

**PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KECENDERUNGAN
MENGKONSUMSI ALKOHOL PADA DEWASA AWAL DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana
Psikologi**



Dimas Rizal Ma'rup Putra

19090000191

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

MALANG

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Dimas Rizal Ma'rup Putra
NIM : 19090000191
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Tingkat Stress Terhadap Kecenderungan
Mengonsumsi Alkohol pada Dewasa Awal di Kota Malang

Malang, 21 Agustus 2024

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si



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

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



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

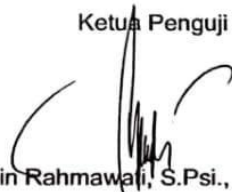
**Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kecenderungan Mengkonsumsi Alkohol Pada
Dewasa Awal Di Kota Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh Dimas Rizal Ma'rup Putra
19090000191

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 16 Juli 2024

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji


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

Sekretaris Penguji


Eka Indah N., S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Anggota Penguji


Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

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

Malang, 21 Agustus 2024
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang


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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dimas Rizal Ma'rup Putra
Nomor Pokok : 19090000191
Program Studi : S1 Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Klinis
Judul Skripsi : Pengaruh Tingkat Stres Terhadap
Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol Pada
Dewasa Awal Di Kota Malang
Lokasi Penelitian : Kota Malang
Alamat Rumah Asal : Jalan Terusan Sigura-Gura Blok. D no. 137
No. Telp/Email : 082293127767/dimasrizal5252@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 21 Agustus 2024



Dimas Rizal Ma'rup Putra

MOTTO

‘Sesungguhnya setiap kesulitan pasti ada kemudahan’ (QS Al

Insyirah: 5-6)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan Skripsi ini kepada:

“Kedua orang tua saya, keluarga besar, dan seluruh teman-teman
yang saya cintai”

UCAPAN TERIMAKASIH

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkatnya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kecenderungan Mengkonsumsi Alkohol Pada Dewasa Awal di Kota Malang” dengan tepat waktu. Peneliti mengucapkan terimakasih atas terselesainya skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang
2. Ibu Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing satu. Terimakasih untuk setiap bimbingan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti dalam setiap proses pengerjaan skripsi hingga saat ini.
4. Ibu Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua. Terimakasih untuk setiap bimbingan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti dalam setiap proses pengerjaan skripsi hingga saat ini.
5. Seluruh dosen Program Studi S1 Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terimakasih untuk segala ilmu dan pembelajaran yang telah diberikan selama peneliti selama berada dibangku perkuliahan. Semoga bapak dan ibu dosen sekalian selalu diberikan kesehatan dan bahagia disetiap harinya.
6. Kedua orangtua peneliti, Ayahanda Panut dan Ibunda Sumiyati. Orang-orang hebat yang selalu mendukung peneliti dalam hal apapun yang peneliti lakukan. Orangtua yang selalu ada dan menjadi penyemangat bagi peneliti dalam melewati semua hal yang terjadi didunia ini. Terimakasih karna selalu menjadi tempat ternyaman untuk pulang terlepas apapun yang terjadi pada peneliti. Hiduplah

lebih lama lagi agar peneliti selalu mempunyai tempat pulang ternyaman ketika peneliti merasa lelah menghadapi kerasnya dunia dan menemani setiap proses kehidupan yang peneliti rasakan untuk kehidupan selanjutnya.

7. Untuk kedua kakak peneliti Transniko dan Shintia, Terimakasih selalu memberikan dukungan, doa dan semangat yang tidak pernah ada hentinya.

8. Untuk Ayu Paramita Lestari S.Psi terima kasih telah menjadi salah satu penyemangat karna selalu menemani dan menjadi *support system* peneliti pada hari-hari yang tidak mudah selama proses pengerjaan skripsi ini. Terimakasih telah mendengarkan keluh kesah peneliti, berkontribusi dalam penulisan skripsi ini, memberikan dukungan, semangat, dan tenaga. Terima kasih telah menjadi bagian dalam perjalanan penyusunan skripsi peneliti hingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar. Peneliti berharap semoga Allah SWT selalu memberikan keberkahan dalam segala hal yang kita lalui.

9. Untuk sahabat kuliah peneliti, Pipit Dewi, Silvy, Eko efendi, Dohan Aji, Triyan Rachmad, Ravly, Dimas Ibnu, Vincent Pinky, Fytra, Devi, Orang-orang yang selalu setia memberikan dukungan kepada peneliti, terimakasih untuk semuanya yang telah kalian berikan kepada peneliti. Peneliti berdoa yang terbaik untuk kalian semua sahabat terbaik peneliti.

10. Terima kasih untuk orang-orang yang telah memberikan banyak pelajaran hidup terhadap peneliti, sehingga peneliti mendapatkan pelajaran hidup dan menumbuhkan rasa semangat dalam diri peneliti untuk menulis skripsi ini dan mampu menyelesaikannya.

11. Untuk diri peneliti sendiri, terimakasih karna telah kuat berjuang untuk melalui berbagai peristiwa yang terjadi, baik peristiwa yang menyedihkan ataupun membahagiakan dalam hidup peneliti. Terimakasih karna mampu bertahan

sejauh ini untuk mengendalikan berbagai tekanan yang terjadi didalam kehidupan peneliti,

12. Untuk semua pihak yang belum sempat peneliti sebutkan satu persatu. Terimakasih untuk semua bantuan, dukungan, serta doa yang tidak ada henti-hentinya untuk peneliti.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya. Karena sebaik-baiknya manusia adalah mereka yang dapat memberikan manfaat bagi lingkungan sekitarnya.

Malang, 21 Agustus 2024

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized initial 'D' followed by a series of loops and a horizontal line extending to the right.

Dimas Rizal

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol pada Dewasa Awal di Kota Malang” dengan tepat waktu.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog sebagai dosen pembimbing satu penulis, dan juga kepada Ibu Eka Indah Nurmawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing dua dari penulis.

Penulis menyadari bahwa tidak ada yang sempurna, karna masih terdapat berbagai kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis meminta maaf yang sedalam-dalamnya atas kesalahan yang dilakukan penulis. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Kebenaran datangnyanya dari Allah dan kesalahan datangnyanya dari diri penulis. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Rahmat dan Ridho-Nya kepada kita semua.

Malang, 21 Agustus 2024



Dimas Rizal

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol.....	10
1. Pengertian Alkohol.....	10
2. Kecenderungan Alkohol.....	13
3. Aspek-Aspek Kecenderungan Alkohol	14
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Alkohol.....	15
5. Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol.....	17
B. Tingkat Stres	18
1. Pengertian Tingkat stres	18
2. Gejala Stres	20
3. Tahapan Stres.....	21
4. Klasifikasi Stres.....	21
5. Aspek Stres.....	22
6. Faktor yang Mempengaruhi Stres	24

7. Dampak Stres	24
8. Tingkat Stres.....	26
C. Dewasa Awal	27
1. Pengertian Dewasa Awal	27
2. Tugas Perkembangan Dewasa Awal.....	28
3. Minat Pada Masa Dewasa Awal.....	29
D. Keterkaitan Antara Pengaruh Tingkat Stres dan Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol.....	30
E. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian	33
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	33
C. Partisipan Penelitian.....	35
D. Cara Pengumpulan Data.....	36
E. Cara Analisis Data	40
F. Prosedur Penelitian.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Deskripsi Subyek Penelitian.....	43
B. Kategorisasi Data.....	44
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur.....	46
D. Hasil Uji Hipotesis.....	47
E. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP.....	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skala Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol.....	38
Tabel 2 Skala Tingkat Stres.....	38
Tabel 3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 5 Rumus Skor Standar.....	44
Tabel 6 Kategorisasi Data Tingkat Stres.....	45
Tabel 7 Kategorisasi Data Kecenderungan Mengonsumsi Alkohol.....	46
Tabel 8 Deskripsi Data Subjek.....	46
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian.....	47
Tabel 10 Uji Normalitas Skala Penelitian.....	48
Tabel 11 Hasil Uji Linieritas Skala Penelitian.....	48
Tabel 12 Hasil Uji Hipotesis Skala Penelitian.....	49
Tabel 13 Koefisien Korelasi.....	49
Tabel 14 Hasil Uji Hipotesis Koefisien Determinasi.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Pemikiran.....	32
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	59
Lampiran 2 Tabulasi Data.....	71
Lampiran 3 Hasil Uji Reliabilitas.....	74
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas.....	86
Lampiran 5 Hasil Uji Hipotesis.....	89
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Publikasi.....	92
Lampiran 7 Lampiran Cek Turnitin.....	94
Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup.....	97

PENGARUH TINGKAT STRES TERHADAP KECENDERUNGAN MENGKONSUMSI ALKOHOL PADA DEWASA AWAL DIKOTA MALANG

Dimas Rizal Ma'rup Putra

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang
Dimasrizal5252@gmail.com

INTISARI

Stres digambarkan sebagai suatu keadaan yang menyebabkan ketegangan mental atau emosional yang signifikan. Masa dewasa awal, ketidakmampuan mengendalikan situasi stres dapat berdampak pada perilaku makan dan penggunaan zat-zat seperti minuman beralkohol, yang mungkin digunakan individu sebagai sarana untuk meringankan stres yang dialami. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap kecenderungan mengkonsumsi alkohol pada dewasa awal di kota Malang. Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal di kota Malang yang berusia 18-25 tahun. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling*. Pengambilan jumlah partisipan sebanyak 100 dengan menggunakan teori dari Lemeshow. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dan menggunakan non probability sampling sebagai teknik pengambilan sampel. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisioner dengan skala tingkat stres dan skala mengkonsumsi alkohol. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menguji ada apa tidaknya pengaruh tingkat stres terhadap kecenderungan mengkonsumsi alkohol pada dewasa awal dikota Malang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara tingkat stres dan kecenderungan mengkonsumsi alkohol, yang artinya semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh dewasa awal, maka semakin tinggi pula kecenderungan mengkonsumsi alkoholnya. Pengaruh tersebut dibuktikan dengan nilai *sig.* sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat stres terhadap kecenderungan mengkonsumsi alkohol pada dewasa awal dikota Malang. Berdasarkan uji Hipotesis didapati nilai F hitung 595,831 yang artinya adanya pengaruh antara tingkat stres dan kecenderungan mengkonsumsi alkohol dan besarnya pengaruh tingkat stres terhadap kecenderungan mengkonsumsi alkohol yaitu 0,857.

Kata kunci : Dewasa awal, Kecenderungan mengkonsumsi alkohol, Tingkat stres

THE INFLUENCE OF STRESS LEVEL ON THE TENDENCY TO CONSUME ALCOHOL IN EARLY ADULTS IN MALANG CITY

Dimas Rizal Ma'rup Putra

Faculty of Psychology, Merdeka University Malang

Dimasrizal5252@gmail.com

ABSTRACT

Stress is described as a condition that causes significant mental or emotional tension. In early adulthood, the inability to control stressful situations can have an impact on eating behavior and the use of substances such as alcoholic drinks, which individuals may use as a means to relieve the stress they experience. The aim of this research is to determine the influence of stress levels on the tendency to consume alcohol in early adulthood in Malang city. The population in this study were early adults in the city of Malang aged 18-25 years. The sampling technique used is accidental sampling. The number of participants was taken as many as 100 using Lemeshow's theory. This research uses quantitative methodology and uses non-probability sampling as a sampling technique. This research instrument uses a questionnaire with a stress level scale and an alcohol consumption scale. The analysis in this study used simple linear regression analysis to test whether there was an influence of stress levels on the tendency to consume alcohol in early adulthood in the city of Malang. The results of the research show that there is a positive relationship between stress levels and the tendency to consume alcohol, which means that the higher the level of stress experienced by young adults, the higher the tendency to consume alcohol. This influence is proven by the sig value. amounting to $0.000 < 0.05$, which means that there is a significant influence between stress levels on the tendency to consume alcohol in early adulthood in the city of Malang. Based on the hypothesis test, the calculated F value was found to be 595.831, which means that there is an influence between stress levels and the tendency to consume alcohol and the magnitude of the influence of stress levels on the tendency to consume alcohol is 0.857.

Keywords: Early adulthood, Tendency to consume alcohol, Stress level