

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA PIKIR DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA DI DESA
SUMENGKO KECAMATAN KEDUNGPRING KABUPATEN LAMONGAN**



DEVI NILASARI SAFITRI
NIM. 16.02.01.2244

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2020

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA PIKIR DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA DI DESA
SUMENGKO KECAMATAN KEDUNGPRING KABUPATEN LAMONGAN**

**Diajukan Kepada Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai Salah Satu
Syarat Untuk Melanjutkan Penelitian**

**DEVI NILASARI SAFITRI
NIM. 16.02.01.2244**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2020

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : DEVI NILASARI SAFITRI
NIM : 1602012244
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 03 APRIL 1998
INSTITUSI : UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul : " Hubungan Pola Pikir Dengan Kecemasan Pada Remaja Di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan " adalah bukan Karya Tulis Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 20 januari 2020
yang menyatakan



DEVI NILASARI SAFITRI
NIM. 16.02.01.2244

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : DEVI NILASARI SAFITRI
NIM : 1602012244
Judul : HUBUNGAN POLA PIKIR DENGAN KECEMASAN
PADA REMAJA DI DESA SUMENGKO
KECAMATAN KEDUNGPRING KABUPATEN
LAMONGAN

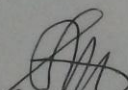
Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
bulan Juni 2020.

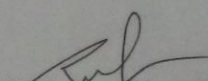
Oleh :

Mengetahui :

Pembimbing I

Pembimbing II


Moh Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes
NIP. 19750607 200501 1001


Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19881020 201211 056

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Skripsi
Di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1-Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal :

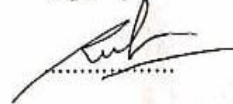
PANITIA PENGUJI

TandaTangan

Ketua : Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes

Anggota : 1. Moh Saifudin, S.,Kep.,Ns.,S.Psi M.Kes

2. Abdul Rokhman, S. Kep., Ns., M. Kep



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan


Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes
NIK. 19878 08 21 3006 01 015

CURRICULUM VITAE

Nama : DEVI NILASARI SAFITRI

Tempat, Tanggal Lahir : Lamongan, 03 April 1998

Alamat :Dusun Krandon Desa Sumengko RT 01/RW 02,
Kecamatan Kedungpring, Kabupaten Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK. Wijaya Kusuma Sumengko : Lulus Tahun 2004
2. SD Negeri Sumengko : Lulus Tahun 2010
3. SMP Negeri 1 Babat : Lulus Tahun 2013
4. SMA Negeri 1 Babat : Lulus Tahun 2016
5. Prodi S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2016 sampai sekarang.

MOTTO

“Sesungguhnya setelah kesulitan ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap”

(Q.S. Alam Nasyrh :6-8)

Berfikir positif sama halnya dengan menanam benih-benih kekuatan dan buahnya adalah keberhasilan.

PERSEMBAHAN :

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Kepada kedua orang tua yakni Bapak Tasmiran dan Ibu Sujat Miati dan saudara saya mbak Aini, adek Sahila dan Alifa terimakasih atas doa, kasih sayang, dukungan, semangat dan pengorbanan yang tak henti-hentinya diberikan kepadaku, tanpa kalian aku bukan apa – apa dan bukan siapa siapa.
2. Kepada Andika Dwi Agustian terimakasih sudah memberiku semangat dan dukungan tiada henti.
3. Teman-teman terdekat dan seperjuanganku Niswatul Latifah, Sevi Clarita, Sri Wijayanti, Indra Nur Asih dan Ulfatus Sholikhah yang tak henti memberikan semangat dan dukungan selalu mengingatkan untuk segera menyelesaikan skripsi.
4. Untuk semua pihak yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini, saya ucapkan terimakasih banyak atas semuanya.

HUBUNGAN POLA PIKIR DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA DI DESA SUMENGGKO KECAMATAN KEDUNGPRING KABUPATEN LAMONGAN

*Devi Nilasari Safitri**, *Moh. Saifudin***, *Abdul Rokhman****

ABSTRAK

Salah satu permasalahan pada remaja adalah banyaknya remaja yang mengalami kecemasan sebagai salah satu akibat masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Berpikir positif merupakan upaya meningkatkan pola pikir remaja untuk menyelesaikan masalah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pola Pikir Dengan Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan.

Desain penelitian yakni *korelasi analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi 120 remaja, sampel 93 remaja yang diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Data diambil menggunakan kuesioner dengan Uji *Spearman Rank*.

Hasil pengujian dengan *uji spearman rank (Rho)* yang menggunakan program SPSS PC *for windows* versi 18.0 yang didapatkan nilai $r_s=0,877$ yang berarti memiliki tingkat hubungan yang tinggi dan diperoleh nilai $p=0.01$ dengan taraf signifikan ($p<0,05$). Maka H_1 diterima, artinya ada hubungan pola pikir dengan kecemasan pada remaja di desa sumengko kecamatan kedungpring kabupaten lamongan.

Berdasarkan penelitian diatas maka Berpikir positif adalah solusi tepat untuk menyelesaikan masalah kehidupan seseorang, karena pemikiran yang akan membantu menentukan suasana hati yang dialami dalam situasi tertentu. Begitu individu mengalami suasana hati tertentu, suasana hati tersebut akan disertai dengan pemikiran lain yang mendukung dan memperkuat suasana hati.

Kata kunci : pola pikir, kecemasan

**RELATIONSHIP OF MIND PATTERNS WITH ANXIETY IN
ADOLESCENTS IN SUMENGGKO VILLAGE, KECAMATAN
KEDUNGPRING, LAMONGAN DISTRICT**

Devi Nilasari Safitri, Moh. Saifudin**, Abdul Rokhman****

ABSTRACT

One problem in adolescents is that many adolescents experience anxiety as a result of the transition from childhood to adulthood. Positive thinking is an effort to improve the mindset of adolescents to solve problems. The purpose of this study was to determine the Relationship between Mindset and Anxiety in Adolescents in Sumengko Village, Kedungpring District, Lamongan Regency.

The research design is analytic correlation with cross sectional approach. Population of 120 adolescents, a sample of 93 adolescents taken using the Simple Random Sampling technique. Data was taken using a questionnaire with the Spearman Rank Test.

The results of the test with the Spearman rank (Rho) test using the SPSS PC for Windows version 18.0 program obtained $r_s = 0.877$ which means that they have a high level of relationship and $p = 0.01$ with a significant level ($p < 0.05$). Then H_1 is accepted, meaning that there is a relationship between mindset and anxiety in adolescents in the village of Sumengko, Kedungpring, Lamongan Regency.

Based on the research above, positive thinking is the right solution to solve one's life problems, because thoughts will help determine the mood experienced in certain situations. Once an individual experiences a certain mood, the mood will be accompanied by other thoughts that support and strengthen the mood.

Keywords: mindset, anxiety

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul ” Hubungan Pola Pikir Dengan Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan ” sesuai waktu yang ditentukan.

Proposal penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo Amd. Kep ., M.Kes, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
3. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Moh. Saifudin, S.Kep., Ns., S.Psi., M.Kes., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan proposal ini.
5. Abdul Rokhman, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan proposal ini.

6. Orang tua saya yang atas doa, kasih sayang, dukungan, semangat dan pengorbanan yang tak henti-hentinya diberikan kepadaku
7. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil dalam terselesaikannya Skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari proposal masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 05 Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>CURICULUM VITAE</i>	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN	xvii
BAB 1 : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Akademik	5
1.4.2 Bagi Praktis	6
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Remaja	7
2.1.1 Pengertian	7
2.1.2 Batasan Usia Remaja	8
2.1.3 Karakteristik Remaja	9
2.1.3 Ciri-ciri Remaja	9
2.1.5 Tugas Perkembangan Remaja	10
2.1.6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja	10
2.2 Konsep Dasar Kecemasan	12
2.2.1 Pengertian Kecemasan	12
2.2.2 Tingkat Kecemasan	13
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	14
2.2.4 Respon Kecemasan	16
2.2.5 Gejala Klinis Kecemasan	19
2.2.6 Penatalaksanaan Kecemasan.....	20

2.2.7 Dampak Kecemasan	22
2.2.8 Pengukuran Kecemasan	23
2.2.9 Nilai Kecemasan	27
2.3 Konsep Pola Pikir	28
2.3.1 Pengertian Pola Pikir.....	28
2.3.2 Sumber Pola Pkir dan Keyakinan	29
2.3.3 Jenis-Jenis Pola Pikir	30
2.3.4 Alat Ukur Pola Pikir	31
2.4 Kerangka Konsep.....	33
2.5 Hipotesis Penelitian	34
BAB 3 : METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Waktu Dan Tempat Penelitian	36
3.3 Kerangka Kerja	36
3.4 Identifikasi Variabel	38
3.4.1 Variabel Independen	38
3.4.2 Variabel Dependen	38
3.5 Definisi Operasional	38
3.6 Populasi, Sampling dan Sampel	40
3.6.1 Populasi	40
3.6.2 Sampel	41
3.6.3 Sampling	42
3.7 Pengumpulan Dan Analisa Data	42
3.7.1 Pengumpulan Data	43
3.7.2 Inatrumen	44
3.7.3 Pengolahan	44
3.7.4 Analisa Data.....	46
3.8 Etika Penelitian	47
3.8.1 <i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	47
3.8.2 <i>Autonomy</i>	47
3.8.3 <i>Fidelly</i> (Tepat Janji)	48
3.8.4 <i>Anonymity</i>	48
3.8.5 <i>Justice</i> (Keadilan)	48
3.8.6 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	48
3.8.7 Kemanfaatan	49
BAB 4 : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil penelitian	50
4.2 Pembahasan	53
BAB5 : KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 kesimpulan	61

5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Rentang Respon Ansietas	19
Gambar 2.4 Kerangka Konsep Hubungan Pola Pikir dengan Resiko Kecemasan pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2019	33
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Pola Pikir dengan Resiko Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2019.....	37

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Respon Fisiologis Terhadap Kecemasan	16
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Pola Pikir dengan Resiko Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2019	42
Tabel 4.1 karakteristik Responden Berdasarkan Umur Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2020.....	51
Tabel 4.2 Distribusi Mengenai Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumngko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2020	51
Tabel 4.3 Distribusi Mengenai Pola Pikir Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamtan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2020	52
Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Pola Pikir Dengan Kecemasan Pada Remaja di Desa Sumengko Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan Tahun 2020	52

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Proposal
- Lampiran 2 : Surat Survey Awal
- Lampiran 3 : Surat Balasan Survey Awal
- Lampiran 4 : Lembar Permohonan menjadi responden
- Lampiran 5 : Lembar Persetujuan menjadi responden
- Lampiran 6 : Lembar Kuesioner
- Lampiran 7 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 8 : Lembar Kisi – Kisi Kuesioner

DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

-	: Sampai
%	: Persen
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
>	: Lebih dari
≤	: Kurang lebih sama dengan
RISKESDAS	: Riset, Kesehatan Dasar
WHO	: <i>World Health Organization</i>
H ₁	: Terdapat hubungan yang signifikan
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.Kep	: Magister Keperawatan
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
NIK	: Nomor Induk Kerja
Ns	: Ners
S. Kep	: Sarjana Keperawatan
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i>
NIP	: Nomor Induk Pegawai