa di SMP N 4 Yogyakarta terutama para siswa di kelas VIII E yang kini telah naik kelas menjadi kelas IX E.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam kelancaran penelitian hingga penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat penulis ucapkan satu-persatu.

Penulis menyadari, bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Masih banyak kekurangan baik dari segi isi maupun penulisannya, untuk itu penulis mohon maaf. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar dikemudian hari penulis dapat memberikan suatu hasil yang lebih baik daripada sebelumnya.

Akhir kata, penulis mengharapkan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan memberikan khasanah ilmu pengetahuan terutama ilmu kedokteran dan ilmu kesehatan, Amin.

Yogyakarta, 31 Desember 2018

Dwi Rizki K. Tianotak

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
INTISARI	ix
ABSTRACT	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Pustaka	10
B. Kerangka Konsep	22
C. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Desain Penelitian.....	23
B. Populasi Dan Sampel Penelitian	24
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian	26
D. Variabel Penelitian Dan Hubungan Antar Variabel.....	26
E. Definisi Operasional.....	27
F. Instrumen Penelitian.....	28
G. Jalannya Penelitian.....	30
H. Uji Validitas Dan Reliabilitas	31
I. Analisis Data	32
J. Etik Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan.....	43
C. Keterbatasan Penelitian.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.	Kisi-Kisi Pertanyaan Kuesioner HARS	29
Tabel 3.	Distribusi Responden pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	36
Tabel 4.	Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin pada Kedua Kelompok	37
Tabel 5.	Kondisi awal (<i>pretest</i>) tingkat kecemasan siswa pada kelompok kontrol dan intervensi dalam bentuk kategori	38
Tabel 6.	Hasil Uji Normalitas dan Uji Beda <i>Independent t test</i>	39
Tabel 7.	Hasil Uji Normalitas dan Uji Beda Skor <i>Pretest-Postest</i> Kelompok Kontrol	40
Tabel 8.	Hasil Uji Normalitas dan Uji Beda Skor <i>Pretest-Postest</i> Kelompok Intervensi.....	41
Tabel 9.	Hasil Uji Normalitas dan Uji Beda <i>Independent t test</i>	42
Tabel 10.	Hasil Uji Normalitas dan Uji Beda Data Skor <i>Postest</i>	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	22
Gambar 2. Skema <i>Quasi-Experimental Studies Pretest-Posttest Design</i>	23
Gambar 3. Hubungan antar variabel	27