




**TINGKAT STRES SISWA SMU DITINJAU DARI  
PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI**

**SKRIPSI**

Oleh :

**LENNY SANTOSO**  
97.40.2453



	<b>PERPUSTAKAAN</b>	
	No. INV.	079 / P / c.1
	No. PEN.	
PARAP.		TGL. 29.12.01

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2001**

**TINGKAT STRES SISWA SMU DITINJAU DARI  
PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Katolik  
Soegijapranata Untuk Memenuhi Sebagian Dari  
Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi

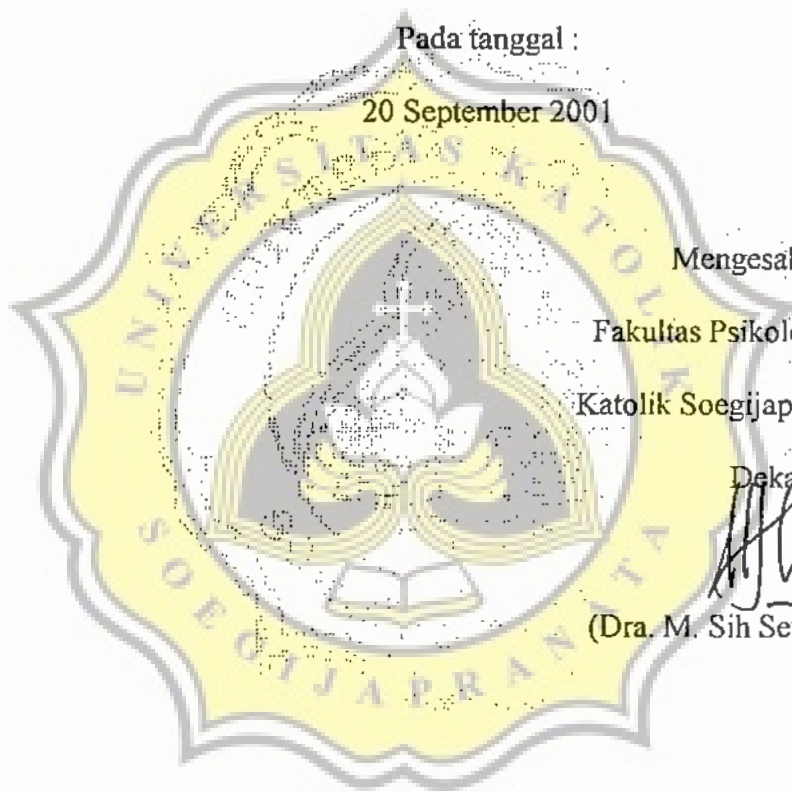


**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2001**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata dan diterima untuk memenuhi  
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi

Pada tanggal :

20 September 2001



Mengesahkan,

Fakultas Psikologi Universitas  
Katolik Soegijapranata Semarang

Dekan

(Dra. M. Sih Setija Utami, MKes)

Dewan Penguji

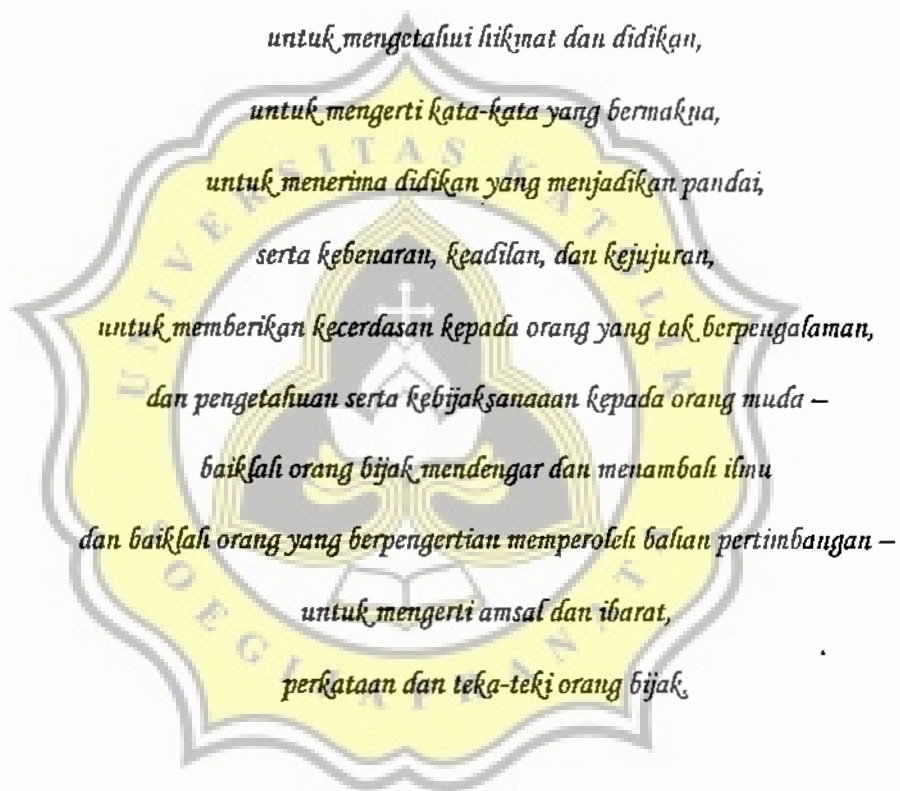
1. Dra. M. Sih Setija Utami, MKes
2. Dr. Br. Martinus TH, Fic., MSc
3. Drs. Eddy Widiyatmadi, MSI

Tanda Tangan

**HALAMAN PERSEMBAHAN**



## MOTTO



*Takut akan TUHAN adalah permulaan pengetahuan,  
tetapi orang bodoh menghinia hikmat dan didikan.*

*Amsal 1 : 2 – 7*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala pujian, hormat dan syukur hanya bagi Allah Bapa di Surga atas berkat dan pertolongan yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. BagiNya kemuliaan sampai selama-lamanya.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, dukungan dan bantuan dari banyak pihak. Dengan tulus penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan kepada :

1. Ibu Dra. M. Sih Setija Utami, MKes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang yang telah mendukung penulis dengan memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian.
2. Dr. Br. Martinus TH, Fic., MSc, selaku dosen pembimbing utama yang telah membimbing dengan sabar dan teliti serta selalu memberi motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Yang Roswita, MSi, selaku dosen pembimbing pendamping yang dengan penuh perhatian dan kesabaran memberikan dorongan, bimbingan serta kritik dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Dra. Sri Sumijati, MSi, selaku dosen wali yang selalu memberikan perhatian dan motivasi selama masa perkuliahan.
5. Bapak Drs. Pius Heru, MSi, yang telah memberikan bantuan dan petunjuk perihal analisis data kepada penulis.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang atas ilmu yang telah diberikan untuk pengembangan diri penulis.

7. Bapak Drs. Y. Sarwanto selaku Kepala Sekolah SMU Kolese Loyola yang telah memberikan ijin dan kemudahan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
8. Bapak I. Purnomo selaku Wakasek Akademis SMU Kolese Loyola yang telah memberikan waktu dan membantu kelancaran penelitian.
9. Ibu Ida Widuri Sanusi. MM, selaku Guru Bimbingan dan Penyuluhan (BP) SMU Kolese Loyola yang telah dengan sabar dan penuh perhatian mendampingi penulis selama proses penelitian.
10. Para siswa kelas 1 SMU Kolese Loyola, terima kasih untuk kesediaan memberikan waktu dan partisipasinya dalam penelitian.
11. Seluruh Staf Tata Usaha dan Perpustakaan Unika Soegijapranata Semarang, untuk bantuan yang diberikan kepada penulis.
12. Yang tercinta Papa, Mama dan Oh Tony untuk setiap perhatian, bantuan dan dukungan yang terkira.
13. Vivi dan Koh Franky, terima kasih untuk penyertaan dalam suka dan duka, juga semua bantuan serta doa senantiasa. *That's mean so much to me.*
14. Saudara-saudaraku yang terkasih Kaum Muda El Shadday, untuk doa dan dorongan yang tak henti-hentinya. *Special for JC and Wawan, thank's a lot !*
15. Teristimewa untuk sahabat-sahabatku Celia, Evy, Oi Yink, Yeany, lin dan Lia. Untuk semua perhatian dan kebersamaan selama ini, terima kasih.
16. Kakak-kakak kelas dan teman-teman angkatan 97 yang banyak kalau disebutkan satu persatu, terima kasih untuk segala masukan dan petunjuknya.
17. Semua anggota Angel Comp yang telah membantu dalam pengetikan skripsi.

18. Semua pihak yang telah terlibat dan membantu proses penyusunan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk setiap perhatian dan dukungan yang telah diberikan penulis sangat berterima kasih.

Penulis berharap karya ini dapat berguna bagi setiap orang yang membacanya. Semoga dapat memberikan wawasan, pengetahuan bahkan inspirasi, meskipun ada banyak kekurangan dan keterbatasan.

Kiranya Tuhan di dalam nama Yesus Kristus memberkati kita semua.



Semarang, Juli 2001

Penulis



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
MOTTO.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	7
C. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tingkat Stres.....	8
1. Pengertian Stres.....	8
2. Sudut Pandang Stres.....	9
3. Unsur Stres.....	11
4. Jenis Stres.....	15
5. Gejala-Gejala Stres.....	16
6. Karakteristik Kehidupan yang Memunculkan Perkembangan Stres.....	18
7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres.....	19
8. Tingkat Stres.....	21

B.	Persepsi terhadap Kompetisi Prestasi.....	23
1.	Pengertian Persepsi .....	23
2.	Aspek-Aspek Persepsi.....	24
3.	Pengertian Kompetisi .....	26
4.	Aspek-Aspek Kompetisi .....	28
5.	Pengertian Prestasi .....	29
6.	Persepsi terhadap Kompetisi Prestasi.....	30
C.	Hubungan Antara Persepsi terhadap Kompetisi Prestasi dengan Tingkat Stres.....	31
D.	Inteligensi.....	32
1.	Pengertian Inteligensi.....	32
2.	Pengukuran Inteligensi .....	33
3.	Hubungan Inteligensi dengan Tingkat Stres .....	34
E.	Hipotesis.....	35
BAB III	METODE PENELITIAN.....	36
A.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
B.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
C.	Populasi dan Metode Pengambilan Sampel .....	37
1.	Populasi .....	37
2.	Teknik Pengambilan Sampel.....	38
D.	Metode Pengumpulan Data .....	38
1.	Angket.....	38
2.	Tes.....	42
E.	Validitas dan Reliabilitas .....	45

1. Validitas .....	45
2. Reliabilitas.....	47
F. Analisis Data .....	48
<b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	50
1. Orientasi Kacah.....	50
2. Persiapan Penelitian.....	51
B. Pelaksanaan Penelitian.....	57
C. Hasil Penelitian.....	58
1. Uji Asumsi.....	59
2. Analisis Data.....	59
D. Pembahasan.....	60
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. RANCANGAN ANGKET TINGKAT STRES .....	41
2. RANCANGAN ANGKET PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI .....	42
3. SEBARAN NOMOR ITEM ANGKET TINGKAT STRES .....	52
4. SEBARAN NOMOR ITEM ANGKET PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI .....	53
5. SEBARAN NOMOR ITEM ANGKET TINGKAT STRES .....	55
6. SEBARAN NOMOR ITEM BARU ANGKET TINGKAT STRES .....	55
7. SEBARAN NOMOR ITEM ANGKET PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI .....	56
8. SEBARAN NOMOR ITEM BARU ANGKET PERSEPSI TERHADAP KOMPETISI PRESTASI .....	57

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
A. DATA UJI COBA ANGKET .....	71
A-1 Angket Tingkat Stres .....	72
A-2 Angket Persepsi terhadap Kompetensi Prestasi.....	78
B. ANGKET PENELITIAN .....	84
B-1 Angket Tingkat Stres.....	85
B-2 Angket Persepsi terhadap Kompetensi Prestasi.....	89
C. DATA PENELITIAN .....	93
C-1 Data Angket Tingkat Stres.....	94
C-2 Data Angket Persepsi terhadap Kompetensi Prestasi .....	99
D. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS .....	107
D-1 Angket Tingkat Stres .....	108
D-2 Angket Persepsi terhadap Kompetensi Prestasi.....	112
E. UJI ASUMSI.....	116
E-1 Uji Normalitas .....	117
E-2 Uji Linearitas.....	122
F. ANALISIS DATA.....	129
G. SURAT IJIN PENELITIAN .....	134
H. SURAT BUKTI PENELITIAN .....	136