

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN PRILAKU AGRESIF PADA REMAJA
SMKN 1 DEPOK SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh :

NURUL KHARISMA

KP.21.01.497

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2025



NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN PRILAKU AGRESIF REMAJA SMKN 1
DEPOK SLEMAN**

Diajukan Oleh :

Nurul Kharisma

KP.21.01.495

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 30 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

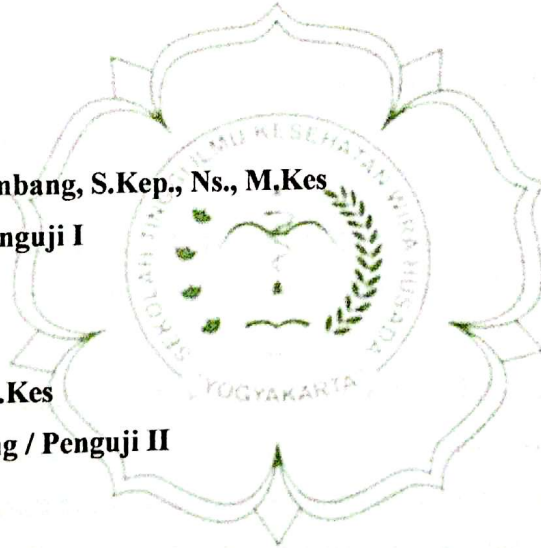
Fransiska Totto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes

Pembimbing Utama / Penguji I

Muryani, S.Kep., Ns., M.Kes

Pembimbing Pendamping / Penguji II

Nur.Anisah, S.Kep.,Ns.M.Kep.,Sp.Kj



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Yogyakarta,.....2025

Mengetahui

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S.Kep. Ns., M. Kep



HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN PERILAKU AGRESIF REMAJA SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Nurul Kharisma¹·Muryani²·Nur Anisah³

INTISARI

Latar Belakang : Masa remaja merupakan fase transisi yang rentan terhadap masalah emosional dan perilaku, termasuk stress dan perilaku agresif. Perubahan biologis, tuntutan akademik, konflik dengan teman sebaya, serta tekanan dari lingkungan sosial dapat menjadi pemicu stress yang tidak jarang berujung pada perilaku agresif.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan perilaku agresif pada remaja kelas XI di SMKN 1 Depok Sleman.

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasi dan metode *cross sectional*. Sampel sebanyak 177 responden ditentukan melalui teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner DASS-21 untuk mengukur tingkat stress dan BPAQ (*Buss-Perry Aggression Questionnaire*) untuk mengukur perilaku agresif. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Spearman rank*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami stress kategori berat (17,5%) dan menunjukkan perilaku agresif dalam kategori tingkat sedang (83,1%) hingga tinggi. Hasil analisis Secara statistik, hasil uji korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,318$ dengan $p\text{-value} = 0,000$, yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perilaku agresif pada remaja.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku agresif pada remaja SMKN 1 Depok Sleman. Penanganan stres yang efektif perlu dilakukan untuk mencegah peningkatan perilaku agresif di kalangan remaja.

Kata kunci : *Stres, Perilaku Agresif, Remaja, SMK, DASS-21, BPAQ.*

¹ Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND AGGRESSIVE BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS AT SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Nurul Kharisma¹·Muryani²·Nur Anisah³

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transitional phase that is highly vulnerable to emotional and behavioral problems, including stress and aggressive behavior. Biological changes, academic demands, peer conflicts, and social pressure are common stressors that can lead to aggressive behavior.

Objective: This study aimed to determine the relationship between stress levels and aggressive behavior among 11th-grade students at SMKN 1 Depok Sleman.

Methods: This research employed a quantitative approach with a correlational analytic design and a cross-sectional method. The sample consisted of 177 students selected through stratified random sampling. The instruments used were the DASS-21 questionnaire to assess stress levels and the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) to measure aggressive behavior. Data were analyzed using the Spearman rank correlation test.

Results: The results showed that most respondents experienced severe stress (17.5%) and demonstrated moderate to high levels of aggressive behavior (83.1%). The statistical analysis revealed a correlation coefficient of $r = 0.318$ with a $p\text{-value} = 0.000$, indicating a significant relationship between stress levels and aggressive behavior among adolescents.

Conclusion: There is a significant relationship between stress levels and aggressive behavior among students at SMKN 1 Depok Sleman. Effective stress management is essential to prevent an increase in aggressive behavior among adolescents.

Keywords: Stress, Aggressive Behavior, Adolescents, Vocational High School, DASS-21, BPAQ.

¹Student of Nursing Study Program, Wira Husada Health College, Yogyakarta

²Lecturer of Nursing Study Program, Wira Husada Health College, Yogyakarta

³Lecturer of Nursing Study Program, Wira Husada Health College, Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Kesehatan Jiwa menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia, termasuk di Indonesia. Menurut WHO (*World Organization Health*). Prevalensi stress pada remaja di Indonesia cukup mengkhawatirkan. Menurut Riskesdas (2018), prevalensi gangguan mental emosional pada remaja berusia 15-24 tahun mencapai 9,8%. Stress merupakan respon individu terhadap tekanan atau beban kehidupan.

Tahun 2016 terdapat 35 Juta Jiwa terkena depresi. Prevalensi stress dan kegelisahan pada remaja di dunia memiliki rentang mulai dari 5% - 70%. Kecemasan menjadi masalah kesehatan mental yang paling tinggi dialami remaja Indonesia, lebih tinggi pada perempuan (28,2%) dibandingkan pada remaja laki-laki (25,4%) Selain itu, survei tersebut juga mengidentifikasi bahwa 64,7% remaja mengalami masalah dalam hubungan keluarga, 41,1% menghadapi kesulitan dengan teman sebaya, 39,3% memiliki masalah terkait sekolah, dan 27,2% mengalami distress personal. prevalensi masalah perilaku dialami lebih besar pada laki-laki (3,5%) dibanding perempuan (1,2%) (Nadhifa 2024).

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangan kehidupan manusia, dimana individu meninggalkan masa anak-anaknya dan mulai memasuki masa dewasa. Masa remaja adalah sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang dimulai dari rentang usia 10 -13 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun (Khaira, 2022).

Masa remaja merupakan periode yang penuh dengan tantangan dan perubahan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial (Santrock, 2019 dalam Khaira 2022). Perubahan diri secara fisik, kognitif, emosional dan psikologis yang cepat akan berpotensi menimbulkan masalah kesehatan mental jika tidak dikelola dengan baik. Selain, proses perkembangan, Remaja juga ditandai dengan perubahan dalam konteks hubungan keluarga, sekolah dan lingkungan sosial mereka, serta keinginan dan harapan mereka sendiri. Keinginan pribadi yang tidak sesuai dengan lingkungan belajar siswa banyak memengaruhi tekanan dan kesulitan mereka, tekanan dan kesulitan itu menurut (Khofifah et al., 2022) bisa dikatakan dengan stres, yaitu keadaan yang disebabkan oleh perbedaan antara keinginan dan kenyataan.

Kenakalan remaja adalah masalah yang kompleks dan telah menjadi perhatian masyarakat selama beberapa dekade. Kenakalan remaja merujuk pada perilaku negatif atau melanggar norma sosial yang dilakukan oleh remaja. Masalah ini memiliki dampak

negatif yang luas, tidak hanya bagi remaja itu sendiri tetapi juga bagi keluarga, masyarakat, dan masyarakat secara keseluruhan. Pada saat ini remaja mempunyai risiko tinggi terhadap gangguan tingkah laku, kenakalan dan terjadinya kekerasan baik sebagai korban maupun sebagai pelaku dari tindak kekerasan. Meningkatnya insiden tindak kriminalitas di kalangan remaja merupakan masalah serius yang perlu mendapatkan perhatian dari masyarakat dan pihak berwenang.

Masa remaja ini merupakan masa krisis yang ditunjukkan dengan adanya kepekaan dan labilitas tinggi, penuh gejolak, dan ketidakseimbangan emosi, sehingga membuat remaja mudah terpengaruh oleh lingkungan. Hal ini mengakibatkan remaja tidak bisa menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang selalu berubah-ubah, sehingga menimbulkan perilaku yang maladaptif, salah satunya adalah perilaku agresif (Atya Rezita Putri 2016).

Data nasional menunjukkan bahwa angka kekerasan fisik yang bertujuan menyakiti orang lain di Indonesia masih tinggi. Daerah Istimewa Yogyakarta tercatat memiliki angka 765 kasus (statistic kriminal 2024)

Agresif merupakan kecenderungan perilaku dengan niat menyakiti orang lain baik secara fisik maupun psikologis. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif ini adalah faktor biologis dan faktor psikologis. Selain itu perilaku agresif pada remaja ini juga dapat dilatarbelakangi oleh factor eksternal maupun factor internal (Geandra & Neviyarni, 2018 dalam Mamik & Islamarida, 2022). Tindakan agresif ini bisa diartikan sebagai upaya seseorang untuk mengungkapkan isi hati seperti kemarahan maupun kebencian, selain itu tindakan ini dinilai dapat menyelesaikan masalah yang dialami remaja. Perilaku agresif memiliki empat aspek yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan serta permusuhan. Tindakan agresif ini memiliki dampak yang merugikan apabila tidak ditangani ataupun diantisipasi dengan baik (Mamik & Islamarida, 2022).

B. METODE

Metode penelitian ini menerapkan metode pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan analisis korelasi dan pendekatan *cross sectional*. penelitian ini menggunakan instrument penelitian DASS (*Depression Anxiety Stress Scales*) yang telah dimodifikasi 21 pertanyaan penelitian ini mengambil 7 pernyataan stress dan *Instrumen Buss-Perry Aggression Questionnaire* (BPAQ) *Instrumen* ini dirancang oleh Buss dan Perry (1992) untuk mengukur berbagai aspek perilaku agresif. Skala ini terdiri dari 30

item pertanyaan yang mengukur empat dimensi agresi (Agresif fisik, Agresif Verbal, K
emarahan,Permusuhan).

C. HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1.1 Karakteristik responden

Karakteristik	kategori	frekuensi	Presentase(%)
Umur	16 tahun	76	42.9 %
	17 tahun	97	54.8 %
	18 tahun	4	2.3 %
	Total	177	100.0 %
Jenis kelamin	Laki laki	22	12.4 %
	Perempuan	155	87.6 %
	Total	177	100.0 %
Status tempat tinggal	Rumah orang tua	142	80.2 %
	Rumah kontrak	26	14.7 %
	Rumah keluarga	9	5.1 %
	Total	177	100.0 %
Tipe keluarga	Keluarga inti	132	74.6 %
	Keluarga besar	25	14.1 %
	Keluarga tunggal	20	11.3 %
	Total	177	100.0 %
Pendapatan orang tua	Rp. 500.000 - 800.000	34	19.2 %
	Rp.1.000.000 - 2.000.000	75	42.4 %
	Rp. 3.000.000 - 4.000.000	44	24.9 %

	Rp. 4.000.000 - 7	4.0 %
	6.000.000	
	Rp. 7.000.000 - 8	4.5 %
	8.000.000	
	>Rp. 8.000.000 4	2.3 %
	PRIVASI 5	2.8 %
	Total 177	100.0 %
Mengikuti kegiatan organisasi	Ya 105	59.3 %
	Tidak 72	40.7 %
	Total 177	100.0 %
Kebiasaan merokok	Ya 2	1.1 %
	Tidak 175	98.9
	Total 177	100.0%
Riwayat kesulitan tidur	Ya 78	44.1 %
	Tidak 99	55.9 %
	Total 177	100.0%
Penyakit yg di alami 1 bulan terakhir	Tidak ada 95	53.7 %
	Asam lambung 21	11.9 %
	Mag 11	6.2 %
	Flu 7	4.0 %
	Batuk 10	5.6 %
	Radang tenggorokan 3	1.7 %
	Pusing 8	4.5 %
	Demam 5	2.8 %

Sariawan	1	0.6 %
Sakit perut	2	1.1 %
Usus buntu	1	0.6 %
Sesak napas	3	1.7 %
Amandel	2	1.1 %
Penyakit kulit	1	0.6 %
Paru paru	1	0.6 %
Diare	1	0.6 %
Asam urat	1	0.6 %
Kolestrol	1	0.6 %
Dbd	1	0.6 %
Tipes	1	0.6 %
Asma	1	0.6 %
Total	177	100.0%

Sumber : Data Primer Terolah 2025

Berdasarkan table 1.1 diperoleh karakteristik responden berada pada usia 17 tahun sebanyak (54,8%), diikuti oleh usia 16 tahun sebanyak (42,9%), dan hanya sebagian kecil berusia 18 tahun (2,3%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 155 orang (87,6%), sedangkan laki-laki hanya (12,4%). Dalam hal tempat tinggal, sebagian besar responden tinggal bersama orang tua (80,2%), sedangkan (14,7%) tinggal di rumah kontrakan, dan sisanya (5,1%) tinggal di rumah keluarga. Ditinjau dari tipe keluarga, sebanyak (74,6%) berasal dari keluarga inti (14,1%) dari keluarga besar, dan (11,3%) dari keluarga tunggal. Terkait latar belakang ekonomi, diketahui bahwa pendapatan orang tua responden sebagian besar berada pada kategori Rp1.000.000–2.000.000 sebanyak (42,4%), diikuti oleh kelompok pendapatan Rp3.000.000–4.000.000 sebanyak (24,9%), penghasilan Rp. 500.000 - 800.000 sebanyak (19,2%), Sementara itu, Rp. 4.000.000 - 6.000.000 (4,0), sedangkan penghasilan Rp. 7.000.000 - 8.000.000 (4,5%), hanya sebagian kecil yang memiliki pendapatan >Rp. 8.000.000 (2,3%) sedangkan penghasilan orang tua yang tidak diketahui sebanyak (2,8%).

Berdasarkan hasil mengikuti kegiatan organisasi sebanyak (59,3%) aktif mengikuti kegiatan organisasi dan (40,7%) tidak aktif, pada hasil kebiasaan merokok (1,1%), yang tidak

aktif merokok sebanyak (98.9%), dari keseluruhan responden tidak ada yang memiliki kebiasaan minuman keras (100.0%), sedangkan riwayat kesulitan tidur juga ditemukan pada (44,1%), Sementara itu, terkait dengan kondisi kesehatan fisik selama satu bulan terakhir, sebanyak (53,7%) tidak mengalami gangguan kesehatan, namun sisanya mengalami berbagai macam keluhan seperti asam lambung (11,9%), mag (6,2%), pusing (4,5%), batuk (5,6%), flu (4,0%), serta keluhan lain dengan persentase lebih kecil. Gejala-gejala ini dapat dipengaruhi oleh stress.

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress

Kategori	frekuensi	prentase
Normal	91	51.4 %
Sedang	51	28.8 %
Berat	35	19.8 %
Total	177	100.0 %

Sumber : Data Primer Terolah 2025

Berdasarkan hasil tabel 1.2 diperoleh data bahwa sebagian besar responden berada pada kategori normal sebanyak 91 responden (51,4%), yang berada dalam kategori sedang sebanyak 51 responden (28.8%) dan terdapat pada kategori berat sebanyak 35 responden (19,8%).

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Perilaku Agresif Remaja

kategori	frekuensi	prentase
Rendah	17	9.6 %
Sedang	147	83.1 %
Tinggi	13	7.3 %
Total	177	100.0 %

Sumber : Data Primer Terolah 2025

Berdasarkan hasil tabel 1.3 diketahui bahwa mayoritas remaja menunjukkan tingkat perilaku agresif dalam kategori sedang sebanyak 147 responden (83,1%). Selanjutnya, terdapat 13 responden (7,3%) yang termasuk dalam kategori perilaku agresif tinggi. Sebaliknya, hanya 17 responden (9,6%) yang termasuk dalam kategori perilaku agresif rendah.

Tabel 1.4 Hubungan Tingkat Stress Dengan Perilaku Agresif Remaja

Perilaku agresif										
Tingkat stress	Rendah		Sedang		Tinggi		Total		Correlation	P-
									Coefficient	value
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Normal	13	14.3%	76	83.5%	2	2.2%	91	51.4 %	0,349	0,000
Sedang	4	7.8%	46	90.2%	1	2.0%	51	28.8 %		
Berat	0	0.0%	25	71.4%	10	28.6%	35	19.8 %		
Total	17	100%	147	100%	13	100%	177	100%		

Sumber : Data Primer Terolah 2025

Berdasarkan hasil tabel 1.4 Mayoritas responden dengan tingkat stress normal 51.4% menunjukkan perilaku agresif rendah 14.3%, yang menunjukkan agresif sedang 83.5%, dan 2,2% yang menunjukkan perilaku agresif tinggi. Pada kategori stress sedang 28.8%, yang menunjukkan perilaku agresif rendah 7.8% yang menunjukkan agresif sedang 90.2% dan yang menunjukkan agresif tinggi 2.0%. Kategori stress berat 19.8%, yang menunjukkan perilaku agresif sedang 71.4% dan yang menunjukkan perilaku agresif tinggi 28.6%. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,349 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan perilaku agresif remaja semakin berat tingkat stress yang dialami maka semakin tinggi juga perilaku agresif. Untuk memperkuat hasil analisis, digunakan juga uji *Chi-Square* untuk memperkuat analisis yang menunjukkan nilai $\chi^2 = 33,254$ dengan $p = 0,000$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara tingkat stress dan perilaku agresif remaja.

D. PEMBAHASAN

1. KARAKTERISTIK REMAJA SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Penelitian ini dilakukan di SMKN 1 Depok Sleman terhadap 177 responden, mayoritas berusia 17 tahun (54,8%), diikuti usia 16 tahun (42,9%), dan sisanya 18 tahun. Usia ini termasuk masa transisi menuju dewasa awal, yang ditandai dengan perubahan emosional, biologis, dan sosial yang berpengaruh terhadap perilaku dan

pengambilan keputusan (Wati, 2022). Responden didominasi oleh perempuan (87,6%) dan sebagian besar tinggal bersama orang tua (80,2%). Sebanyak 74,6% berasal dari keluarga inti, sedangkan sisanya dari keluarga besar dan tunggal. Pendapatan orang tua mayoritas berada pada kisaran Rp1.000.000–2.000.000 (42,4%), dan hanya sebagian kecil di atas Rp4.000.000. Dalam aspek sosial, sebanyak 59,3% aktif mengikuti kegiatan organisasi, sedangkan 40,7% tidak aktif. Sebagian besar (98,9%) tidak merokok. Namun, 44,1% mengalami kesulitan tidur dan 46,3% mengalami gangguan kesehatan fisik dalam sebulan terakhir, seperti asam lambung (11,9%), mag (6,2%), pusing (4,5%), batuk (5,6%), dan flu (4%).

2. TINGKAT STRESS REMAJA SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Dalam kategori stress normal, mayoritas dari keluarga inti (73,63%), dan 59,34% di antaranya aktif dalam organisasi. Namun, 62,63% kelompok ini mengalami kesulitan tidur, menunjukkan tanda-tanda stress ringan seperti mudah marah atau sulit rileks. Hal ini menunjukkan bahwa stres tetap dapat muncul meskipun berada dalam kategori normal (Seto et al., 2020).

Responden dengan stress sedang menunjukkan gejala seperti mudah tersinggung, cemas, kesulitan tidur (68,62%), dan ketidakmampuan bersantai. Tekanan ini dipicu oleh beban akademik, aktivitas organisasi, serta kurangnya kegiatan positif. Responden dari rumah kontrakan atau keluarga tunggal lebih banyak menunjukkan stress sedang karena kurangnya dukungan emosional.

Stress berat, yang disebabkan oleh pendapatan keluarga sangat rendah (<Rp800.000), konflik keluarga, tekanan akademik, serta masalah kesehatan seperti mag, asma, dan sakit perut. Kebiasaan merokok dan tinggal jauh dari orang tua juga memperburuk kondisi stress. Hal ini sesuai dengan temuan Uzma Kausar dkk. (2018) bahwa stress pada remaja dipengaruhi oleh pemenuhan tugas perkembangan emosional, pola asuh orang tua, dan lingkungan tempat tinggal.

Gejala stress berat termasuk pola hidup tidak sehat, sulit tidur, mudah lelah, dan meningkatnya emosi (Nurwela & Israfil, 2022). Penelitian ini sejalan dengan Faizal Kurniadi (2017) dan Imroatus Sholikha Az. (2024), yang menunjukkan bahwa tekanan akademik dan sosial menjadi pemicu utama stress remaja, bahkan dalam lingkungan religius sekalipun.

3. PRILAKU AGRESIF REMAJA SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Kategori perilaku agresif rendah sedang umumnya berasal dari keluarga inti , tidak merokok, dan tidak mengalami gangguan tidur. Mereka menunjukkan kemampuan pengendalian emosi, tidak membalas ketika disakiti, dan cenderung tenang dalam menghadapi konflik, didukung oleh kecerdasan emosional yang baik (Anisa & Purwandari, 2023).

Kategori yang menunjukkan agresivitas sedang. Mereka berasal dari keluarga inti (74,6%) dan banyak yang aktif dalam organisasi (59,3%). Agresi yang muncul berupa sindiran, tuduhan, membentak, dan menyindir secara verbal. Respon ini seringkali dipicu oleh tekanan sosial, konflik kelompok, serta tidak terpenuhinya keinginan pribadi. Bentuk agresivitas pasif juga muncul, seperti memusuhi atau menghindari teman (Khaira, 2022; Hafiz Hidayat dkk., dalam Khaira, 2022).

kategori agresivitas tinggi. Mereka menyetujui tindakan seperti membalas pukulan, menyerang teman, memaki, dan berkelahi. Bahkan, ada yang menyatakan menggunakan kekerasan tanpa alasan. Mereka juga menunjukkan kesulitan mengelola frustrasi dan kurang mampu menunda kepuasan. Sebagian dari mereka mengalami kesulitan tidur (44,1%), berasal dari keluarga dengan pendapatan rendah (61,6% berpendapatan Rp500.000–1.000.000), serta mengalami masalah kesehatan. Lingkungan tidak suportif dan pola asuh keras juga memperkuat risiko ini (Khaira, 2022).

Agresivitas juga dipengaruhi oleh keyakinan normatif terhadap kekerasan sebagai cara menyelesaikan masalah. Ketika remaja menghadapi frustrasi akibat kemiskinan, tekanan sosial, atau pengangguran, maka agresi menjadi respon yang paling mungkin muncul (Khaira, 2022). Meskipun perempuan mendominasi responden (87,6%), bentuk agresi lebih banyak dalam bentuk verbal dan relasional

(menyindir, mengejek), sesuai karakteristik gender. Remaja usia ini berada dalam fase remaja pertengahan menurut teori perkembangan, yang dikenal sebagai masa ketidakstabilan emosi dan pencarian jati diri (Wulandari, 2020)

4. HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN PRILAKU AGRESIF REMAJA SMKN 1 DEPOK SLEMAN

Analisis uji Spearman menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat stres dan perilaku agresif ($r = 0,349$, $p = 0,000$). Semakin tinggi stress, semakin besar kecenderungan remaja menunjukkan perilaku agresif. Hal ini dipengaruhi oleh usia remaja (mayoritas 17 tahun), tekanan ekonomi (banyak berpendapatan <Rp2.000.000), serta kondisi tempat tinggal dan struktur keluarga.

Stress dipicu oleh ekonomi rendah (Khofifah et al., 2022), tinggal jauh dari orang tua (Breaz, 2020), serta struktur keluarga yang tidak utuh (Nurwela & Israfil, 2022). Sementara agresif dipicu oleh frustrasi, tekanan sosial, dan minimnya keterampilan mengelola emosi (Khaira, 2022; Taylor, Peplau & Sears). Jenis kelamin juga berperan, di mana laki-laki cenderung menunjukkan agresi fisik, sedangkan perempuan lebih banyak agresi verbal.

Gangguan fisik seperti mag, asam lambung, dan pusing juga memperburuk stres dan memperbesar risiko agresivitas. Ketika remaja tidak memiliki ruang sehat untuk mengekspresikan emosi atau dukungan sosial, maka perilaku agresif menjadi pelampiasan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Faizal Kurniadi (2017), yang menunjukkan korelasi kuat ($r = 0,659$, $p = 0,000$) antara stress dan agresivitas siswa SMK.

Penelitian ini menegaskan bahwa pengelolaan stres, kualitas tidur, dukungan keluarga, serta keterlibatan dalam kegiatan sosial yang sehat sangat penting untuk menekan kecenderungan agresif pada remaja Gen Z, yang hidup dalam budaya serba instan dan mudah frustrasi terhadap hal-hal yang menuntut proses panjang.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden berusia 17 tahun, berjenis kelamin perempuan, tinggal bersama orang tua, berasal dari keluarga inti, dan memiliki latar belakang ekonomi menengah ke bawah. Sebagian besar responden tidak merokok, serta tidak memiliki riwayat penyakit serius dalam sebulan terakhir. Mayoritas responden berada pada tingkat stress kategori normal, menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mampu mengelola tekanan psikologis dengan baik. Sebagian besar remaja menunjukkan perilaku agresif dalam kategori sedang. Hubungan tingkat stress dengan perilaku agresif Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku agresif pada remaja dengan nilai korelasi (r hitung) sebesar 0,349 dengan p -value 0,000, dimana semakin tinggi tingkat stress yang dialami, semakin tinggi pula kecenderungan perilaku agresif yang ditunjukkan.

6. SARAN

Secara keperawatan Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam kajian psikologi perkembangan remaja, khususnya mengenai hubungan antara stress dan perilaku agresif. Temuan ini dapat digunakan untuk memperkuat pemahaman teoritis terkait dinamika emosional remaja.

Secara praktis pada bagian kesiswaan SMK 1 Depok Diharapkan untuk lebih rutin memantau kondisi emosional siswa, misalnya lewat diskusi santai atau observasi harian. Jika ada siswa yang tampak stress, bisa diberikan pendekatan khusus sebelum masalah berkembang menjadi perilaku negatif.

Bagi responden Diharapkan siswa dapat mengatur waktu dengan baik antara belajar, bermain, dan istirahat. Dengan membagi waktu secara seimbang, agar bisa mengurangi stress dan menghindari rasa lelah berlebihan yang bisa memicu emosi negatif atau perilaku agresif. Membuat jadwal harian sederhana, dan pastikan ada waktu untuk istirahat dan melakukan hal yang disukai. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan intervensi dalam menyelesaikan masalah stress siswa dan cara pencegahan perilaku agresif

DAFTAR PUSTAKA

1. Anisa, N., & Purwandari, A. (2023). Analisis Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(2), 535–544. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9669>
2. Khaira, W. (2022). Kemunculan Perilaku Agresif Pada Usia Remaja. *Jurnal Intelektualita Prodi MPI*, 11(2), 99–112.
3. Khofifah, A. N., Psikologi, F., & Makassar, U. B. (2022). *Pengaruh Father Involvement Terhadap*. 10(2), 1156–1172. <https://repository.unibos.ac.id/xmlui/handle/123456789/2231>
4. Mamik, & Islamarida, R. (2022). Analisis Perilaku Agresif pada Remaja di Depok Sleman Yogyakarta (Analysis of Aggressive Behaviour in Adolescent in Depok. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 2721–8007.
5. Nadhifa Aurelia wirawan 2020. Diunduh tanggal 25 Februari 2025. Kesehatan mental . <https://goodstats.id/article/15-5-juta-remaja-indonesia-mengalami-masalah-kesehatan-mental-m9Njh>
6. Statistik kriminal 2024 . diunduh tanggal 3 Maret 2025 <https://www.bps.go.id/id/publication/2024/12/12/13317138a55b2f7096589536/statistik-kriminal-2024.h>
7. Wati, A. D. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Terhadap Stres Akademik Pada Remaja. *Masker Medika*, 10(2), 741–746. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v10i2.497>
8. Kurniadi Faizal/.2017. Hubungan Tingkat Stres Dengan Agresivitas Pada Siswa SMK Yudha Karya Di Kota Magelang Tahun 2017 (Skripsi). Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Magelang.
9. Wulandari, A. (2020). Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, 39–43. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>
10. Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>