

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PADA
IBU RUMAH TANGGA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Memperoleh Derajat Sarjana
S-1 Psikologi**



Desi Arin Setyawati

14900054

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2022**



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PADA
IBU RUMAH TANGGA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Memperoleh Derajat Sarjana
S-1 Psikologi**



Desi Arin Setyawati

14900054

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Desi Arin Setyawati
NIM : 14900054
Program study : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Universitas : Merdeka Malang
Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP STRES PADA IBU RUMAH TANGGA**

Malang, 5 Februari 2022

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dean Fakultas Psikologi



Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PADA
IBU RUMAH TANGGA

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Desi Arin Setyawati

14900054

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
Pada tanggal 5 Februari 2022

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekertaris Penguji



Taufiqurrahman, S.Psi., MA

Anggota Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 5 Februari 2022

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini penulis menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul “**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PADA IBU RUMAH TANGGA**” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di universitas merdeka malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 5 Februari 2022



Desi Arin Setyawati

14900054

MOTTO

Jika Anda jatuh ribuan kali, berdirilah jutaan kali karena anda tidak akan tahu seberapa dekat Anda dengan Kesuksesan dan semua yang tidak mungkin dapat menjadi mungkin bagi orang yang percaya dan mau berusaha, karena udaha tidka akan menghianati hasil

Allah SWT tidak akan membebani seseorang melainkansesuai denan kesanggupannya (QS. Al-Baqarah: 286)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada orangtua yang selalu memberikan doa dan semangat dalam setiap langkah penulis menyelesaikan Skripsi

Kepada Suamiku yang setia menemani dan mendukung dalam pengerjaan Skripsi

Kepada Semua dosen Pembimbing yang sudah bersedia memberikan semangat, saran, motivasi, masukan dan sabar dalam pengerjaan Skripsi

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan umur yang barokah, serta rizky yang tiada henti serta kesehatan. Aamiin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penulisan tugas akhir terlampir, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada beberapa pihak yang sudah berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini, antara lain:

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu menyertai saya sepanjang saya mengerjakan skripsi. Dan setiap langkah yang saya lakukan selalu dalam naungan Tuhan Yang Maha Esa.
2. Ibu Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih untuk semua masukan, saran, dorongan, motivasi serta kesabaran yang ibu berikan selama proses pembimbingan Skripsi.
3. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing II. Terimakasih untuk setiap masukan, nasehat, motivasi, saran, serta kesabaran dalam pembimbingan Skripsi.
4. Kepada Orang Tua yang selalu mendoakan setiap langkah saya untuk terus maju dalam masa depan salah satunya untuk kelancaran skripsi saya.
5. Kepada Suami dan Putriku, Terimakasih atas semangat dan kerjasamanya dalam proses penyelesaian Skripsi.
6. Kepada teman-teman Psikologi angkatan 2014 yang tidak bisa disebutkan satu-satu. Terimakasih kalian sangat luar luar biasa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Stres pada Ibu Rumah Tangga”.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui ada Hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Stres pada Ibu Rumah tangga serta menjadi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) program Study Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Dalam penulisan tugas akhir terlampir penulis menyadari bahwa penulisan ini terdapat banyak kesulitan dan kendala yang dihadapi, namun dengan bantuan berbagai pihak skripsi ini dapat diselesaikan penulis. Karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada beberapa pihak antara lain :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu menyertai setiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi W., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Al Thuba Septa Priyngasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., MA selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan Sebagai Dosen Penguji. Terimakasih atas masukan serta ilmu yang ibu berikan untuk Kelancaran Skripsi Penulis.
5. Ibu Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing I. Terimakasih untuk setiap nasehat, motivasi, saran, serta semangat untuk

penulis dapat menyelesaikan skripsi. Serta selalu sabar dalam membimbing penulis.

6. Bapak Taufiqurrahman, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing II. Terimakasih untuk setiap masukan, nasehat, motivasi, serta saran, kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi
7. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terimakasih atas semangat dan motivasi yang ibu berikan kepada penulis selama penulis menjadi anak didik di Universitas Merdeka Malang..
8. Ibu Deasy Christa Sera, S.Psi., M.Si selaku Dosen. Terima kasih banyak atas motivasi,dan semangat yang diberikan kepada penulis.
9. Kepada suami dan putri kami. Terimakasih sudah mendukung, menyemangati,dan mendoakan serta menemani penulis begadang demi kelancaran skripsi penulis.
10. Kepada Orang Tua dan dan bibi yang selalu mendoakan setiap langkah penulis untuk maju dan membantu penulis dalam setiap langkah penulis untuk menyelesaikan skripsi penulis .
11. Kepada melati terimakasih sudah menyemangati dan membantu penulis dalam penyelesaian skripsi.
12. Terimakasih kepada Ria dan desyana untuk sama-sama berjuang menyelesaikan skripsi.
13. Kepada teman-teman Psikologi angkatan 2014 yang tidak bisa disebutkan satu-satu. Terimakasih sudah banyak membantu

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	
Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Pernyataan	iv
Halaman Motto	v
Halaman Persembahan	vi
Ucapan Terimakasih	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
Halaman <i>Abstract</i>	xv
Halaman Intisari	xvi
Riwayat Hidup	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	6
E. Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya	6
BAB II	9
KAJIAN TEORI.....	9
A. Stres	9
1. Pengertian Stres	9
2. Aspek-Aspek Stres.....	10
3. Faktor penyebab stres	12
4. Sumber-sumber stres	12
B. Dukungan Sosial	14
1. Pengertian Dukungan sosial.....	14
2. Bentuk-bentuk Dukungan sosial.....	15
3. Sumber Dukungan Sosial	17
4. Faktor-Faktor dukungan sosial	18

C. Hubungan Dukungan sosial terhadap stres ibu rumah tangga.....	19
D. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	21
E. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III	22
METODE PENELITIAN	22
A. Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel	22
1. Identifikasi	22
2. Definisi Operasional Variabel	22
B. Subjek Penelitian	23
1. Populasi.....	23
2. Sampel	24
3. Teknik Pengambilan Sampel	24
C. Cara Pengumpulan Data	25
1. Skala Stres	26
2. Skala Dukungan Sosial.....	27
3. Uji Validitas	28
4. Uji Reliabilitas.....	29
D. Desain Penelitian	29
E. Metode Analisa data.....	30
1. Uji Prasyarat	30
2. Uji hipotesis	31
BAB IV	32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Deskripsi Subyek Penelitian	32
1. Penentuan Lokasi	32
2. Sampel	32
3. Alat Ukur.....	32
B. Deskripsi Dan Reliabilitas Data	33
1. Deskripsi Data	33
2. Validitas Data	36
3. Reliabilitas Data	40
C. Hasil Penelitian	40
1. Uji normalitas.....	41
2. Uji linieritas	42
3. Uji Hipotesis	43
D. Pembahasan	44
BAB V	46
PENUTUP	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
Daftar pustaka.....	48
Hasil Cek Plagiasi	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skoring Jawaban dalam skala likert	26
Tabel 2 Blueprint Skala Stres	27
Tabel 3 Blueprint Skala Dukungan Sosial	28
Tabel 4 Blueprint Koefisien Reliabilitas Alpha Combach	29
Tabel 5 Deskripsi Data Subjek	33
Tabel 6 Remus Skor Standar	34
Tabel 7 Kategorisasi Stres	35
Tabel 8 Kategorisasi Dukungan Sosial.....	36
Tabel 9 Blueprint Skala Stres	37
Tabel 10 Blueprint Skala Stres Pasca Uji Coba	37
Tabel 11 Blueprint Skala Dukungan Sosial	38
Tabel 12 Blueprint Skala Dukungan Sosial Pasca Uji Coba Pasca Uji Coba	39
Tabel 13 Hasil Uji Normalitas	41
Tabel 14 Uji Linieritas	42
Tabel 15 Hipotesis	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 kerangka pemikiran hubungan dukungan sosial terhadap stres.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Try Out skala stres.....	51
Lampiran 2 Skala Try Out Skala Dukungan Sosial	55
Lampiran 3 Skor Aitem try out Skala Stres	58
Lampiran 4 Skor aitem try out Skala Dukungan Sosial.....	63
Lampiran 5 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	66
Lampiran 6 Hasil penelitian	69

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT TO STRESS IN HOUSEWIVES

Desi Arin Setyawati

Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social support and housewives' stress. This study uses a quantitative approach with the type of correlation. The population used is 3,128 people in Banjarejo Village, Donomulyo District, Malang Regency. The sample of this study was 60 subjects and had the following criteria: women who had given birth and mothers aged between 20-40 years. The sampling technique used is purposive sampling. The data collection technique uses the Social Support Scale which consists of 22 items with a reliability coefficient of 0.699. The stress scale consists of 47 items with a reliability coefficient of 0.857. The correlation results show that there is a significance level of 0.001 (<0.05) the relationship between social support and stress, and the person correlation value is -0.406. This shows a negative direction so that the higher the social support received, the lower the stress experienced, and vice versa, the lower the social support received, the higher the level of stress experienced.

Keywords: Social support, Stress, Housewife

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES PADA IBU RUMAH TANGGA

Desi Arin Setyawati

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial terhadap stres ibu rumah tangga. Penelitian ini memakai pendekatan kuantitatif dengan tipe Korelasi. Populasi yang digunakan adalah 3.128 jiwa di Desa Banjarejo, Kecamatan Donomulyo, kabupaten Malang. Sampel penelitian ini adalah 60 subjek dan memiliki kriteria sebagai berikut: wanita yang sudah melahirkan dan ibu yang berusia antara 20-40 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala Dukungan Sosial yang terdiri dari 22 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,699. Skala stres terdiri dari 47 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,857. Hasil korelasi menunjukkan bahwa terdapat tingkat signifikansi 0,001 (<0,05) hubungan antara Dukungan sosial terhadap stres, dan nilai korelasi person sebesar -0,406. Hal ini menunjukkan arah yang negative sehingga semakin tinggi dukungan social yang diterima maka semakin rendah stress yang dialami, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi tingkat stres yang di alami.

Kata Kunci: Dukungan sosial, Stres, Ibu rumah tangga