

**HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPERIBADIAN DAN DUKUNGAN
TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PADA
REMAJA GENERASI Z DI SMAN 1 CIGUGUR
KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pada
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

**Oleh:
MEYLISA RESDIYANI
CKR0210028**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPERIBADIAN DAN DUKUNGAN
TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PADA
REMAJA GENERASI Z DI SMAN 1 CIGUGUR
KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2025

Diajukan oleh:

MEYLISA RESDIYANI

CKR0210028

Kuningan, Juni 2025

Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Ns. Nur Wulan, M.Kep
NIDN. 401039401

Pembimbing II



Ns. Avip Svarifudin N, S.Kep.M.Kep
NIDN. 4557770671130292

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPERIBADIAN DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PADA REMAJA GENERASI Z DI SMAN 1 CIGUGUR

Skripsi ini telah di ujikan oleh Tim Penguji
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Pada, 20 Mei 2025

Mengesahkan

Penguji I



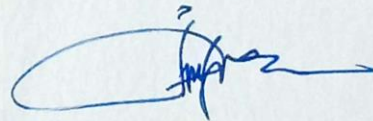
Ns. Khusnul Ain, M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0405038002

Penguji II



Ns. Nur Wulan, M.Kep
NIDN. 401039401

Penguji III

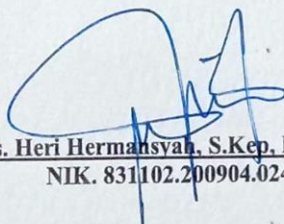


Ns. Avip Svarifudin N, S.Kep.M.Kep
NIDN. 4557770671130292

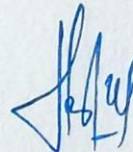
Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep. M.KM
NIK. 831102.200904.024



Ns. Neneng Aria Nengsih, M.Kep.
NIK. 811007.201010.040

LEMBAR PERNYATAAN

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Meylisa Resdiyani

NIM : CKR0210028

Kelas : Regular A

Program : SI Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti
Husada Indonesia

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Generasi Z Di SMAN 1 Cigugur Tahun 2025” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi yang diajarkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain atas keaslian karya saya ini. Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kuningan, Juni 2025

Penulis



Meylisa Resdiyani

LEMBAR PERSEMBAHAN

This Chapter

Cinta pertamaku dan panutanku, Ayahanda Junaedi. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.

Pintu surgaku. Ibunda Ecinah. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program studi penulis, beliau juga memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai di bangku perkuliahan, tapi semangat, motivasi serta doa yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya hingga sarjana.

Kepada kedua Kakakku beserta istrinya. Terimakasih banyak untuk dukungannya secara moral maupun material, terimakasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang di berikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana

Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya. Tuan Je. Terimakasih telah meenjadi bagian dalam proses perjalanan penulis Menyusun skripsi. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan menyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan skripsi ini terselesaikan

Tak lupa untuk Ibu Ns. Nur Wulan, M.Kep., Bapa Ns. Ayip Syarifudin N, S.Kep.M.Kep selaku dosen pembimbing skripsi dan Ibu Ns. Khusnul Aini, M.Kep., Sp. Kep. J., selaku dosen penguji. Terima kasih banyak karena selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan agar saya menjadi lebih baik. Tidak akan lupa segala arahan serta motivasi dan kesabaran ibu dalam membimbing saya.

Meylisa Resdiyani. Ya! Diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab menyelesaikan apa yang telah di mulai. Selamat karena sudah mampu melewati setiap prosesnya. Terimakasih sudah bertahan.

**UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
FEROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
SKRIPSI, JUNI 2025**

**MEYLISA RESDIYANI
CKR0210028**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA TIPE KEPERIBADIAN DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP TINGKAT STRES PADA REMAJA GENERASI Z DI SMAN 1 CIGUGUR

Xiv+6 Bab+123 halaman+10 Tabel+2 Bagan+9 Lampiran

Latar Belakang: Tingkat stres yang di alami oleh remaja Generasi Z, menunjukkan angka yang lebih tinggi dibandingkan Generasi X. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menyebutkan stres pada remaja bahkan disimpulkan meningkat setiap tahunnya sebanyak 9,8%, stres dapat di pengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, faktor internal misalnya kondisi fisik, motivasi, dan tipe kepribadian dari remaja itu sendiri. Sedangkan faktor eksternal seperti keluarga, pekerjaan, fasilitas, lingkungan, dukungan teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tipe kepribadian dan dukungan teman sebaya terhadap tingkat stres pada remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan metode *cross sectional*. Jumlah sampel 75 responden yang diambil dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square*.

Hasil: Sebagian besar siswa memiliki tipe kepribadian ekstrovert sebanyak 42 orang (56%), dukungan teman sebaya tinggi sebanyak 43 orang (57,3%) antara tingkat stres sedang sebanyak 30 orang (40,1%). Berdasarkan analisis bivariat hubungan tipe kepribadian dan dukungan teman sebaya terhadap tingkat stres pada remaja generasi Z di SMAN 1 Cigugur di dapatkan *p value* ($p=0,002$, $p=0,966$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan tingkat stres pada remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur dan tidak terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan tingkat stres pada remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur.

Saran: Diharapkan siswa agar memiliki mekanisme koping dalam menangani setiap permasalahan yang ada dan di harapkan mampu menerapkan adaptasi lingkungan sekitar dengan baik agar dapat mengurangi stress.

Kata Kunci: Tipe Kepribadian, Dukungan Teman Sebaya, Tingkat Stes, Remaja Generasi Z

Kepustakaan: 2 buku (2019), 40 jurnal (2017-2024), 3 skripsi (2019-2023)

**UNIVERSITY BHAKTI HUSADA INDONESIA
FEROGRAM STUDY S1 NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
DESCRIPTION, JUNE 2025**

**MEYLISA RESDIYANI
CKR0210028**

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERSONALITY TYPE AND PEER SUPPORT TO STRESS LEVELS IN GENERATION Z ADOLESCENTS AT SMAN 1 CIGUGUR

Xiv+6 Chapters+123 pages+10 Tables+2 Charts+9 Appendices

Background: *The level of stress experienced by Generation Z adolescents, shows a higher rate than Generation X. Basic Health Research (Riskesdas, 2018) states that stress in adolescents is even concluded to increase every year by 9.8%, stress can be influenced by internal and external factors, internal factors such as physical conditions, motivation, and personality types of adolescents themselves. While external factors such as family, work, facilities, environment, peer support. This study aims to analyze the relationship between personality type and peer support to stress levels in Generation Z adolescents at SMAN 1 Cigugur.*

Method: *This type of research is quantitative with a crosssectional method approach. The sample size was 75 respondents with proportionate stratified random sampling technique. Data collection using a questionnaire. Bivariate analysis using Chi-square test.*

Results: *Most students have an extroverted personality type as many as 42 people (56%), high peer support as many as 43 people (57.3%) between moderate stress levels as many as 30 people (40.1%). Based on bivariate analysis of the relationship between personality type and peer support on stress levels in generation Z adolescents at SMAN 1 Cigugur obtained p value ($p=0.002$, $p=0.966$).*

Conclusion: *There is a relationship between personality type and stress level among Generation Z adolescents at SMAN 1 Cigugur and there is no relationship between peer support and stress level among Generation Z adolescents at SMAN 1 Cigugur.*

Suggestion: *It is expected that students have a coping mechanism in dealing with every problem that exists and are expected to be able to apply environmental adaptation well in order to reduce stress.*

Keywords: *Personality Type, Peer Support, Stress Level, Generation Z Adolescents*

Literature: *2 book (2019), 40 journals (2017-2024), 3 theses (2019-2023)*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan khadirat Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Tipe kepribadian Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat stres Pada Remaja Generasi Z Di SMAN 1 Cigugur tahun 2025”, disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia. Peneliti menyadari dalam hal penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Lariatul Badriah, M.Kes, AIFO selaku ketua Universitas Bhakti Husada Indonesia.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M. H., selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Neneng Aria Nengsih, M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Nur Wulan, M.Kep., selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi selama proses penulisan sehingga menumbuhkan semangat peneliti agar menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya.
5. Ns. Ayip Syarifudin N, S.Kep.M.Kep., selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses penulisan skripsi sehingga peneliti mendapat kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Ns. Khusnul Aini, M. Kep.,Sp.Kep.J selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama proses penelitian skripsi.
7. Kepala Sekolah SMAN 1 Cigugur yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh staff dosen Program Studi S1 Keperawatan, staff perpustakaan, dan karyawan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah membantu memfasilitasi penulis dalam penulisan skripsi.
9. Ayah, Ibu, Kakak, dan Keluarga yang telah membantu dalam memberikan motivasi dan do'a dalam menyelesaikan skripsi.
10. Teman - teman Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah memberikan saran dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi.
11. Serta diri saya sendiri yang mau dan mampu untuk bertahan, berjuang, berusaha sekuat dan semampu saya, tidak menyerah walau banyak godaan untuk selalu menunda dan berhenti, terima kasih karena sudah mau untuk tetap kuat.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis dengan segala kerendahan hati mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun guna penulis nantinya. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Kuningan, Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah	7
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1. Tujuan Umum	8
1.3.2. Tujuan Khusus	8
1.4. Manfaat penelitian	9
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2. Manfaat Praktis	9
1.5. Keaslian Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Stres	13
2.1.1 Definisi Stres.....	13
2.1.2 Jenis-jenis Stres.....	13
2.1.3 Faktor penyebab stres	15
2.1.4 Pengukuran Tingkat stres.....	16
2.2 Konsep Tipe Kepribadian.....	19
2.2.1 Definisi Kepribadian.....	19
2.2.2 Definisi Tipe Kepribadian.....	19

2.2.3 Jenis-Jenis Tipe Kepribadian	21
2.2.4 Aspek Kepribadian.....	22
2.2.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tipe Kepribadian	23
2.2.6 Hubungan Antara Jenis Kepribadian Dengan Tingkat Stres	24
2.3 Konsep Dukungan Teman Sebaya.....	25
2.3.1 Pengertian Dukungan Teman Sebaya	25
2.3.2 Manfaat Dukungan Teman Sebaya	26
2.3.3 Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Teman Sebaya.....	27
2.3.4 Bentuk-Bentuk Dukungan Teman Sebaya.....	28
2.3.5 Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Dengan Tingkat Stress ...	29
2.4 Kerangka Teori.....	30
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	31
3.1 Kerangka Konseptual	31
3.2 Definisi Operasional.....	32
3.3 Hipotesis	34
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	35
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	35
4.1.1 Jenis Penelitian.....	35
4.1.2 Desain Penelitian	35
4.2 Variabel Penelitian	35
4.2.1 Variabel Independen (Variabel bebas).....	36
4.2.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat).....	36
4.3 Populasi dan Sempel Penelitian.....	36
4.3.1 Populasi Penelitian.....	36
4.3.2 Sampel Penelitian.....	36
4.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	37
4.4 Instrumen Pemenelitian	39
4.4.1 Uji Validitas.....	40
4.4.2 Uji Reliabilitas.....	41
4.5 Teknik Pengumpulan Data	43
4.5.1 Sifat dan Sumber Data	43
4.5.2 Teknik Pengumpulan Data.....	43

4.6 Pengolahan dan Analisis Data	45
4.6.1 Pengolahan Data	45
4.6.2 Analisis Data	47
4.7 Etika Penelitian.....	48
4.8 Lokasi Waktu Penelitian.....	49
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
5.1 Hasil Penelitian.....	50
5.2 Pembahasan	55
5.3 Keterbatasan Penelitian	68
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	70
6.1 Simpulan.....	70
6.2 Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Peneliti	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan antara tipe kepribadian dan dukungan teman sebaya terhadap tingkat stres pada remaja generasi z di sman 1 cigugur	33
Tabel 4.1 Sampel Penelitian	38
Tabel 4.2 Nilai Validitas Kuisisioner Tingkat Stres	40
Tabel 4.3 Nilai Validitas Kuisisioner Tipe Kepribadian	41
Tabel 4.4 Nilai Validitas Kuisisioner Dukungan teman Sebaya	41
Tabel 4.5 Nilai Reliabilitas Kuisisioner Tingkat Stres (DAAS)	42
Tabel 4.6 Nilai Reliabelitas Tipe Kepribadian	42
Tabel 4.7 Nilai Reliabelitas Dukungan Teman Sebaya	42
Tabel 4.8 Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Koefisien Kolerasi	48
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur Tahun 2025	50
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur Tahun 2025	51
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Tipe Kepribadian pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur	51
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur	52
Tabel 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur	52
Tabel 5.6 Hubungan Tipe Kepribadian dengan Tingkat Stres pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur Tahun 2025.....	53
Tabel 5.7 Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Tingkat Stres pada Remaja Generasi Z di SMAN 1 Cigugur Tahun 2025.	54

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori	30
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penyusunan Skripsi	77
Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan	78
Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan	79
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden	80
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	81
Lampiran 6 Lembar Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale (DASS)</i>	82
Lampiran 7 Lembar Kuesioner Tipe kepribadian	83
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Dukungan Teman Sebaya	84
Lampiran 9	86
Lampiran 10	88
Lampiran 11 Pengolahan Data	90
Lampiran 12 Hasil Output SPSS Uji Univariat	95
Lampiran 13 Hasil SPSS Uji Bivariat	105