

**PENGARUH KEBERMAKNAAN HIDUP TERHDAPAT STRES PADA
INDIVIDU YANG MELAKUKAN PERNIKAHAN DINI**



Gaby Adelia Tanti Utomo

1801618156

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana
psikologi.

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PSIKOLOGI

FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FEBRUARI 2022

GABY ADELIA TANTI UTOMO

**PENGARUH KEBERMAKNAAN HIDUP TERHADAP STRES PADA
INDIVIDU YANG MELAKUKAN PERNIKAHAN DINI**

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri
Jakarta, 2022

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres yang dialami oleh individu yang melakukan pernikahan dini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik regresi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk kuesioner yang disebarluaskan melalui *google form* kepada 72 responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Hasil dari analisis penelitian ini menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha 0,05$ sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan negatif antara kebermaknaan hidup dan stres yang dialami oleh individu yang melakukan pernikahan dini.

Kata kunci: kebermaknaan hidup, stres, pernikahan dini

GABY ADELIA TANTI UTOMO

**PENGARUH KEBERMAKNAAN HIDUP TERHDAPAT STRES PADA
INDIVIDU YANG MELAKUKAN PERNIKAHAN DINI**

Thesis

*Jakarta: Psychology Study Program, Faculty of Psychological Education, Jakarta
State University, 2022*

ABSTRACT

This study was conducted to find out the effect of the meaning of life on the stress experienced by individuals who do early marriage. The method used in this study is a quantitative method with regression techniques. The instrument used in the study was in the form of a questionnaire distributed through google form to 72 respondents who matched the study criteria. The results of this study analysis showed a calculated a value of $p = 0.000 < a 0.05$ so it was concluded that there was a significant negative influence between the meaning of life and stress experienced by individuals who conduct early marriage.

Keywords: meaning of life, stress, early marriage

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh Kebermaknaan Hidup Terhadap Stres Pada Individu Yang Melakukan
Pernikahan Dini”

Nama Mahasiswa : Gaby Adelia Tanti Utomo
Nomor Registrasi : 1801618156
Jurusan/Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 11 Februari 2022

Pembimbing I

Lupi Yudhaningrum M.Psi
NIDN. 8802680018

Pembimbing II

Dwi Kencana Wulan M.Psi
NIP. 198212122014042001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		20 Feb 22
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil (Penanggungjawab)**		23 Feb 22
Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Ketua Penguji)***		22 Februari 2022
Mira Ariyani, Ph.D. (Anggota)****		22 Februari 2022
Rahmadianty Gazadinda, MSc (Anggota)		22 Februari 2022

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Gaby Adelia Tanti Utomo

NIM :1801618156

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Kebermaknaan Hidup Terhadap Stres Pada Individu yang Melakukan Pernikahan Dini" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan September 2021 sampai dengan bulan Februari 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 28 Januari 2022



Gaby Adelia Tanti Utomo



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili 021-4894321
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Gaby Adelin Terak Utomo
NIM : 180618156
Fakultas/Prodi : Pendidikan Keperawatan
Alamat email : gabyadelin18@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh keberagaman hidup terhadap stres pada individu yg melakukan perniagaan
dan

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis



Gaby Adelin Terak Utomo

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah menyertai dan membimbing penulis sampai dengan saat ini, hingga skripsi ini selesai dibuat. Peneliti menyadari bahwa terdapat sangat banyak doa, dukungan, dan bantuan yang diberikan oleh banyak pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini, kepada:

1. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M. Psi. sebagai Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Lupi Yudhaningrum, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I dan expert judgement yang telah bersedia membimbing, mengarahkan, meluangkan waktu kepada peneliti dari awal penyusunan skripsi hingga selesai. Terima kasih atas masukan dan kesediaan ibu untuk memberikan kritik serta saran yang membangun.
3. Ibu Dwi Kencana Wulan, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II dan expert judgement yang telah menyediakan waktu untuk selalu memberikan masukan serta saran kepada peneliti dalam penyusunan skripsi dari awal hingga selesai.
4. Bapak Dr. Gungum Gumelar, M. Si selaku dosen pembimbing akademik selama perkuliahan, dan atas persetujuan, rekomendasi bapak hingga peneliti dapat mengambil serta mengerjakan semester ini.
5. Seluruh Bapak/Ibu dosen Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ, yang telah dengan amat sangat sabar mengajar serta memberikan ilmu yang bermanfaat kepada peneliti selama masa perkuliahan.
6. Seluruh karyawan dan staff Fakultas Pendidikan Psikologi UNJ, yang telah banyak membantu peneliti selama masa perkuliahan dalam urusan administrasi.
7. Bapak Ngadi Utomo dan Ibu Kristanti selaku orangtua saya, yang telah menjadi tempat saya berkeluh kesah, banyak memberikan dukungan baik secara moril dan materi. Terima kasih untuk selalu memberikan doa yang melimpah untuk

saya, menemani saya dalam keadaan apapun, membimbing dalam kasih, dan memacu saya untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

8. Kakak tercinta Grace Oktavia, peluk dan cium untuk kaka yang sedang berada di negeri orang dan mengenyam pendidikan. Yang telah banyak memberikan sumbangan ide kepada peneliti di awal proses penyusunan skripsi ini, kiranya kita boleh segera berjumpa dan bersama-sama kembali.
9. Kakak Abigael Hutabarat, Kak Agnes Bellisa, Kak Bonita Lahitani yang telah amat sangat membantu saya dalam proses penyusunan skripsi dan memberikan perhatian dalam masa-masa sulit saya. Terima kasih telah menjadi penolong dan momen-momen indah yang diberikan kepada saya selama masa perkuliahan.
10. Joshlyn Andrea, genk Sarah Ratu, Dwi Rodhiyatul, Tasyah Nabillah, Dian Ratna, Faradina Oktavindra yang telah mengisi hari-hari saya, telah menjadi tempat berkeluh kesah, memberikan bantuan setiap saya membutuhkan. Terima kasih untuk hari-hari indah dan kebahagiaan yang telah kita ukir bersama.
11. Sahabat satu bimbingan saya, sahabat Priuk, Sahabat pulang bareng Shabrina Fauziah yang telah bersama-sama menyusun skripsi ini sampai dengan selesai. Terima kasih telah menjadi teman bercerita, tempat berkeluh kesah, dan bertumbuh bersama dalam penyusunan skripsi ini.
12. Kak Agnes Bellisa, Kak Sayiddah Balqis yang telah dengan sabar membantu serta mengajarkan saya dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih untuk waktu dan tenaga yang telah diberikan kepada saya sehingga skripsi ini boleh selesai tepat waktu.
13. Koncoidup genk yang telah menemani, mendengarkan, selalu ada untuk saya. Terima kasih untuk kesabaran serta doa yang diberikan kepada saya selama masa penyusunan skripsi ini.
14. Teman-teman kelas A yang telah bersama-sama selama 3,5 tahun ini dan mengisi hari-hari saya selama masa perkuliahan
15. Seluruh responden dan kepada seluruh orang yang telah berpartisipasi dalam menyebarkan kuesioner dan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian.

Peneliti sadar bahwa masih terdapat beberapa kekurangan. Maka dari itu, kiranya kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat berguna bagi pengembangan dan kesempurnaan penelitian kedepannya. Kiranya penelitian ini boleh membawa manfaat untuk pembaca dan menambah kajian teoritik dalam bidang ilmu Psikologi.

Jakarta, 28 Januari 2022

Peneliti,

A handwritten signature in blue ink, appearing to be the initials 'GA' or 'GATU' with a stylized flourish.

Gaby Adelia Tanti Utomo

DAFTAR ISI

x

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB 1.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoretis.....	7
1.6.1 Manfaat Praktis	7
BAB II	8
2.1 Stres	8
2.1.1 Pengertian Stres.....	8
2.1.2 Faktor Pembentuk Stres	9
2.1.3 Sumber Stres	13
2.1.4 Tahapan Stres	15
2.1.5 Dampak Stres	16
2.2 Kebermaknaan Hidup	17
2.2.1 Definisi Kebermaknaan Hidup.....	17
2.2.2 Aspek Kebermaknaan Hidup	18
2.2.3 Sifat Kebermaknaan Hidup.....	20
2.2.4 Metode Dalam Menemukan Makna Hidup.....	20
2.2.5 Karakteristik Individu Yang Memiliki Kebermaknaan Hidup	22
2.3 Hubungan Stres dan Kebermaknaan Hidup	23
2.4 Pernikahan Dini.....	24

2.1	Kerangka Konseptual	27
2.2	Hipotesis	29
2.3	Hasil Penelitian Yang Relevan	29
BAB III		33
METODE PENELITIAN		33
3.1	Tipe Penelitian	33
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	33
3.2.1	Definisi Konseptual	34
3.2.2	Definisi Operasional	34
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	35
3.3.1	Populasi	35
3.3.2	Sampel	35
3.4	Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1	Instrumen Penelitian Kebermaknaan Hidup	37
3.4.2	Instrumen Penelitian Stres	39
3.5	Uji Coba Instrumen Penelitian	42
3.5.1	Uji Reliabilitas dan Validitas Instrumen Kebermaknaan Hidup	43
3.5.2	Uji Reliabilitas dan Validitas Instrumen Stres	44
3.6	Analisis Data	44
3.6.1	Uji Deskriptif	45
3.6.2	Uji normalitas	45
3.6.3	Uji Linieritas	45
3.6.4	Uji Korelasi	45
3.6.5	Uji Analisis Regresi Sederhana	46
3.7	Hipotesis Penelitian	46
BAB IV		47
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		47
4.1	Gambaran Responden Penelitian	47
4.1.1	Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Pernikahan	49
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Ketika Menikah	50
4.1.5	Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Anak Kandung	52
4.1.6	Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan	53
4.1.7	Gambaran Responden Berdasarkan Domisili	54
4.2	Prosedur Penelitian	55

4.1.1	Persiapan Penelitian	55
4.1.2	Pelaksanaan Penelitian.....	56
4.2	Hasil Analisis Data Penelitian	57
4.2.1	Data Deskriptif Kebermaknaan Hidup	57
4.2.1.1	Kategorisasi Skor Kebermaknaan Hidup	58
4.2.1.2	Kategorisasi Kebermaknaan Hidup Berdasarkan Usia Pernikahan	59
4.2.2	Data Deskriptif Stres	61
4.2.2.1	Kategorisasi Skor Stres Responden	61
4.2.2.2	Kategorisasi Skor Stres Berdasarkan Usia Pernikahan.....	62
4.2.3	Uji Normalitas	63
4.2.4	Linieritas	64
4.2.5	Uji Korelasi	64
4.2.6	Uji Regresi Linier	65
4.3	Pembahasan	66
4.4	Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V.....		70
KESIMPULAN.....		70
5.1	Kesimpulan	70
5.2	Implikasi.....	70
5.3	Saran.....	70
5.3.1	Kepada Pemerintah	70
5.3.2	Kepada Masyarakat	71
5.3.3	Kepada Peneliti Selanjutnya.....	71
DAFTAR PUSTAKA		72
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue-Print Purpose In Life Scale.....	36
Tabel 3.2 Penyesuaian bahasa PIL Scale.....	37
Tabel 3.3 Blue-Print Instrumen DASS.....	38
Tabel 3.4 Klasifikasi Tingkat Stres.....	39
Tabel 3.5 Penyesuaian Bahasa DASS.....	40
Tabel 3.6 Kategori Reliabilitas Guilford.....	41
Tabel 3.7 Reliabilitas PIL Scale.....	42
Tabel 3.8 Reliabilitas DASS.....	43
Tabel 4.1 Tabel Gambaran Responden berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
Tabel 4.2 Tabel Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 4.3 Tabel Gambaran Responden Berdasarkan Usia Pernikahan.....	48
Tabel 4.4 Tabel Gambaran Responden Usia Ketika Menikah.....	49
Tabel 4.5 Tabel Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Anak.....	50
Tabel 4.6 Tabel Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	51
Tabel 4.7 Tabel Gambaran Responden Berdasarkan Domisili.....	52
Tabel 4.8 Data Deskriptif Kebermaknaan Hidup.....	57
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Kebermaknaan Hidup.....	58
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor kebermaknaan Hidup Berdasarkan Usia Pernikahan.....	59
Tabel 4.11 Data Deskriptif Stres.....	60
Tabel 4.12 Kategorisasi skor Stres.....	61
Tabel 4.13 Kategori Stres Berdasarkan Usia Pernikahan.....	62
Tabel 4.14 Data Hasil Uji Linieritas.....	63
Tabel 4.15 Data Hasil Uji Korelasi.....	63
Tabel 4.16 Uji ANOVA Kebermaknaan hidup dan Stres.....	64
Tabel 4.17 Hasil Persamaan Regresi.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berpikir.....	28
Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia.....	48
Gambar 4.3 Data Responden Berdasarkan Usia Pernikahan.....	49
Gambar 4.4 Data Responden Berdasarkan Ketika Menikah.....	50
Gambar 4.5 Data Responden Berdasarkan Jumlah Anak.....	51
Gambar 4.6 Data Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	52
Gambar 4.7 Data Responden Berdasarkan Domisili.....	53
Gambar 4.8 Kriteria Responden dalam Instrumen.....	55
Gambar 4.9 Pertanyaan Kriteria Dalam Instrumen.....	56