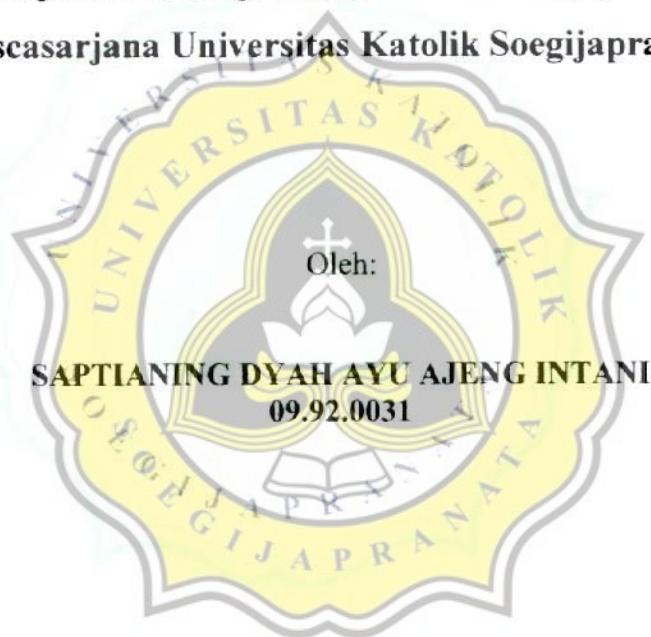


STRES PADA POLANTAS DITINJAU DARI SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN

Tesis

**untuk memperoleh derajat Magister Psikologi pada Program
Pascasarjana Universitas Katolik Soegijapranata**



**Program Magister Psikologi
Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata
SEMARANG
2014**

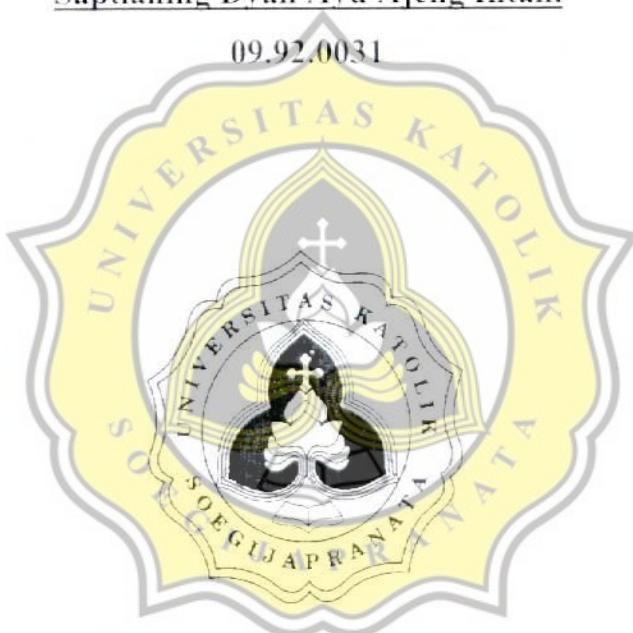
STRES PADA POLANTAS DITINJAU DARI SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN

TESIS

Oleh :

Saptianing Dyah Ayu Ajeng Intani

09.92.0031



Program Magister Psikologi

Program Pascasarjana

Universitas Katolik Soegijapranata

S E M A R A N G

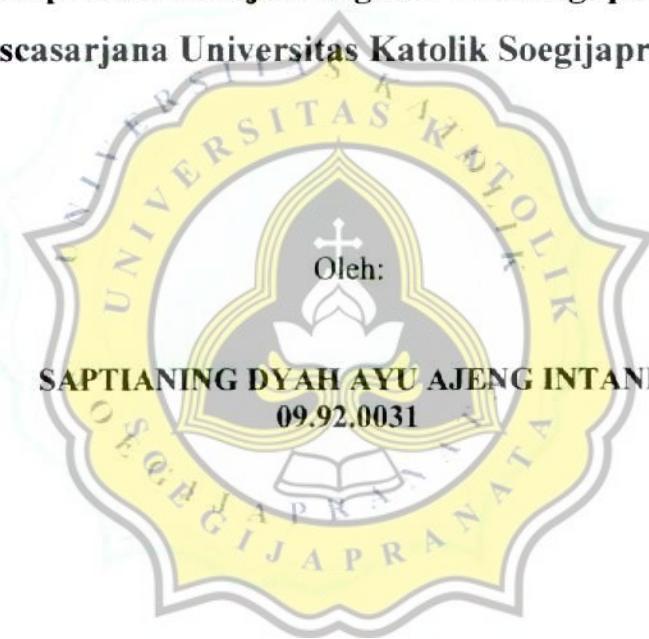
2014

		PERPUSTAKAAN Universitas Katolik Soegijapranata
No. Inv.	079 / 52 / MS. PSI / C.1	
Tanggal	25 September 2014	
Paraf		

STRES PADA POLANTAS DITINJAU DARI SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN

Tesis

**untuk memperoleh derajat Magister Psikologi pada Program
Pascasarjana Universitas Katolik Soegijapranata**



**Program Magister Psikologi
Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata
SEMARANG
2014**

HALAMAN PENGESAHAN

Tesis dengan judul :

STRES PADA POLANTAS DITINJAU DARI SELF-EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Pengaji Tesis
Program Magister Sains Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata
Pada tanggal : 10 Maret 2014



Mengetahui,

Ketua Program Studi

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Rachmad Djati Winarno".

Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS

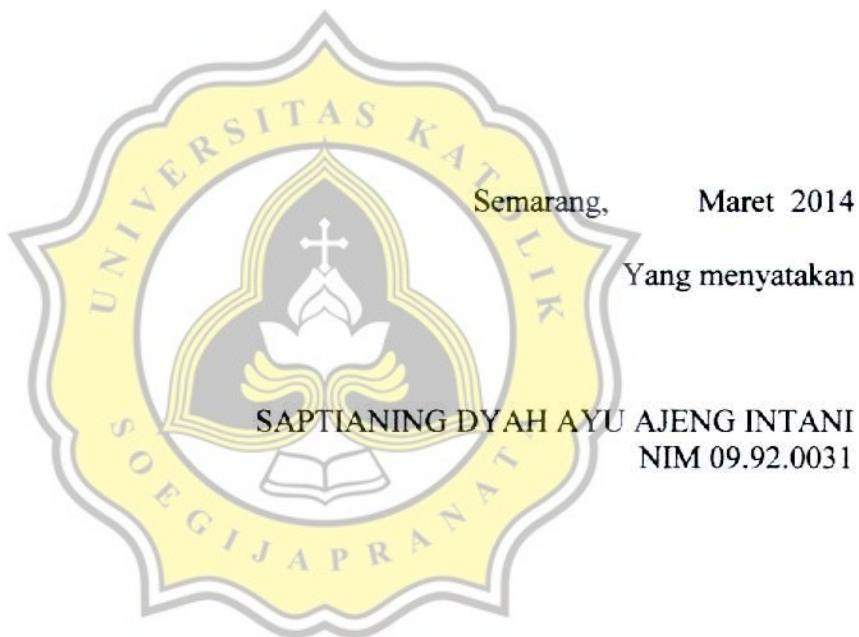
Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Y. Bagus Wismanto".

DR. Y. Bagus Wismanto, M.Si

PERNYATAAN

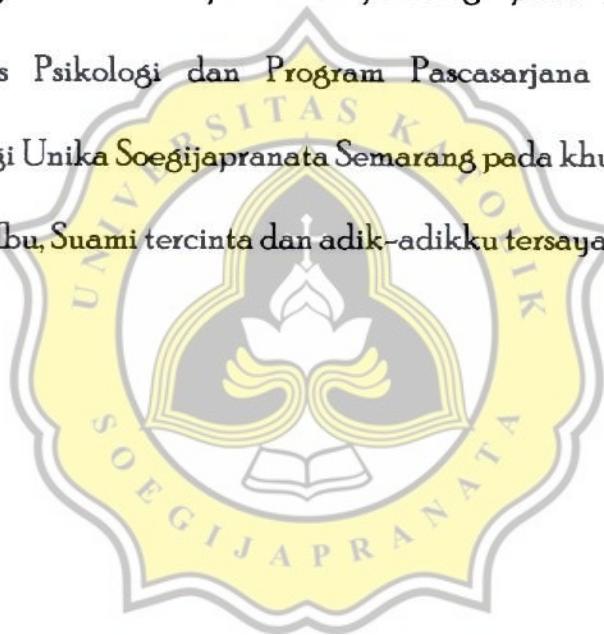
Dengan ini saya menyatakan bahwa di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh Gelar Kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang sengaja tertulis dalam naskah tesis ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



PERSEMBAHAN

Karya ini, kupersembahkan untuk:

- Kepolisian Negara Republik Indonesia – Daerah Jawa Tengah – Resor Kota Besar Semarang – Polantas.
- Dunia peminat dan penikmat psikologi pada umumnya, serta Fakultas Psikologi dan Program Pascasarjana Magister Sains Psikologi Unika Soegijapranata Semarang pada khususnya.
- Bapak, Ibu, Suami tercinta dan adik-adikku tersayang.

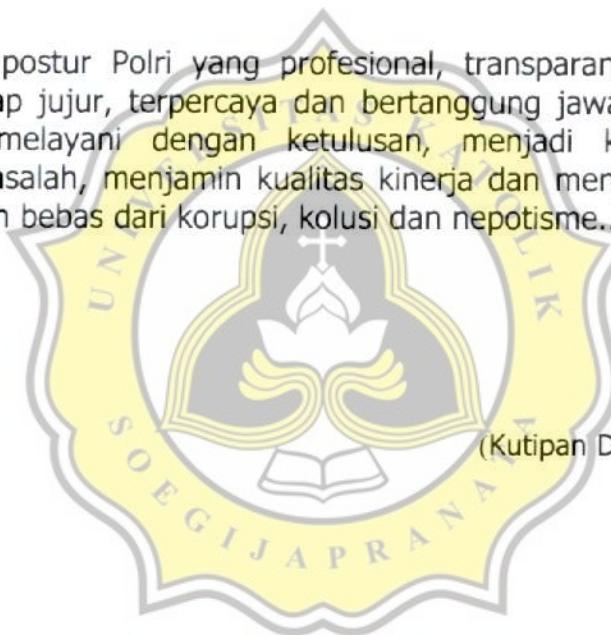


MOTTO

"Tugas dan kewajiban yang diemban dalam memelihara Kamtibmas, menegakkan hukum, memberikan perlindungan, pengayoman dan pelayanan kepada masyarakat dapat bermanfaat bagi kejayaan bangsa dan negara...."

"Menjiwai tekad pengabdian dengan keimanan, kesabaran dan keikhlasan. Mewujudkan kepercayaan masyarakat, sinergitas kemitraan dan pelayanan prima Kepolisian...."

"Terwujudnya postur Polri yang profesional, transparan dan akuntabel. Mampu bersikap jujur, terpercaya dan bertanggung jawab, menampilkan keteladanan, melayani dengan ketulusan, menjadi konsultan dalam pemecahan masalah, menjamin kualitas kinerja dan menjadi abdi negara yang bersih dan bebas dari korupsi, kolusi dan nepotisme...."



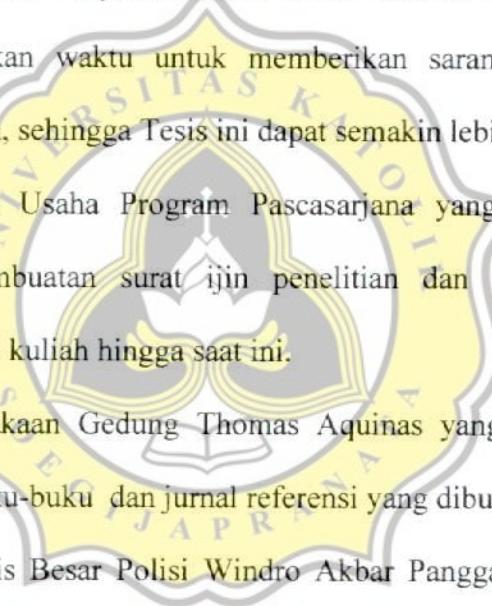
(Kutipan Doa Apel Pagi Polri)

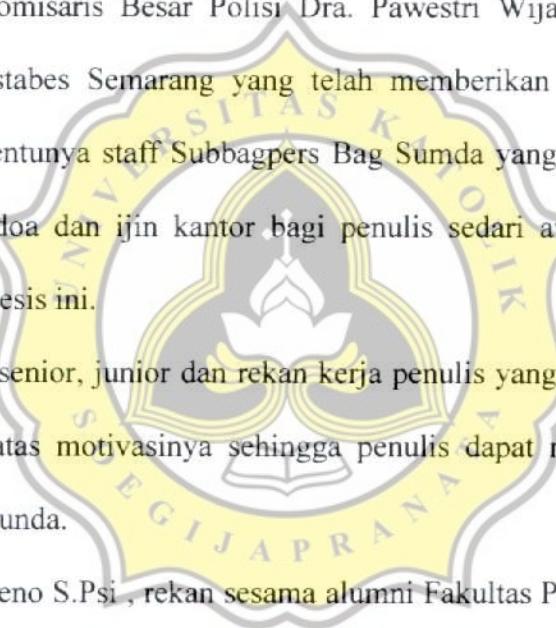
KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat, hidayah dan innayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Upaya dalam proses penyelesaian Skripsi ini memberikan kesan yang sangat mendalam bagi penulis mengingat begitu banyak hambatan yang harus dihadapi. Berkat semangat, doa dan ridlo Allah SWT maka dapat memberikan kekuatan dan ketabahan kepada penulis sejak memasuki Program Pascasarjana Magister Sains Psikologi sampai dengan selesainya penulisan tesis ini.

Terselesaikannya tesis ini, tentunya tidak lepas dari beberapa pihak yang senantisa memberikan dukungan dan semangat kepada penulis, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS. selaku Ketua Program Studi Magister Sains Psikologi Program Pascasarjana Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang memberikan waktu dan bantuan dalam segala hal demi terlaksananya ujian tesis bagi penulis kali ini.
2. Bapak Dr. Y. Bagus Wismanto, M.Si selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan motivasi pada penulis agar segera merampungkan tesis yang terhenti lama, merelakan waktu, pikiran, memberikan koreksi dan masukan dari awal sampai akhir penulisan tesis ini.

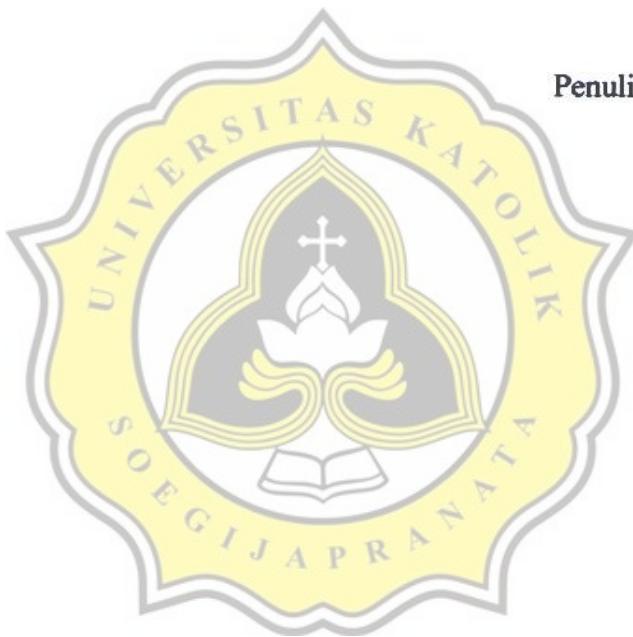
- 
3. Bapak Drs. DP. Budi Susetyo, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Pendamping, yang telah merelakan waktu untuk membimbing, memberikan masukan, banyak mengajarkan Psikologi Sosial berikut kasus-kasus yang menarik untuk dikaji dan memahami keterbatasan serta kekurangan penulis dalam penyelesaian Tesis ini.
 4. Bapak Drs. M. Suharsono, M.Si., selaku Dewan Pengaji yang telah berkenan memberikan saran dan kritik demi semakin baiknya Tesis ini.
 6. Bapak Drs. Pius Heru Prayitno, M.Si., selaku Dewan Pengaji yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan saran dan kritik yang bersifat membangun, sehingga Tesis ini dapat semakin lebih baik.
 7. Seluruh Staff Tata Usaha Program Pascasarjana yang telah membantu penulis dalam pembuatan surat ijin penelitian dan administrasi yang diperlukan dari awal kuliah hingga saat ini.
 8. Para Staff Perpustakaan Gedung Thomas Aquinas yang telah membantu dalam pencarian buku-buku dan jurnal referensi yang dibutuhkan penulis.
 9. Yth. Ajun Komisaris Besar Polisi Windro Akbar Panggabean, S.Ik selaku Kasat Lantas Polrestabes Semarang yang telah memberi izin pada penulis untuk melakukan penelitian di lingkungan kerja Satlantas Polrestabes Semarang.
 10. Yth. Komisaris Polisi Sudaryoto, S.Ik selaku Wakasat Lantas Polrestabes Semarang beserta Staf Bin Ops yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian serta mengurus administrasi penunjangnya.

- 
11. Keluarga Besar Komisaris Polisi H. Sapuan, S.H., M.H., keluargaku kebanggaanku, kesayanganku terimakasih atas semangat, motivasi dan kehangatan keluarga yang penulis peroleh dari sejak pertama menghirup nafas didunia hingga saat ini.
 12. Separuh jiwa, *sigaring nyawa*, suami tercinta Anang Widya Eko Saputro, S.H. terimakasih atas perhatian, semangat dan dukungan baik moral maupun finansial, he..he..he..
 13. Yth. Ajun Komisaris Besar Polisi Dra. Pawestri Wijanarti selaku Kabag Sumda Polrestabes Semarang yang telah memberikan ijin kuliah kepada penulis dan tentunya staff Subbagpers Bag Sumda yang selalu mendukung, memberikan doa dan ijin kantor bagi penulis sedari awal sampai dengan penyelesaian tesis ini.
 14. Para sahabat, senior, junior dan rekan kerja penulis yang tidak dapat disebut satu persatu atas motivasinya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis yang lama tertunda.
 15. Mas Alex Suseno S.Psi , rekan sesama alumni Fakultas Psikologi USM yang banyak membantu penulis serta bertukar pikiran dalam hal psikologi.
 16. Sahabat - sahabat seperjuangan Pascasarjana Magister Sains Psikologi angkatan 2009, Meika, Ona, Pak Bambs, Koh Jhonij, Mimi, Pak Febyo, Itsna, Bayu, Pak Has, Pak Saifur, Bu Dian, Bu Pungky, dan masih banyak lagi. Terimakasih atas semangat yang diberikan, sebagian besar dari kalian sudah mendahuluiku....

Penulis menyadari akan banyaknya kekurangan dari penulisan tesis ini, untuk itu saran dan kritik dari pembaca akan sangat membantu serta berguna bagi kemajuan dan penambahan ilmu bagi penulis. Dan akhirnya semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Semarang, Maret 2014

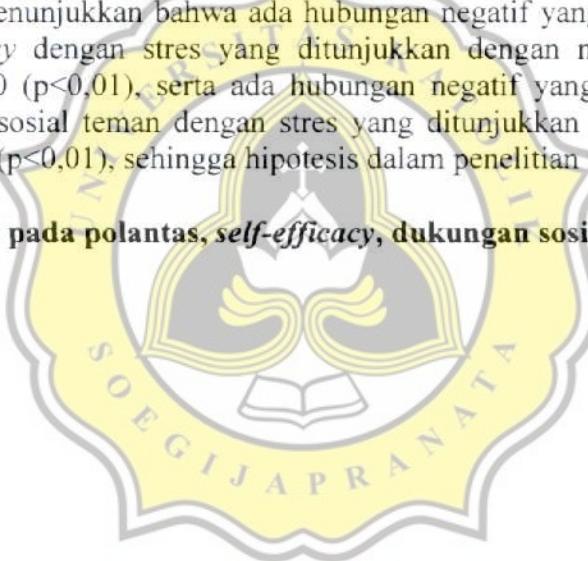
Penulis



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *self-efficacy* dan dukungan sosial teman dengan stres pada polantas. Hipotesis dalam penelitian ini adalah: (1) ada hubungan antara *self-efficacy* dan dukungan sosial teman dengan stres pada polantas, (2) ada hubungan negatif antara *self-efficacy* dengan stres pada polantas, dan (3) ada hubungan negatif antara dukungan sosial teman dengan stres pada polantas. Peneliti menggunakan 114 anggota Polantas Polrestabes Semarang. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *cluster random sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan tiga skala, yaitu Skala Stres, Skala *Self-Efficacy*, dan Skala Dukungan Sosial Teman. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik Korelasi *Anareg Dua Prediktor* dan teknik korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self-efficacy* dan dukungan sosial teman terhadap stres yang ditunjukkan dengan nilai $F = 13,771$ $p = 0,000$ dengan $p < 0,01$. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self-efficacy* dengan stres yang ditunjukkan dengan nilai $r_{xy} = -0,332$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), serta ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial teman dengan stres yang ditunjukkan nilai $r_{xy} = -0,396$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

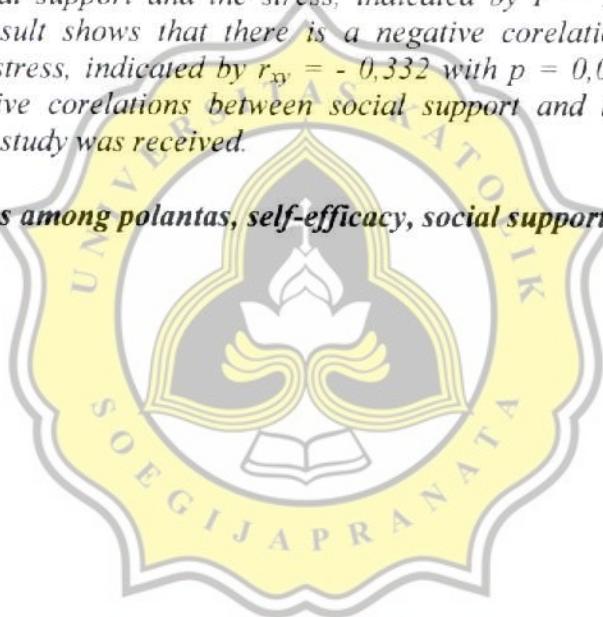
Kata kunci: stres pada polantas, *self-efficacy*, dukungan sosial teman



ABSTRACT

The purpose of the study was to know the corelation between self-efficacy, social support and the stress. The hypotheses of the study, (1) there is a corelations between self-efficacy, social support and the stress among Polantas, (2) there is a negative corelations between self-efficacy with the stress among Polantas, and (3) there is a negative corelations between social support with the stress among Polantas. The respondents of this study were consisted of 114 Polantas Polrestabes Semarang member. The study used cluster random sampling technique. The data of this study was collected by using three scales, the first scale was stress the second scale was self-efficacy and the third one was social support. Data analysis was conducted by using regression analysis techniques and product moment correlation techniques. The result shows that there is a corelation between self-efficacy, social support and the stress, indicated by $F = 13,771$ $p = 0,000$ ($p < 0,01$). The result shows that there is a negative corelations between self-efficacy and the stress, indicated by $r_{xy} = - 0,332$ with $p = 0,000$ ($p < 0,01$), and there is a negative corelations between social support and the stress, so the hypothesis in this study was received.

Kata kunci: *stress among polantas, self-efficacy, social support*



DAFTAR ISI

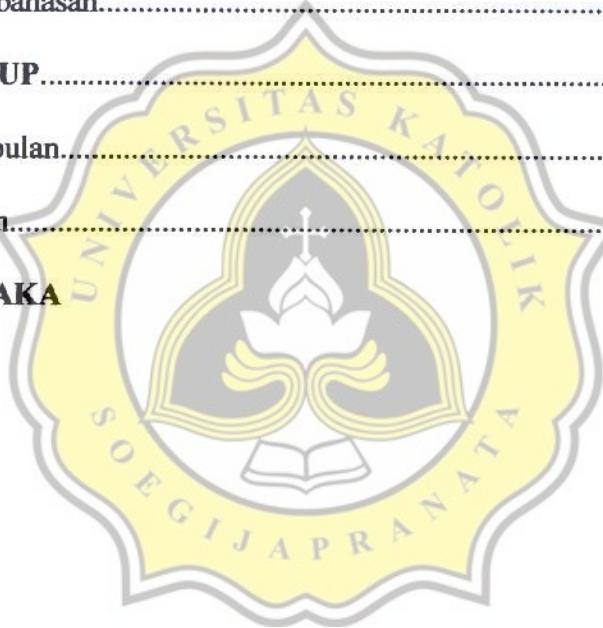
	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	11
C. Manfaat Penelitian.....	11
1. Manfaat teoritis.....	11
2. Manfaat praktis.....	11
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Stres.....	12
1. Pengertian stres	12

2. Gejala-gejala stres.....	14
3. Faktor – faktor yang mempengaruhi stres	19
B. <i>Self-Efficacy</i>.....	25
1. Pengertian <i>self-efficacy</i>	25
2. Aspek-aspek <i>self-efficacy</i>	27
C. Dukungan Sosial Teman.....	30
1. Pengertian dukungan sosial teman.....	30
2. Jenis – jenis dukungan sosial teman.....	31
D. Hubungan antara <i>Self-efficacy</i> dan Dukungan Sosial Teman dengan Stres pada Polantas.....	34
E. Hubungan antara <i>Self-efficacy</i> dengan Stres pada Polantas .	36
F. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman dengan Stres pada Polantas.....	38
G. Hipotesis.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....	42
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	42
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
1. Stres.....	42
2. <i>Self-efficacy</i>	43
3. Dukungan sosial teman.....	43
C. Subjek Penelitian.....	44
D. Metode Pengumpulan Data.....	45

1. Skala stres.....	47
2. Skala <i>self-efficacy</i>	47
3. Skala dukungan sosial teman.....	48
E. Uji Coba Alat Ukur.....	49
1. Uji validitas alat ukur.....	49
2. Uji reliabilitas alat ukur.....	49
F. Metode Analisis Data.....	50
BAB IV LAPORAN PENELITIAN.....	52
A. Persiapan Pengumpulan Data.....	52
1. Orientasi Kancah Penelitian.....	52
2. Penyusunan Alat Ukur.....	55
3. Permohonan Izin Penelitian.....	56
4. Uji Coba Alat Ukur Penelitian.....	57
5. Hasil uji coba alat ukur.....	57
a. Uji validitas.....	58
1. Skala stres.....	58
2. Skala <i>self-efficacy</i>	58
3. Skala dukungan sosial teman.....	59
b. Uji reliabilitas.....	60
6. Penyusunan kembali alat ukur.....	60
B. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	62
BAB V HASIL PENELITIAN.....	64
A. Uji asumsi.....	64

1. Uji normalitas.....	64
2. Uji multikolinieritas.....	64
3. Uji heteroskedastisitas.....	65
B. Uji hipotesis.....	65
1. Hipotesis satu.....	65
2. Hipotesis dua.....	66
3. Hipotesis tiga.....	66
C. Pembahasan.....	66
BAB VI PENUTUP.....	75
A. Simpulan.....	75
B. Saran.....	75

DAFTAR PUSTAKA



DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blue Print Skala Stres.....</i>	47
Tabel 2	<i>Blue Print Skala Self – Efficacy.....</i>	48
Tabel 3	<i>Blue Print Skala Dukungan Sosial Teman.....</i>	48
Tabel 4	Sebaran Item Skala Stres.....	55
Tabel 5	Sebaran Item Skala <i>Self – Efficacy</i>	56
Tabel 6	Sebaran Item Skala Dukungan Sosial Teman.....	56
Tabel 7	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres.....	58
Tabel 8	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Self - Efficacy</i>	59
Tabel 9	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Dukungan Sosial Teman..	59
Tabel 10	Rincian Sebaran Nomor Item Valid Skala Stres.....	60
Tabel 11	Rincian Sebaran Nomor Item Valid Skala <i>Self- Efficacy</i>	61
Tabel 12	Rincian Sebaran Nomor Item Valid Skala Dukungan Sosial Teman.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Struktur Organisasi Satlantas Polrestabes Semarang..... 54



DAFTAR LAMPIRAN

F-3.	Skala Dukungan Sosial Teman	149
Lampiran G	Data SPSS (Uji Asumsi)	156
Lampiran H	Lain-lain	165
H-1.	Laporan Rekap Kotak Saran/ Pengaduan Satlantas Polrestabes Semarang	166
H-2.	Dokumentasi Penelitian	170
Lampiran I	Surat Keterangan Penelitian	172
1.	Surat Ijin Melaksanakan Penelitian dari Program Studi Pascasarjana Magister Sains Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata	173
2.	Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian dari Satlantas Polrestabes Semarang	175