YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN : 2808-2346
e-ISSN : 2808-1854

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v4i6.3920

# GAMBARAN TINGKAT STRES REMAJA PANTI ASUHAN DI KOTA PADANG DITINJAU DARI PERBEDAAN JENIS KELAMIN

## An Overview of Stress Levels Among Orphanage Adolescents in Padang City in Terms of Gender Differences

**Arini Sri Pebriani & Roza Eva Susanti**
Universitas Negeri Padang
arinisrifebriani@gmail.com

**Article Info:**

| Submitted: | Revised: | Accepted: | Published: |
|---|---|---|---|
| Sep 6, 2024 | Sep 20, 2024 | Oct 2, 2024 | Oct 8, 2024 |

**Abstract**

Is a critical developmental period characterized by significant physical and psychological changes. Teenagers living in orphanages, in particular, experience stress due to internal and external demands. This study aims to determine the description of stress levels in teenagers living in orphanages in Padang City in terms of gender differences. The type of research used is descriptive quantitative. The sample in this study was random sampling which amount 268 people in 6 different orphanages in Padang city. The instrument used was the DASS 14 questionnaire, with a cross-sectional study research design. The results of the hypothesis test using the Mann-Whitney test indicate a significance value of 0.001. Since the p-value (0.001) is less than 0.05, it can be concluded that there is a significant difference in stress levels between male and female adolescents living in orphanages in Padang City. The study results show that the stress levels of adolescents in the orphanage tend to be low. However, the orphanage management should still anticipate factors that could increase the stress levels of these adolescents.

**Keywords**: Adolescents, Stress Levels, Gender


Jurnal Yasin is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

**Abstrak:** Fase remaja merupakan fase perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan, tidak sedikit remaja pada fase ini mengalami hal-hal yang berpengaruh pada fisik dan psikisnya, begitu pula remaja yang tinggal di Panti Asuhan, banyaknya tuntukan internal dan eksternal yang membuat remaja mengalami stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres remaja yang tinggal di Panti Asuhan di kota Padang dilihat dari perbedaan jenis kelaminnya. Jenis Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan menggunankan teknik pengambilan sampel yaitu random sampling, sampel pada penelitian ini berjumlah 268 orang di 6 Panti yang berbeda di kota Padang. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat stress. Instrument yang digunakan adalah kuesioner DASS 14, dengan desain penelitian *studi cross-sectional*. Dari hasil uji hipotesis menggunakan uji Mann Whitney menyatakan nilai signifikan menunjukkan angka 0,001. Maka sig (p Value) 0,001 < 0,05 dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat stres diantara remaja laki-laki dan perempuan yang tinggal di Panti Asuhan di Kota Padang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres remaja di Panti Asuhan cendrung rendah. Meskipun demikian pihak Panti juga harus tetap mengantisipasi hal-hal yang dapat membuat stres remaja meningkat.

**Kata Kunci**: Remaja, Tingkat Stres, Jenis Kelamin

## PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) panti asuhan adalah tempat yang disediakan untuk merawat dan mendidik anak-anak atau remaja yang tidak memiliki keluarga atau orang tua yang dapat merawat mereka. Jumlah panti asuhan di indonesia diperkirakan berkisar antara 5.000 hingga 8.000 panti, sedangkan di sumatera barat sendiri khususnya di kota padang menurut Data Badan Pusat Statistik pada tahun 2022 tercatat berjumlah 29 panti yang tersebar di beberapa kecamatan (BPS, 2022). Dengan jumlah remaja yang terdata tinggal di Panti Asuhan di kota Padang mencapai 877 remaja dengan berbagai latar belakang (Dinas Sosial Sumatera Barat, 2024).

Remaja yang tinggal di panti asuhan bukanlah mereka yang dirawat sejak bayi, kesulitan beradaptasi ketika perubahan kehidupan sebelum dan setelah ke kehidupan panti asuhan juga menjadi penyebab terjadinya stres. Berbagai reaksi yang ditimbulkan remaja terhadap stres diantaranya gangguan makan dan tidur, sikap antisosial, kecemasan, perilaku menghindar, rasa takut dan kemarahan (Kaplan & Saccuzo, 1993). Banyak faktor yang menyebabkan stres pada remaja, seperti halnya masalah yang terjadi pada kehidupan sehari-hari seperti tugas sekolah dan kerjaan yang berlebihan, kondisi keluarga serta kemiskinan juga menjadi faktor stres (Santrock, 2007).

Pengambilan data awal yang peneliti lakukan melalui penyebaran kuisioner terbuka pada 15 remaja di Panti Asuahn Nur Ilahi 21 oktober 2023 didapatkan hasil bahwa dari data

tersebut 45% merasa kebingungan ketika menghadapi hal baru, 60% depresi dan kesepian karna tidak ada tempat bercerita, 50% sedih dan menangis ketika mengingat masa lalu yang berkaitan dengan kedua orang tuanya, penyebaran kuesioner terbuka kembali dilakukan pada 30 remaja di Panti Asuhan Al Falah kota Padang pada tanggal 13 juli 2024 didapatkan hasil bahwa dari data tersebut 80% remaja merasa tidak nyaman dikarnakan kondisi panti yang terlalu padat, fasilitas di Panti Asuhan tidak memadai. 70% remaja merasa terganggu dengan suasana panti yang berisik dan panas. 30% remaja yang merasa tidak sabar ketika menunggu antri makan, mandi dan mencuci karna kondisi Panti Asuhan yang sangat padat.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu pembina di salah satu Panti Asuhan. Dari wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa remaja perempuan lebih bisa di atur dari pada remaja laki-laki, karna pembina remaja perempuan yang tinggal di panti asuhan tersebut berjumlah 13 orang. Sedangkan remaja laki-laki susah untuk diatur karna dari data 200 lebih remaja laki-laki yang tinggal di Panti Asuhan tersebut hanya diasuh oleh 3 orang pembina, dari 3 pembina tersebut yang aktif hanya 1 pembina. Kekurangan pembina untuk remaja laki-laki serta kesulitan dalam pengaturan menambah stres remaja. Stres yang dialami oleh remaja disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kondisi fisik panti yang tidak mendukung, fasilitas yang tidak memadai, serta pengaturan yang kurang efektif. Stres ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan emosional mereka, serta berpotensi mempengaruhi perilaku dan interaksi sosial mereka. Hal ini menekankan perlunya perhatian lebih terhadap perbaikan kondisi fasilitas dan penambahan jumlah pembina yang mampu memberikan perhatian lebih individual kepada remaja di panti asuhan. Peningkatan kualitas lingkungan fisik dan pengelolaan yang lebih baik diharapkan dapat mengurangi tingkat stres yang dialami oleh remaja. Hal inilah yang mendorong peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Gambaran Tingkat Stres Remaja Panti Asuhan di Kota Padang ditinjau dari Perbedaan Jenis Kelamin".

## METODE

Populasi pada penelitian ini diketahui sebagai keseluruhan individu yang dijadikan subjek atau objek yang akan diteliti serta mempunyai ciri-ciri khusus guna ditelaah dan diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi pada penelitian kuantitatif ini jumlahnya cukup besar sehingga tidak memungkinkan untuk dijangkau seluruhnya. Adapun Populasi yang ditetapkan pada penelitian ini yakni remaja yang berada pada panti asuhan di kota Padang

berjumlah 877 orang remaja dari 29 Panti Asuhan yang tersebar. Adapun sampel dalam penelitian ini jumlah kecil dari anggota populasi yang ditetapkan mengacu terhadap kriteria khusus yang dinilai bisa menjadi perwakilan populasi yang ada (Sugiyono, 2013). Adapun teknik penetapan sampel yang akan dipakai pada penelitian ini yakni teknik Sampel Random Sampling.

Jenis metode pada penelitian ini yakni metode kuantitatif, melalui desain penelitian studi cross-sectional. Kerlinger dan Lee (2000) metode penelitian cross-sectional yakni cara yang dipakai pada sebuah titik waktu atau dalam periode waktu yang singkat untuk mengumpulkan data dari satu atau lebih variabel di beberapa individu atau kelompok. Stres remaja dalam penelitian ini adalah variabel terikat yang mana kondisi psikologis yang diindikasikan pada tekanan emosional, mental, dan fisik yang dialami oleh remaja sebagai respons terhadap berbagai tuntutan, perubahan, atau konflik yang berlangsung pada kehidupan keseharian. Stres pada remaja pada penelitian ini diukur menggunakan skala DASS-stres yang berjumlah 14 item yang merupakan skala yang dikembangkan oleh Lovibond (1995) kemudian dimodifikasi oleh peneliti dengan menambahkan 10 item unvaforeabel dari penelitian terdahulu yakni Yuliansyah (2021). Uji coba dilakukan pada beberapa panti asuhan dengan nilai item validitas terendah yaitu 0,345 dan dan nilai item validitas tertinggi 0,610. Pada tahap uji coba ini terdapat 14 item yang gugur dengan nilai alpha finish 0,824.

## HASIL

Analisis data diawali dengan uji normalitas pada variabel penelitian, seelah uji normalitas dilakukan, langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian bersifat homogen atau tidak, dan langkah terahir melakukan uji hipotesis.Untuk mendapatkan jawaban dari berikut hasil analisis masalah yang telah dipaparkan. Data analisis menggunakan bantuan aplikasi software SPSS versi 26. Berikut hasil analisis dari penelitian ini:

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas data**

| Variabel | K-SZ | Asymp.Sig (2Tailed) | Keterangan |
|---|---|---|---|
| **Stres Remaja** | **0.080** | **0.000** | **Tidak Normal** |

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa variabel Stres Remaja memiliki nilai KSZ= 0.080 dengan nilai p = 0.000 dimana nilai p kecil dari 0.05 yang menyatakan bahwa penyebaran data tidak normal.

**Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas**

| Skala Stres Remaja | | | |
|---|---|---|---|
| Levene Statistics | df1 | df2 | Sig |
| .000 | 1 | 266 | .983 |

Dari tabel 2. didapatkan hasil uji homogenitas yang dilakukan dalam penelitian ini didapatkan nilai probabilitas (p) sebesar 0,983 dapat dikatakan p> 0,05 sehingga varian data pada penelitian ini bersifat homogen.

**Tabel 3. Hasil uji Hipotesis (Mann Whitney)**

| Jenis Kelamin | F | Mean | Z | Asymp. Sig. (2-tailed) | Mann Whitney U |
|---|---|---|---|---|---|
| Perempuan | 150 | 148.24 | -3.279 | 0.001 | 6788.50 |
| laki-laki | 118 | 117.03 | | | |

Dari tabel 3. Uji Mann whitney dilakukan kerena data bersifat tidak normal, diketahui bahwa hasil uji mann whitney menyatakan nilai signifikan menunjukkan angka 0,001. Maka sig (p Value) 0,001 < 0,05 dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi secara normal.

**Tabel 4. Rerata Hipotetik dan Rerata Empirik Skala Stres Remaja (Dass-Stres)**

| Variabel | Skor Hipotetik | | | | Skor Empirik | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Min | Max | Mean | SD | Min | Max | Mean | SD |
| Stres Remaja | 10 | 40 | 25 | 5 | 12 | 38 | 1.80 | 0.63 |

Dari tabel 4. dapat diperoleh nilai mean empirik dari variabel stres remaja dengan nilai 1.80 sedangkan untuk nilai hipotetik variabel stres remaja adalah 25. Nilai standar defiasi skor empirik lebih rendah dari standar defiasi skor hipotetik yaitu 0.63 < 5. Berarti dapat disimpulkan bahwa mean empirik pada variabel stres remaja lebih kecil daripada mean hipotesis, artinya remaja panti asuhan memiliki tingkat stres yang berada dibawah rata² hipotetik.

## PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi pada penelitian ini yang menyatakan terdapat hubungan signifikan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa hipotesis nol ($H_0$) dalam penelitian ini di tolak dan hipotesis a ($H_a$) diterima. Dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat stres diantara remaja laki-laki dan perempuan yang tinggal di Panti Asuhan di Kota Padang. Penelitian ini berfokus pada remaja yang berusia 12-18 tahun. Fokus ini dipilih dikarnakan pada saat remaja berusia 12-18 tahun adalah masa dimana remaja mengalami fase perkembangan yang seringkali menyebabkan stres salah satunya di pengaruhi oleh perubahan hormon yang terjadi pada tubuh remaja hingga mempengaruhi sikap dan tingkah lakunya (Hartati & Pakpahan, 2021).

Berdasarkan hasil uji hipotesis, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat stres antara remaja laki-laki dan perempuan yang tinggal di Panti Asuhan di Kota Padang. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres pada remaja yang berada dalam lingkungan panti asuhan. Dapat diartikan bahwa secara statistik, tingkat stres yang dialami oleh remaja laki-laki berbeda dengan tingkat stres yang dialami oleh remaja perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh zahra (2019) yang mengatakan bahwa jenis kelamin terlibat dalam menentukan tingkat stres karna sejalalan dengan perkembangan remaja dan bagaimana cara remaja tersebut mengatasinya. Hasil penelitian terdahulu juga mendukung penelitian ini yaitu penelitian oleh Lazarus dan Folkman (1984) menyebutkan bahwa perempuan cenderung menggunakan strategi coping berbasis emosi lebih sering daripada laki-laki, yang cenderung lebih mengandalkan strategi berbasis masalah. Ini bisa menjelaskan mengapa perempuan mungkin memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dalam situasi yang penuh tekanan. lanjutan pada penelitian ini juga menemukan hasil analisis uji hipotesis per aspek pada 2 kelompok subjek yaitu pada item nomor 1 dan item nomor 10 merupakan item dari "Mudah marah/gelisah" aspek ini mendapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Pertanyaan item nomor 1 yaitu "Saya merasa diri saya mudah marah karna hal sepele" sedangkan pertanyaan item nomor 10 yaitu "Saya muda merasa gelisah" hesil item ini menunjukkan skor remaja perempuan lebih tinggi dari remaja laki-laki, hal ini menandakan remaja perempuan lebih mudah marah dan gelisah. Hal ini perlu menjadi perhatian karna akan berdampak pada kesehatan remaja.

Item nomor 6 dan 8 merupakan item dari aspek "Mengganggu/lebih reaktif" aspek ini mendapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Pertanyan item nomor 6 yaitu "Saya merasa saya sangat mudah marah" sedangkan item 8 yaitu "Saya mudah panik". hesil item ini menunjukkan skor remaja perempuan lebih tinggi dari remaja laki-laki, hal ini menandakan remaja perempuan lebih mudah merasa mengganggu dan mudah panik. Item 1 dan 6 Hal ini sejalan dengan tinjauan literatur yaitu Atkinson (2003) yang menyatakan bahwa salah satu cara individu menanggapi stres adalah melalui perilaku marah, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak hanya mengekspresikan stres mereka melalui luapan emosi, sebagian besar responden menjawab bahwa hal ini sering terjadi, menunjukkan bagaimana mereka mengendalikan emosi dalam menghadapi masalah (Atkinson, 2003).

Berdasarkan hasil uji hipotesis peraspek diketahui bahwa, dibandingkan dengan remaja laki-laki, meskipun remaja perempuan menilai salah satu cara menghadapi stres adalah melalui perilaku marah, remaja laki-laki cendrung menghadapi stres dengan menenangkan diri seperti bermain game, olahraga dan berkumpul bersama teman hal ini tertera ketika remaja mengisi kuesioner terbuka saat pengisian angket penelitian. Melihat hasil uji hipotesis penelitian ini menyimpulkan remaja yang tinggal di Panti Asuhan cenderung memiliki tingkat stres yang rendah, hal ini juga didukung oleh pernyataan remaja ketika mengisi kuesioner penelitian mereka merasa tidak nyaman dengan kondisi lingkungan yang kurang mendukung, sedih dan ingin segera pulang karna merindukan keluarga dan menghindari keramaian serta kebisingan namun remaja bisa mengatasi masalahnya dengan menenagkan pikiran dengan membaca Al quran, beristigfar, menenangkan diri, menerima keadaan, bersabar dengan situasi dan mencari hiburan lain. Sedangkan aspek keempat yaitu "Mengganggu/lebih reaktif" berada pada tingkat sedang, hal ini juga didukung dengan kuesioner terbuka, secara umum mereka merasakan sulit untuk berkonsentrasi, tidak ingin diajak bicara ketika sedang ada masalah dan merasa marah ketika diganggu atau dibully, kelelahan karna banyaknya jadwal kegiatan di Panti Asuhan. Namun remaja bisa mengatasi masalahnya dengan menenangkan diri dengan mencari tempat yang tenang, melupakan masalah yang terjadi dan sebagian mencari solusi dengan menceritakan kepada pengasuh atau pengurus Panti Asuhan. Penelitian ini sejalan penelitian oleh Laili & Basuki (2018) penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stress. Lingkungan Panti yang ramai dapat membuat remaja sering merasa gelisah, mudah marah, dan kesal, jumlah fasilitas terbatas sehingga mereka harus menggunakan fasilitas Panti Asuhan secara bergiliran yang bagi sebagian orang akan merasakan tidak sabar bila harus menunggu.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa tingkat stres remaja panti asuhan bervariasi Meskipun mereka menghadapi tantangan seperti ketidaknyamanan dengan lingkungan yang kurang mendukung, kerinduan akan keluarga, dan keinginan untuk menghindari keramaian serta kebisingan, mayoritas dari mereka menunjukkan tingkat stres yang relatif rendah. Mereka mampu mengatasi tekanan ini dengan berbagai cara, seperti menenangkan pikiran melalui aktivitas spiritual, bersabar dengan situasi, dan mencari hiburan lain. Secara umum, walaupun ada aspek-aspek tertentu yang memicu stres lebih tinggi, remaja di panti asuhan memiliki strategi coping yang efektif untuk menghadapi dan mengelola stres yang mereka alami.

## KESIMPULAN

Dapat ditarik kesimpulan mengenai gambaran tingkat stres remaja Panti Asuhan di kota Padang ditinjau dari perbedaan jenis kelamin bahwa Remaja yang tinggal dipanti asuhan mengalami stres disebabkan oleh beberapa hal diantaranya karna kondisi Panti Asuhan yang fasilitasnya tidak mencukupi, kehidupan di Panti yang padat dan berisik, suasana Panti Asuhan yang panas. Stres pada remaja perempuan yang tinggal di Panti Asuhan memiculkan beberapa gejala seperti merasa cemas, marah, merasa tidak nyaman, sedih, kelelahan dan kegugupan. Stres pada remaja laki-laki yang tinggal di Panti Asuhan memunculkan gejala yang lebih ringan seperti tidak sabar, sedih, gugup dan kelelahan. Secara umum tingkat stres remaja di panti asuhan cenderung rendah namun stres yang dirasakan remaja perempuan lebih tinggi dari pada stres remaja laki-laki.

Meskipun tingkat stres remaja di Panti Asuhan cenderung rendah remaja yang tinggal di Panti Asuhan remaja perlu mengetahui dan mempelajari lebih lanjut cara-cara atau hal-hal yang bisa menurunkan stres.

Bagi pihak panti yang terkait diharapkan dengan penelitian ini menjadikan wawasan lebih dalam terhadap bagaimana stres yang dialami remaja yang tinggal di Panti Asuhan. Pengelola panti asuhan perlu menyadari bahwa remaja laki-laki dan perempuan mungkin membutuhkan pendekatan yang berbeda dalam hal dukungan emosional dan manajemen stres. Program dukungan yang ada harus dirancang untuk memperhitungkan perbedaan ini, dengan memberikan ruang bagi remaja perempuan untuk mengekspresikan dan mengelola emosi mereka, serta membantu remaja laki-laki untuk mengembangkan keterampilan coping yang lebih sehat. Program yang dimaksud bisa berupa workhop, seminar dan pelatihan

tentang manajemen stres, layanan konseling, olah raga atau rekreasi lainnya yang mendukung dalam menurunkan stres.

Bagi penelitian selanjutnya terkait stres remaja di Panti Asuhan, diharapkan penelitian ini bisa menjadi acuan dan landasan untuk bisa dikembangkan lebih luas baik itu jumlah subjek atau tempat penelitian yang bisa ditambah lebih banyak lagi agar mendapatkan hasil yang lebih spesifik. Atau bisa juga dikaitkan dengan variabel yang lain seperti penerimaan diri, Psychological Well-Being, strategi Coping dan lain-lain.

## DAFTAR PUSTAKA


Atkinson, R.L.,Atkinson, R.C., Smith, E.E., & Bem, D.J. (2003). *Pengantar Psikologi Jilid II*. EdisiKesebelas. Alih Bahasa : Widjaya Kusuma. Batam : Interaksara.

Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). Foundations of behavioral research. Northridge, CA: Wadsworth, Thomson Learning

Lovibond, S.H., Lovibond, P.F., 1995. Manual for The Depression Anxiety & Stress Scales, 2 nd. ed. *Psychology Foundation of Australia,* Sydney.

Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). Source Url: https://padangkota.bps.go.id/indicator/23/75/1/jumlah-panti-asuhan.html

Hartati, B., & Pakpahan, J. E. S. (2021). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas. *Jurnal Keperawatan Flora*, 14(1), 9-15.

Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). Foundations of behavioral research. Northridge, CA: Wadsworth, Thomson Learning.

Kaplan, R.M & Saccuzo, P.D. (1993). Phsycological Testing. *California. Brooks/Cole publishing company.*

Laili, R. Z., Basuki, dan S, I. Laili. (2018). Tingkat Stres Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kabupaten Mojokerto. *Jurnal SI Keperawatan STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto.* 1-5

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Lovibond, S.H., Lovibond, P.F., 1995. Manual for The Depression Anxiety & Stress Scales, 2 nd. ed. *Psychology Foundation of Australia,* Sydney.

Santrock. (2007). *Buku Perkembangan Anak*, Jakarta, Erlangga.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. In Alfabeta. Alfabeta.

Zahra, S. J. (2019). Gambaran Stres Santri Di Pondok Pesantren Salafiyah Nurul Amin Samarinda. *Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*, I (1), 2019.

Zuliansyah. F. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Periaku Merokok Pada Remaja Di Desa Banjarsari Kecamatan Metro Utara Tahun 2021* (Doctoral dissertation. UMRI)