

DAFTAR PUSTAKA

- Aufar, A, F., Raharjo, S, T. (2020). Kegiatan Relaksasi Sebagai Coping Stress Di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 2(2): 157- 163.
- Diferiansyah, O., Septa, T., Lisiswanti, R. (2016). Gangguan Cemas Menyeluruh. *Jurnal Medula Unila*. 5(2): 63-68.
- Efrizal, W. (2020). PERSEPSI DAN POLA KONSUMSI REMAJA SELAMA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Penelitian Biologi, Botani, Zoologi dan Mikrobiologi*. 5(2): 43-48.
- Fajkowska, M., Domaradzka, E., Wytykowska, A. (2018). Types of Anxiety and Depression: Theoretical Assumptions and Development of the Anxiety and Depression Questionnaire. *Frontiers in Psychology*. 8: 1-23.
- Fitria, L., Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*. 6(1): 1-4.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori stres: Stimulus, respons, dan transaksional. *Buletin Psikologi*, Vol. 24(1), 1-11 DOI 10.22146/bpsi.11224
- Handarini, OI. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya *Study From Home* (SFH) Selama Pandemi *Covid 19*. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*. 8(3): 496-503.
- Hasibuan, SM., Riyandi, TR. (2019). Pengaruh Tingkat Gejala Kecemasan terhadap Indeks Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Biomedik (JBM)*. 11(3): 137-143.
- Hidayati, KB. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 5(2): 137-144.
- Humaida, R., *et al.* (2016). Diagnosis dan Terapi pada Pasien Gangguan Ansietas Menyeluruh Pria usia 60 tahun. *J Medula Unila*. 6(1): 149-154.
- Lehmann, M., *et al.* (2016). Emotional arousal modulates oscillatory correlates of targeted memory reactivation during NREM, but not REM sleep. *Scientific Reports*. 6: 1-13.

- Mahfud, I., Gumantan, A. (2020). Survey Of Student Anxiety Levels During The Covid-19 Pandemic. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. 4(1): 86-97.
- Maslim, R. (2013). *Diagnosis Gangguan Jiwa, Rujukan Ringkas dari PPDGJ-III dan DSM 5*. Cetakan 2 Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa FK-Unika Atmajaya. Jakarta: PT Nuh Jaya.
- Musradinur. (2016). STRES DAN CARA MENGATASINYA DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI. *Jurnal Edukasi*. 2(2): 183-200.
- Putri, RN. (2020). Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 20(2): 705-709.
- Radhitya, TV., Nurwati, N., Irfan, M. (2020). DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*. 2(2): 111-119.
- Rizqulloh, L & Iqbal, M. (2020). Deteksi Dini Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19 Pada Unnes Sex Care Community Melalui Metode Self Reporting Questionnaire. *Jurnal PRAXIS*, 3(1): 20-24.
- Setiawan, D., *et al.* (2020). Studi Retrospektif: Prevalensi Coronavirus Disease 2019 Di Rsud Dr. Soedarso Periode Februari - Oktober 2020. *Jurnal Implementa Husada*. 1(3): 211-220.
- Suwandi, GR., Malinti, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 Pada Remaja Di SMA Advent Balikpapan. *Malahayati Nursing Journal*. 2(4): 677-685.
- Utama, LJ. (2020). Gaya Hidup Masyarakat Nusa Tenggara Timur Dalam Menghadapi Pandemi Corona Virus Disease 19 (Covid-19). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 7(1): 34-40.
- Varghese, R. P., Norman, T. S. J., & Thavaraj, H. S. (2015). Perceived stress and sel efficacy among college student: A global review. *Internasional Journal of Human Resource*, Vol. 5(3), 15-14 DOI <https://doi.org/10.2139/SSRN.2703908>
- Winurini, S. (2020). Bencana Covid-19: Stresor bagi Pasangan Suami Istri di Indonesia. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*. 11(2): 185-197.

- Wulandari, A., Rahman, F., Pujianti, N., Sari, AR., Laily, N., *et al.* (2020). Hubungan Karakteristik Individu dengan Pengetahuan tentang Pencegahan *Coronavirus Disease* 2019 pada Masyarakat di Kalimantan Selatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 15(1): 42-46.
- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., Yang, N. (2020). Social Capital and Sleep Quality in Individuals Who Self-Isolated for 14 Days During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China. *Med Sci Monit*. 26: 1-8.
- Ye, Z., *et al.* (2020). Chest CT manifestations of new coronavirus disease 2019 (COVID-19): a pictorial review. *European Society of Radiology*. 37: 1-9.

Lampiran I. Informasi Penelitian dan Informed Consent

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan *Perceived Stress* pada Siswa Kelas 10 SMAN 5

Makassar di Masa Pandemi COVID-19

Terima kasih atas kesediaan anda meluangkan waktu untuk membaca penjelasan tentang “**Hubungan Tingkat Kecemasan dengan *Perceived Stress* pada Siswa Kelas 10 SMAN 5 Makassar di Masa Pandemi COVID-19**”. Survey ini merupakan instrument pengumpulan data untuk penelitian mata kuliah Metodologi Penelitian a.n. Nur Inda Rahmani.

Kondisi pandemi COVID-19 saat ini merupakan penyakit yang cepat menyebar ke seluruh dunia, salah satunya Indonesia. Data dari Satuan Tugas Penanganan COVID-19 di Indonesia didapatkan jumlah kasus terkonfirmasi 392.934, kasus aktif 61.851, kasus yang sembuh 317.672, kasus yang meninggal 13.411. Hal tersebut menjadi perhatian bagi pemerintah untuk segera mengambil langkah cepat dalam menangani virus ini seperti menerapkan work from home, social distancing serta masyarakat juga diberi edukasi untuk menerapkan pola hidup sehat dengan mencuci tangan memakai sabun sesering mungkin, memakai masker ketika bepergian keluar rumah, serta menjaga jarak. Karena penularan COVID-19 berkembang secara progresif, maka hal ini membuat masyarakat tidak siap menghadapi, baik secara fisik maupun psikis. Salah satunya dikalangan pelajar yang menyebabkan perasaan takut sehingga akan berdampak kecemasan yang berlebihan.

Pandemi COVID-19 ini, selama masa karantina terjadi penurunan produktivitas, adanya ancaman tertular penyakit beserta beragam informasi yang membingungkan, menyebabkan potensi gangguan mental tidak dapat disepelekan lagi khususnya pada remaja. Remaja yang sejatinya merupakan kelompok usia paling rentan akan stress dan kecemasan kini dihadapkan kepada sebuah polemik baru akibat wabah COVID-19 yang akan semakin meningkatkan resiko terjadinya stress dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat

kecemasan dengan *Perceived Stress* pada siswa kelas 10 SMAN 5 makassar di masa pandemi COVID-19.

Sesuai dengan tujuan penelitian, saya memilih anda sebagai sampel penelitian dan menjadi responden penelitian ini. Survey ini tidak akan membahayakan kesehatan anda sebagai responden dan semua yang anda isikan akan saya jamin kerahasiaannya. Jika dalam pengerjaan survey ada bagian yang kurang jelas, silakan hubungi petugas (Nur Inda Rahmani atau 085243580873) untuk informasi lebih lanjut.

Jika Anda telah menerima penjelasan dan bersedia berpartisipasi, mohon berikan pernyataan persetujuan Anda dengan mengisi formulir berikut:

INFORMED CONSENT
PERSETUJUAN BERPARTISIPASI

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir:

Jenis Kelamin :

Agama :

Suku :

Setelah mendapatkan informasi dan pemahaman yang cukup, menyatakan **bersedia** untuk berpartisipasi sebagai responden penelitian.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun

Makassar,..2021

()

Lampiran II. Kuisisioner Tingkat Kecemasan Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)

0 : Tidak ada atau tidak pernah

1 : Pernah, sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang

2 : Sering

3 : Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat.

Berilah tanda centang (√) pada salah satu pilihan jawaban sesuai dengan yang anda alami saat

bersekolah dengan Media Daring

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele				
2.	Mulut terasa kering				
3.	Tidak dapat melihat hal yang positif dari suatu kejadian				
4.	Merasakan gangguan dalam bernapas (napas cepat, sulit bernapas)				
5.	Merasa sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan				
6.	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
7.	Kelemahan pada anggota tubuh				
8.	Kesulitan untuk relaksasi/bersantai				
9.	Cemas yang berlebihan dalam suatu situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir				
10.	Pesimis				
11.	Mudah merasa kesal				
12.	Merasa banyak menghabiskan energi karena cemas				
13.	Merasa sedih dan depresi				
14.	Tidak sabaran				

15.	Kelelahan				
16.	Kehilangan minat pada banyak hal (misal: makan, ambulasi, sosialisasi)				
17.	Merasa diri tidak layak				
18.	Mudah tersinggung				
19.	Berkeringat (misal: tangan berkeringat) tanpa stimulasi oleh cuaca maupun latihan fisik				
20.	Ketakutan tanpa alasan yang jelas				
21.	Merasa hidup tidak berharga				
22.	Sulit untuk beristirahat				
23.	Kesulitan dalam menelan				
24.	Tidak dapat menikmati hal-hal yang saya lakukan				
25.	Perubahan kegiatan jantung dan denyut nadi tanpa stimulasi oleh latihan fisik				
26.	Merasa hilang harapan dan putus asa				
27.	Mudah marah				
28.	Mudah panik				
29.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
30.	Takut diri terhambat oleh tugas-tugas yang tidak biasa dilakukan				

31.	Sulit untuk antusias pada banyak hal				
32.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				
33.	Berada pada keadaan tegang				
34.	Merasa tidak berharga				
35.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang Anda lakukan				
36.	Ketakutan				
37.	Tidak ada harapan untuk masa depan				
38.	Merasa hidup tidak berarti				
39.	Mudah gelisah				
40.	Khawatir dengan situasi saat diri Anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				
41.	Gemetar				
42.	Sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				

Ket:

1. Skala depresi : 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42.
2. Skala kecemasan : 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41.
3. Skala stress : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39.

Lampiran III. Kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS)

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah pertanyaan dan pernyataan berikut dengan baik
2. Anda sebagai responden diperbolehkan bertanya kepada peneliti, jika ada pertanyaan / pernyataan yang tidak dimengerti
3. Lengkapilah identitas terlebih dahulu
4. Berikan tanda centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran anda selama satu bulan terakhir
5. Jumlahkan skor total dari semua pertanyaan / pernyataan
6. Berikan kode sesuai hasil skor anda
7. Untuk pertanyaan positif (4,5,7,8) bernilai kebalikannya (0=4, 1=3, 2=2, 3=1, 4=0)
8. Selamat mengisi dan terima kasih atas kerjasamanya

Keterangan :

0 : Tidak pernah.

1 : Hampir tidak pernah (1-2 kali).

2 : Kadang-kadang (3-4 kali).

3 : Hampir sering (5-6 kali).

4 : Sangat sering (lebih dari 6 kali).

Kode 1 : skor total 1-13.

Kode 2 : skor total 14-26.

Kode 3 : skor total 27-40.

KUESIONER PERCEIVED STRESS SCALE (PSS)

No	PERTANYAAN	0	1	2	3	4
1.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga					
2.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda					
3.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan					
4.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi					
5.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda					
6.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan					
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda					
8.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering					

	anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain					
9.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan					
10.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya					
Skor						

Lampiran IV. Data Hasil Penelitian

No.	Nama Lengkap	Tempat Lahir	JK	PSS	Kategori PSS	Skor PSS	DASS	Kategori DASS	Skor DASS
1	A.sabrina nur fadilah	Makassar	P	Stres Ringan	1	7	Kecemasan Normal	1	0
2	Athila Dwi Nugraha Ihsan	Makassar	L	Stres Sedang	2	15	Kecemasan Normal	1	7
3	Muh.Fadly Rafi Syahlevi	Makassar	L	Stres Ringan	1	9	Kecemasan Normal	1	6
4	I Made Ryan	Makassar	L	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Normal	1	6
5	Jessyca Natasya Kaunang	Makassar	P	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Normal	1	2
6	MUHAMMAD DHIMAS PRASETYO	Makassar	L	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Normal	1	6
7	Annisa Nurpadillah	Makassar	P	Stres Sedang	2	19	Kecemasan Normal	1	7
8	Nagitha cinthia dewi	Makassar	P	Stres Ringan	1	5	Kecemasan Normal	1	5
9	KESIA ADIRA SAHARANI	Makassar	P	Stres Ringan	1	0	Kecemasan Normal	1	0
10	Aurelia Angelin Elisabeth	Rantepao	P	Stres Ringan	1	9	Kecemasan Normal	1	7
11	Ghaisa Zahira Shofa	Makassar	P	Stres Sedang	2	18	Kecemasan Normal	1	7
12	Syifaa Isyanira Kasim	Makassar	P	Stres Ringan	1	5	Kecemasan Normal	1	0
13	Arzaq Previanda Faqih	Tanah Grogot	L	Stres Sedang	2	16	Kecemasan Normal	1	6
14	Muh.Dzar Al Ghifari	Makassar	L	Stres Ringan	1	13	Kecemasan Normal	1	3
15	Khairunnisa Syakirah P Z Ircham	Makassar	P	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Normal	1	7
16	Muhammad ikram hatim	Makassar	L	Stres Sedang	2	18	Kecemasan Normal	1	5
17	Andi Haikal Cakra Alwi Wangsa	Makassar	L	Stres Sedang	2	17	Kecemasan Normal	1	7
18	Waode Allysa Amalia Putri	Makassar	P	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Normal	1	7
19	Efendi Imanuel Pandan	Makassar	L	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Normal	1	7
20	Rivaldi Wardana Putra	makassar	L	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Ringan	2	9
21	M. Aqillah Cheira Pasya	Bone	L	Stres Sedang	2	15	Kecemasan Ringan	2	9
22	Najwa Faradibah	Palu	P	Stres Sedang	2	16	Kecemasan Ringan	2	8

23	Berliana Namira Adinda	Malang	P	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Ringan	2	9
24	ALVA GIOVANI	Kupang	L	Stres Sedang	2	16	Kecemasan Ringan	2	8
25	Elsas Agung Ampulembang	Makassar	L	Stres Sedang	2	21	Kecemasan Ringan	2	9
26	MUH FARRAS DAKSANA	Makassar	L	Stres Ringan	1	13	Kecemasan Sedang	3	14
27	William valdes Andilolo	Makassar	L	Stres Sedang	2	16	Kecemasan Sedang	3	10
28	Nasywa Faradilah	Palu	P	Stres Sedang	2	14	Kecemasan Sedang	3	13
29	Cheryl Christy henes	Makassar	P	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Sedang	3	11
30	Muh Haydar Ali Yahya	Makassar	L	Stres Ringan	1	12	Kecemasan Sedang	3	11
31	Irtiyaah nailah Zaky amany	Makassar	P	Stres Sedang	2	17	Kecemasan Sedang	3	12
32	Anbaryasmin Nur R	Makassar	P	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Sedang	3	12
33	Ishmah Nurwasilah	Makassar	P	Stres Sedang	2	21	Kecemasan Sedang	3	11
34	DANIEL PARAENG	SANGIHE	L	Stres Sedang	2	24	Kecemasan Sedang	3	13
35	Ade Ameliah Anugrah Mukhsin	Makassar	P	Stres Ringan	1	11	Kecemasan Sedang	3	14
36	Maharani Fadhila Irnabila	Makassar	P	Stres Sedang	2	22	Kecemasan Sedang	3	10
37	Raditya pradana	Makassar	L	Stres Sedang	2	18	Kecemasan Sedang	3	11
38	Finela Dwi Belopadang	Makassar	P	Stres Sedang	2	18	Kecemasan Sedang	3	10
39	Ade Rizki Saputra	Makassar	L	Stres Ringan	1	12	Kecemasan Sedang	3	12
40	Nadia Laila Zafira	Makassar	P	Stres Sedang	2	17	Kecemasan Sedang	3	10
41	Andi tenri naila oddang	Makassar	P	Stres Ringan	1	10	Kecemasan Sedang	3	12
42	A.nadya dwi pratiwi	Makassar	P	Stres Sedang	2	23	Kecemasan Sedang	3	10
43	Ghassani Haziyyah Muharram	Makassar	P	Stres Ringan	1	13	Kecemasan Berat	4	15
44	Karin Rara Batara	Makassar	P	Stres Sedang	2	16	Kecemasan Berat	4	17

Lampiran V Hasil Pengolahan Data Dengan SPSS

Crosstabs

Notes

Output Created	05-DEC-2021 22:49:24	
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	44
Missing Value Handling	Definition of Missing	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics for each table are based on all the cases with valid data in the specified range(s) for all variables in each table.
Syntax	CROSSTABS /TABLES=DASS BY PSS /FORMAT=AVALUE TABLES /CELLS=COUNT /COUNT ROUND CELL.	
Resources	Processor Time	00:00:00,02
	Elapsed Time	00:00:00,02
	Dimensions Requested	2
	Cells Available	524245

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
DASS * PSS	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%

DASS * PSS Crosstabulation

Count

		PSS		Total
		Stres Ringan	Stres Sedang	
DASS	Kecemasan Berat	1	1	2
	Kecemasan Normal	13	6	19
	Kecemasan Ringan	2	4	6
	Kecemasan Sedang	7	10	17
Total		23	21	44

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
DASS * PSS	44	100.0%	0	0.0%	44	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	3.692 ^a	3	.297
Likelihood Ratio	3.762	3	.288
N of Valid Cases	44		

a. 4 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .95.

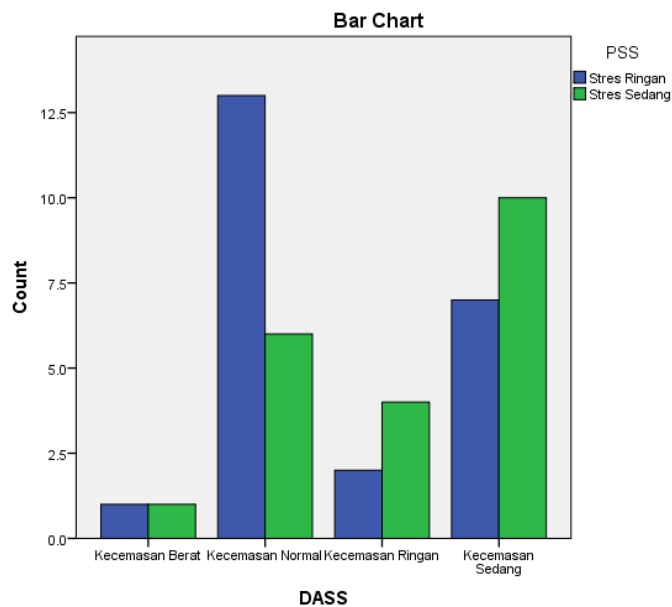
Symmetric Measures^c

		Value	Asymptotic Standard Error ^a	Approximate T ^b	Approximate Significance
Ordinal by Ordinal	Kendall's tau-b	.215	.140	1.547	.122
N of Valid Cases		44			

a. Not assuming the null hypothesis.

b. Using the asymptotic standard error assuming the null hypothesis.

c. Correlation statistics are available for numeric data only.



Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Skor_PSS	13.6591	5.04373	44
Skor_DASS	8.5227	3.91472	44

Correlations

		Skor_PSS	Skor_DASS
Skor_PSS	Pearson Correlation	1	.467**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	44	44
Skor_DASS	Pearson Correlation	.467**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	44	44

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

GGraph

