

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *STUDENT-LIFE*
STRESS PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI**



Oleh:
Nabillah Septiani
1801619024

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JANUARI 2024**

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

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *STUDENT-LIFE STRESS*
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Nabillah Septiani
NIM : 1801619024
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 23 Januari 2024

Pembimbing I







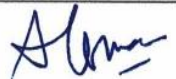
Mauna, M.Psi., Psikolog
NIP. 198410142015042001

Pembimbing II



Fildzah Rudyah Putri, M.Si
NIP. 199205132022032013

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. (Penanggungjawab)*		6/2/2024
Dr. Gungum Gumelar F. R., M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		06-02-2024
Dr. Gungum Gumelar F. R., M.Si (Ketua Penguji)***		06-02-2024
Vinna Ramadhany Sy, M.Psi., Psikolog (Penguji I)****		06-02-2024
Ernawati, M.Psi., Psikolog (Penguji II)****		23-1-2024

Catatan :

- * : Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi
- ** : Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi
- *** : 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 : Nabillah Septiani

NIM : 1801619024

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul Hubungan Dukungan Sosial dengan Student-Life Stress pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan November 2023 sampai dengan bulan Januari 2024.
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, 30 Januari 2024

Yang Membuat Pernyataan



(Nabillah Septiani)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S. Al-Insyirah: 6)

Bagian terpenting dalam hidup, bukan hanya dilihat dari hasilnya saja. Tetapi juga proses yang telah dilalui

PERSEMBAHAN

Penelitian ini saya persembahkan untuk diri sendiri yang telah berusaha keras, sabar, dan berjuang untuk menyelesaikan penelitian. serta untuk orang tua yang selalu memberikan segala bentuk dukungan dari awal sampai akhir.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Nabillah Septiani
NIM : 1801619024
Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : nabillahseptiani.09@gmail.com

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

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

yang berjudul:

Hubungan Dukungan Sosial dengan Student-Life Stress pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/memublikasikannya 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, 30 Januari 2024
Penulis



(Nabillah Septiani)

NABILLAH SEPTIANI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *STUDENT-LIFE STRESS*
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *student-life stress* pada mahasiswa yang menyusun skripsi. Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Sampel pada penelitian ini adalah 99 mahasiswa aktif yang sedang menyelesaikan skripsi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan Zimet dan *Student-Life Stress Inventory* (SSI) yang dikembangkan Gadzella. Metode analisis data menggunakan *Pearson Product Moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan dukungan sosial dengan *student-life stress* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Kata Kunci: *Student-Life Stress*, Dukungan Sosial, Mahasiswa, Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

NABILLAH SEPTIANI

**THE RELATIONSHIP OF SOCIAL SUPPORT WITH STUDENT-LIFE
STRESS IN FINAL YEAR COLLEGE WHO ARE WRITING THESIS**

Thesis

*Jakarta: Psychology Study Program
Faculty of Educational Psychology
State University of Jakarta
2024*

ABSTRACT

This research was to determine the relationship between social support with student-life stress in final year students who are writing their theses. The type of research used in this research is quantitative. The sample in this study was 99 active final year students who were completing their thesis. The sampling technique uses purposive sampling. The measuring instruments used are the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) developed by Zimet and the Student-Life Stress Inventory (SSI) developed by Gadzella. The data analysis method uses Pearson Product Moment. The results of this study show that there is no relationship between social support and student-life stress in final year students who are writing their thesis.

Keywords: Student-Life Stress, Social Support, Students Writing Their Thesis

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah senantiasa selalu memberikan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Student-Life Stress* pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan lancar tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Pak Herdian Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Aryani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Mauna, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah mencurahkan semua waktu dan tenaga untuk membimbing, memberi arahan, kritik, saran, dan dukungan yang dapat membantu penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini hingga akhir.
7. Kak Fildzah Rudyah Putri, M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang juga telah mencurahkan semua waktu dan tenaga untuk membimbing, memberikan arahan, nasihat, kritik, saran, dan dukungan yang dapat membantu penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini hingga akhir.

8. Seluruh dosen Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberi dan membagikan ilmu pengetahuannya selama perkuliahan.
9. Seluruh pihak staf administrasi dan karyawan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang selalu membantu penulis dalam proses administrasi selama perkuliahan hingga saat ini.
10. Kepada kedua orang tua penulis yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dan segala bentuk dukungan yang tak ternilai. Berkat orang tua lah, penulis tidak menyerah dan bisa sampai di titik ini. Untuk kakak serta adik-adik penulis, terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama ini.
11. Kepada teman-teman mahasiswa seperjuangan di Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah bersedia menjadi responden untuk membantu penulis dalam proses penelitian.
12. Kepada teman-teman seperbimbingan, terima kasih atas waktu, tanggapan, dan dukungan kalian, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada Elin, Putri, Sarmila, Elsa, Alda, Zija, dan semua teman terdekat penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih sudah menemani, mendoakan, tempat berkeluh kesah, memberi bantuan dan semangat yang tidak pernah berhenti diberikan kepada penulis sehingga penulis bisa menjalani prosesnya sampai di titik ini.
14. Kepada responden yang telah meluangkan waktu dan membantu penulis, baik yang penulis kenal bahkan tidak kenal. Terima kasih atas bantuan kecil dan dukungan kalian, penulis dapat menyelesaikan penelitian.
15. Kepada semua pihak yang tanpa disadari telah membantu dan berkontribusi selama perkuliahan dan penelitian ini.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan serta kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun sehingga skripsi dari diri penulis menjadi lebih baik kembali. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Terima kasih.

Jakarta, 30 Januari 2024

Nabillah Septiani

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	5
1.3. Pembatasan Masalah	5
1.4. Rumusan Masalah	6
1.5. Tujuan Penelitian	6
1.6. Manfaat Penelitian	6
1.6.1. Manfaat Teoritis	6
1.6.2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Stres	8
2.2. <i>Student-Life Stress</i>	8
2.2.1. Definisi <i>Student-Life Stress</i>	8
2.1.2. Dimensi <i>Student-Life Stress</i>	9
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi <i>Student-Life Stress</i>	11
2.1.4. Dampak <i>Student-Life Stress</i>	14
2.2. Dukungan Sosial	15
2.2.1. Definisi Dukungan Sosial	15
2.2.2. Dimensi Dukungan Sosial	16
2.2.3. Faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial	17

2.2.4. Dampak Dukungan Sosial	18
2.3. Mahasiswa	18
2.3.1. Mahasiswa Tingkat Akhir.....	19
2.4. Hubungan <i>Student-Life Stress</i> dengan Dukungan Sosial pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi	19
2.5. Kerangka Konseptual	21
2.6. Hipotesis	22
2.7. Hasil Penelitian yang Relevan.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1. Tipe Penelitian.....	26
3.2. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	26
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian	26
3.2.2. Definisi Konseptual	27
3.2.3. Definisi Operasional	27
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.3.1. Populasi.....	28
3.3.2. Sampel	28
3.4. Teknik Pengambilan Sampel.....	28
3.5. Teknik Pengumpulan Data	28
3.5.1. Instrumen <i>Student-Life Stress</i>	29
3.5.2. Instrumen Dukungan Sosial.....	30
3.6. Uji Coba Instrumen	31
3.6.1. Uji Coba Instrumen <i>Student-Life Stress</i>	33
3.6.2. Uji Coba Instrumen Dukungan Sosial	36
3.7. Analisis Data	37
3.7.1. Uji Statistik.....	37
3.7.2. Analisis Deskriptif	38
3.7.3. Uji Normalitas.....	38
3.7.4. Uji Linearitas	38
3.7.5. Hipotesis Statistik	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1. Gambaran Responden Penelitian.....	40
4.1.1. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	40
4.1.2. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia.....	41
4.1.3. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Universitas.....	42
4.1.4. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Fakultas	44

4.1.5. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Angkatan	46
4.1.6. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Penghasilan Orang Tua ..	47
4.1.7. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Uang Saku	48
4.1.8. Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Hubungan Dekat dengan Orang Lain.....	49
4.2. Prosedur Penelitian.....	50
4.2.1. Persiapan Penelitian.....	50
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	52
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	53
4.3.1. Data Deskriptif <i>Student-Life Stress</i>	53
4.3.2. Data Deskriptif Dukungan Sosial	55
4.3.3. Tabulasi Silang	58
4.3.4. Uji Normalitas.....	73
4.3.5. Uji Linearitas	73
4.3.6. Uji Hipotesis	74
4.4. Pembahasan	75
4.5. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	79
5.1. Kesimpulan.....	79
5.2. Implikasi.....	79
5.3. Saran	79
5.3.1. Mahasiswa Tingkat Akhir.....	79
5.3.2. Penelitian Selanjutnya.....	80
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Blueprint</i> Instrumen <i>Student-Life Stress</i>	29
Tabel 3. 2 Skoring Butir Instrumen <i>Student-Life Stress</i>	30
Tabel 3. 3 <i>Blueprint</i> Instrumen Dukungan Sosial	31
Tabel 3. 4 Skoring Butir Instrumen Dukungan Sosial	31
Tabel 3. 5 Koefisien Reliabilitas Guilford	32
Tabel 3. 6 Hasil Skor Reliabilitas Uji Coba <i>Student-Life Stress Inventory</i>	33
Tabel 3. 7 Hasil Skor Validitas Uji Coba <i>Student-Life Stress Inventory</i>	33
Tabel 3. 8 Hasil Skor Reliabilitas Uji Coba <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	36
Tabel 3. 9 Hasil Skor Validitas Uji Coba <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	36
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	40
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	41
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Universitas	42
Tabel 4. 4 Grafik Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas	44
Tabel 4. 5 Grafik Gambaran Responden Berdasarkan Angkatan	46
Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Orang Tua	47
Tabel 4. 7 Gambaran Responden Berdasarkan Uang Saku	48
Tabel 4. 8 Gambaran Responden Berdasarkan Hubungan Dekat dengan Orang Lain	49
Tabel 4. 9 Data Deskriptif <i>Student-Life Stress</i>	53
Tabel 4. 10 Pembagian Kategori <i>Student-Life Stress</i>	54
Tabel 4. 11 Kategorisasi Tingkat <i>Student-Life Stress</i>	54
Tabel 4. 12 Data Deskriptif Dukungan Sosial	55
Tabel 4. 13 Pembagian Kategori Dukungan Sosial	57
Tabel 4. 14 Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial	57
Tabel 4. 15 Tabulasi Silang <i>Student-Life Stress</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	58
Tabel 4. 16 Tabulasi Silang <i>Student-Life Stress</i> Berdasarkan Usia	59
Tabel 4. 17 Tabulasi Silang <i>Student-Life Stress</i> Berdasarkan Universitas	60
Tabel 4. 18 Tabulasi Silang <i>Student-Life Stress</i> Berdasarkan Fakultas	61

Tabel 4. 19 Tabulasi Silang Student-Life Stress Berdasarkan Angkatan	63
Tabel 4. 20 Tabulasi Silang Student-Life Stress Berdasarkan Penghasilan Orang Tua	64
Tabel 4. 21 Tabulasi Silang Student-Life Stress Berdasarkan Uang Saku	64
Tabel 4. 22 Tabulasi Silang Student-Life Stress Berdasarkan Hubungan Dekat dengan Orang Lain.....	65
Tabel 4. 23 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 4. 24 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Usia.....	66
Tabel 4. 25 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Universitas	67
Tabel 4. 26 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Fakultas.....	69
Tabel 4. 27 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Angkatan.....	70
Tabel 4. 28 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Penghasilan Orang Tua.....	71
Tabel 4. 29 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Uang Saku	72
Tabel 4. 30 Tabulasi Silang Dukungan Sosial Berdasarkan Hubungan Dekat dengan Orang Lain.....	72
Tabel 4. 31 Uji Linearitas.....	74
Tabel 4. 32 Uji Korelasi	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Gambar 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	42
Gambar 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Universitas	44
Gambar 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas	46
Gambar 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Angkatan.....	47
Gambar 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Orang Tua.....	48
Gambar 4. 7 Gambaran Responden Berdasarkan Uang Saku.....	49
Gambar 4. 8 Gambaran Responden Berdasarkan Hubungan Dekat dengan Lainnya.....	50
Gambar 4. 9 Kategorisasi Tingkat <i>Student-Life Stress</i>	55
Gambar 4. 10 Kategorisasi Tingkat Dukungan Sosial.....	58
Gambar 4. 11 Grafik <i>Scatterplot</i> pada Uji Linearitas	74

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Student-Life Stress Inventory</i>	88
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>	90
Lampiran 3 Uji Linearitas	90
Lampiran 4 Uji Hipotesis	91
Lampiran 5 Data Deskriptif	91
Lampiran 6 Tabulasi Silang	94
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian (Final).....	104
Lampiran 8 Data Mentah	112
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	114

