



**PERBEDAAN STRES BELAJAR SISWA  
KELAS XI JURUSAN IPA DAN IPS DI SMA  
UNGGUL NEGERI 4 PALEMBANG (FULL  
DAY SCHOOL)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Islam Negeri Raden Fatah**

**SALMIAH  
13350160**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH  
PALEMBANG  
2019**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya :  
Nama : Salmiah  
NIM : 13350160  
Alamat : Jl. Robani Kadir, Lr Hikmah 3 Talang Putri  
Judul : Perbedaan Stres Belajar Siswa Kelas XI Jurusan IPA dan IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang (*Full Day School*)

Menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apa bila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi maka saya bersedia gelar keserjanaan saya dicabut.

Palembang, 30 Agustus 2019

Penulis

Salmiah  
NIM. 13350160

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Ini Diajukan Oleh :  
Nama : SALMIAH  
NIM : 13350160  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Perbedaan Stres Belajar Kelas XI  
Jurusan IPA dan IPS di SMA  
Unggul Negeri 4 Palembang (*Full  
Day School*)

Telah berhasil mempertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Psikologi Islam Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

### DEWAN PENGUJI

Ketua : Dr. Muhamad Uyun, MA.Si ( )  
Sekertaris : Iredho Fani Reza, MA.SI ( )  
Pembimbing I : Dr. Ema Yudiani, M.Si, Psikolog ( )  
Pembimbing II : Alhamdu, M.Ed, P.Sy ( )  
Penguji I : Dr. Muhamad Uyun, M.Si ( )  
Penguji II : Kiki Cahaya Setiawan, M.Si ( )

Ditetapkan di : Palembang  
Tanggal : 30 Agustus 2019

PROF. DR. H. Ris'an Rusli., M.A  
NIP. 196505191992031003

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMISI

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Islam Negeri Raden Fatah, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salmiah  
NIM : 13350160  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang **Hak Bebas Royalti Non eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "**Perbedaan Stres Belajar Siswa Kelas XI Jurusan IPA dan IPS di SMA Unggul Negri 4 Palembang (Full Day School)**" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Islam Negeri Raden Fatah berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang  
Pada tanggal : 30 Agustus 2019

Yang menyatakan

Salmiah  
NIM. 13350160

## ***ABSTRACT***

Name : Salmiah  
Study Program/Faculty : Psikologi Islam/Psikologi  
Title : Differences in learning stress  
XI students majoring in IPA  
and IPS at SMA Unggul Negeri  
4 Palembang (*Full Day School*)

This study discusses the stress of learning in class XI students majoring in IPA and IPS of SMA Unggul Negeri 4 Palembang (*Full Day School*). The research is a type quantitative research with a comparative research design. Research subjects numbered 215 students of class XI majoring in IPA and IPS SMA Unggul Negeri 4 Palembang. data analysis method used to test the research hypothesis using the *one sample t-test*. Calculation data analysis using the help of *SPSS version 20 for windows*. The results of this studi indicate that there are differences in student stress in class XI majoring in IPA and IPS in SMA Unggul Negeri 4 Palembang. By showing the value of t count (142,473) < t table (105,256) then Ho is rejected, with a significances value of  $0,001 < 0,05$  Ho is rejected.

Key words: stress of learning, SMA Unggul Negeri 4 Palembang.

## **INTISARI**

Nama : Salmiah  
Program Studi/Fakultas : Psikologi Islam/Psikologi  
Judul : perbedaan stres belajar Siswa  
XI Jurusan IPA Dan IPS di SMA  
Unggul Negeri 4 Palembang  
(*Full Day School*)

Penelitian ini membahas tentang stres belajar siswa kelas XI jurusan IPA dan IPS SMA Unggul Negeri 4 Palembang (*Full Day School*). Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian komparatif. Subjek penelitian berjumlah 215 siswa kelas XI jurusan IPA dan IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang. Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian menggunakan *one sample t-test*. Perhitungan analisis data menggunakan bantuan *SPSS versi 22 for windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan Stres belajar siswa kelas XI jurusan IPA dan IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang. Dengan menunjukkan nilai  $t$  hitung (142,473) <  $t$  tabel (105,256) maka  $H_0$  ditolak, dengan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak.

Kata kunci :Stres Belajar SMA Unggul Negeri 4 Palembang

## LEMBAR MOTO

*"Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: berlapang-lapanglah dalam majlis, maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberin kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: berdirilah kamu, maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan".*

**(Q.S. Mujadalah:11)**

"carilah ilmu, didiklah dirimu, dan jadilah orang yang berpengetahuan, dengan ilmu dunia akan mengenal namamu, dan hidup tanpa ilmu bagai mati tanpa surga."

Skripsi ini merupakan hadiah kecil yang saya persembahkan untuk :

- ❖ Allah SWT Yang telah memberikan kelancaran dan memudahkan urusanku untuk mengerjakan skripsi ini.
- ❖ Terkhusus kedua orangtua ku tercinta ayah Parlet dan Ibu Susi Yanti, orang yang paling berharga dan penting dalam hidupku, terima kasih untuk kasih dan sayang, doa, bimbingan, nasehat, dan semua pengorbanan yang telah kalian berikan kepadaku.
- ❖ Ibu Dr. Ema Yudiani M.SI, Psikolog dan bapak Alhamdu, M.Ed, psy Selaku Dosen Pembimbing pertama dan kedua yang telah bersedia memberikan motivasi, meluangkan waktu, tenaga, serta pikiran untuk membimbing saya hingga selesainya skripsi ini.
- ❖ Kepada saudara-saudaraku Aprillia, M. Wahid ramadhan, Husnul khatimah, Syukron Akbar yang

selalu mendo'akan, menyemangatiku dan memberi dukungan baik berupa materi maupun moril.

- ❖ Kepada M. Irsan yang selalu memberikan dukungan dan motivasi serta medoakanku.
- ❖ Kepada adik-adik privat dan wali murid yang mempercayakan saya untuk membagi ilmu.
- ❖ Kepada santriwan-satriwati dan ustdzah-ustdzah habibaturrahman yang selalu mendoakan hingga bisa menyelesaikan skripsi ini.
- ❖ Ibu pengajian BAZMA Pertamina plaju dan ustdzah-ustdzah yang telah mendo'akan dan memberikan dukungannya.
- ❖ Sahabat-sahabatku Yesi Yusminda, munjayana, rika fitriani, fitria, maya sari, titi sumanti yang ikut serta membantu dan mendampingi selama proses mengerjakan skripsi.
- ❖ Adik-adik SMA Unggul Negeri 4 Palembang, terima kasih atas batuan dan kerjasamanya.
- ❖ Teman-teman Psikologi Islam angkatan 2013 yang tak dapat penulis sebutkan satu persatu yang selalu memberikan informasi, motivasi dan dukungannya satu sama lain.
- ❖ Almamaterku tercinta.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Alhamdulillah, puji syukur penulis haturkan kepada Allah Swt. atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah dilimpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **"Perbedaan stres belajar Siswa kelas 11 jurusan IPA DAN IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang(full day school)"** sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan strata 1 (S1) sekaligus memperoleh gelar sarjana Psikologi Islam (S.Psi) pada program studi Psikologi Islam pada Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang.

Penulis sangat menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan dengan penghargaan yang setinggi-tingginya penulis ucapkan terutama kepada Allah Swt. yang telah memberikan kesehatan dan kelancaran pada proses pembuatan skripsi sampai selesai. Kemudian penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua orangtuaku tercinta: ayah Parlet dan Ibu Susi Yanti yang telah melahirkan, mengasuh, dan membesarkan serta selalu memberikan motivasi, supoport, do'a dalam menyelesaikan skripsi ini. Serta seluruh keluarga dan kakak tercinta yang selalu memberikan motivasi dan dukungannya. Tak lupa pula kali ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Ris'an Rusli, M.A selaku Dekan Fakultas Psikologi.

2. Ibu Ema yudiani M.SI, Psikolog selaku pembimbing pertama yang telah memberikan arahan serta banyak membantu penulis untuk mengerjakan skripsi sampai selesai.
3. Bapak Alhamdu, M.Ed, Psy Bapak selaku pembimbing dua yang telah memberikan arahan serta banyak membantu penulis untuk mengerjakan skripsi sampai selesai.
4. Ibu Listya Istiningtyas, M.Psi, Psikolog selaku ketua prodi Psikologi Islam Fakultas Psikologi.
5. Untuk seluruh dosen Fakultas Psikologi yang telah banyak memberikan ilmu dan motivasi bagi penulis selama menjalankan perkuliahan.
6. Seluruh staf administrasi Fakultas Psikologi yang selalu bersabar dalam memberikan pelayanan dan fasilitas kepada penulis dalam memperoleh data dan literatur yang dibutuhkan selama menyelesaikan skripsi.
7. Kepada seluruh guru dan siswa SMA Unggul Negeri 4 Palembang telah membantu dan memberikan fasilitas kepada penulis untuk melakukan penelitian sampai selesai.
8. Kepada UIN Raden Fatah Almamaterku yang sudah banyak memberikan ilmu serta pengalaman yang bermanfaat bagi penulis.
9. Dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi.

Penulis mengucapkan terimakasih atas segala perhatian dan bimbingannya serta arahan-arahan yang diberikan kepada penulis dalam upaya menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kata sempurna, maka penulis mengucapkan mohon maaf dan

mengharapkan saran yang membangun dari seluruh pihak, serta penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua dan mampu menambah wawasan bagi ilmu pengetahuan.

Palembang, 30 Agustus 2019  
Penulis

Salmiah  
NIM.13350160

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRACK .....	v
INTISARI .....	vi
LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
2.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Penelitaian.....	7
1.5 Keaslian Penelitian .....	8

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Stres Belajar .....	10
2.1.1 Definisi Stres Belajar .....	10
2.1.2 Aspek Stres Belajar .....	13
2.1.3 Faktor-Faktor Stres Belajar .....	13
2.1.4 Gejala-gejala Stres Belajar .....	15
2.1.5 Stres Dalam Perspektif Islam .....	15
2.2 Siswa .....	19
2.2.1 Definisi Siswa.....	19
2.2.2 Jenis-jenis Siswa Belajar .....	19
2.2.3 Cara-cara Siswa Belajar Menurut Al-qur'an .....	20

2.3 Perbedaan Stres Belajar Siswa Kelas XI Jurusan IPA Dan IPS di SMA Unggul Negeri 4 Palembang .....	23
2.4 Kerangka Konseptual Penelitian .....	25
2.5 Hipotesis Penelitian .....	26

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Jenis Penelitian .....	27
3.2 Identifikasi Variabel.....	27
3.2.1 Definisi Operasional.....	27
3.2.2 Populasi Dan Sampel .....	28
3.2.2.1 Populasi.....	28
3.2.2.2 Sampel .....	28
3.3 Metode Pengumpulan Data.....	29
3.4 Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	32
3.4.1 Validitas .....	32
3.4.2 Reliabilitas .....	32
3.5 Metode Analisis Data.....	33
3.5.1 Uji Asumsi (Prasyarat).....	33
3.5.2 Uji Hipotesis .....	34

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Orientasi Kancha Dan Persiapan .....	35
4.1.1 Sejarah Ringkas Berdirinya SMA Unggul Negeri 4 Palembang .....	35
4.1.2 Struktur Kepemimpinan .....	35
4.1.3 Daftar Nama_nama Kepala Sekolah.....	36
4.1.4 Visi Dan Misi .....	37
4.1.5 Profil SMA Unggul Negeri 4 Palembang.....	38
4.1.6 Nama-nama Guru.....	38
4.1.7 Jumlah Siswa .....	42
4.1.8 Sarana Dan Prasana .....	43
4.2 Persiapan Penelitian .....	45
4.2.1 Persiapan Administrasi.....	45

4.2.2	Persiapan Alat ukur .....	45
4.2.3	Uji Validitas, Reliabilitas dan Seleksi Item Skala	
	Perilaku Prososial .....	47
	4.2.3.1 Validitas Skala Stres Belajar .....	48
	4.2.3.2 Reliabilitas Skala Stres Belajar.....	50
4.3	Pelaksanaan Penelitian .....	51
4.4	Hasil Penelitian .....	51
	4.4.1 Deskripsi Data Penelitian .....	51
	a. Data Subjek Penelitian .....	51
	b. Kategorisasi Variabel.....	52
	4.4.2 Hasil Uji Prasyarat.....	53
	a. Uji Normalitas.....	53
	b. Uji Homogenitas .....	53
	4.4.3 Hasil Uji Hipotesis .....	54
4.5	Pembahasan.....	55
4.6	Keterbatasan Penelitian.....	58

## **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

5.1	Simpulan .....	59
5.2	Saran .....	59

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	61
-----------------------------	----

## **DAFTAR BAGAN**

Kerangka Konseptual .....	25
---------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Penilaian skoring .....	30
Tabel 2	: <i>Blue print</i> skala stres belajar .....	30
Tabel 3	: Nama-nama kepala sekolah .....	36
Tabel 4	: Nama-nama guru .....	38
Tabel 5	: Jumlah siswa-siswi SMA Unggul Negeri 4 Palembang .....	42
Tabel 6	: Jumlah Sarana dan prasana SMA Unggul Negeri 4 Palembang .....	43
Tabel 7	: <i>Blue print</i> Skala stres belajar SMA Unggul Negeri 4 Palembang .....	46
Tabel 8	: <i>Blue print</i> Skala stres belajar try out.....	48
Tabel 9	: <i>Blue print</i> Skala stres belajar penomoran penelitian .....	49
Tabel 10	: Data subjek penelitian .....	51
Tabel 11	: Kategori skala stres belajar .....	52
Tabel 12	: Kategori skor skala stres belajar .....	52
Tabel 13	: Hasil uji normalitas .....	53
Tabel 14	: Hasil uji homogenitas .....	54



## **DAFTAR LAMPIRAN**

1. SK Pembimbing .....	63
2. Surat Izin Penelitian.....	64
3. Surat Balasan Penelitian.....	65
4. Lembar Konsultasi Pembimbing 1 .....	66
5. Lembar Konsultasi Pembimbing 2 .....	67
6. Lembar Konsultasi Penguji 1 .....	68
7. Lembar Konsultasi Penguji 2 .....	69
<b>8.</b> Daftar Riwayat Hidup.....	70