HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA

SKRIPSI

Lim Jessica
15.E1.0129

PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2019

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Lim Jessica

15.E1.0129

PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2019

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

25 April 2019

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

(Dr. Suparmi, M.Si.)

Pembimbing Skripsi

(Drs. George Hardjanta, M.Si.)

Dewan Penguji

(Drs. George Hardjanta, M.Si.)

(D. Linggarjati Novi P., S.Psi., MA.)

(Drs. Haryo Goeritno, M.Si.)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 15 April 2019

Yang menyatakan,

METERAI TEMPEL 48A0BAFF816115432 6000 ENAM RIBU RUPIAH

Lim Jessica

NIM 15.E1.0129

iii

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya tulis ini dengan segenap hati
Saya persembahkan untuk Tuhan Yesus Kristus,
Untuk Keluarga saya yang saya cintai,
dan untuk orang-orang yang sangat saya sayangi

MOTTO

"I can do all things through Christ which strengthens me"

(Philippians4:13)

"Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari"

(Matius 6 : 34)

Stop worrying about the future and be thankful for what you've been blessed with so far

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan rahmat, berkat dan anugerahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres pada Guru Sekolah Luar Biasa".

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan mampu terselesaikan dengan baik tanpa bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan kali ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Suparmi, M.Si. selaku Ketua Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Drs. Pius Heru P, M.Si. selaku dosen wali yang telah membimbing penulis sejak awal semester hingga saat ini.
3. Drs. George Hardjanta, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu bagi penulis untuk dengan sabar membimbing, dan menuntun penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah berjasa memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga kepada penulis.
5. Segenap staff Tata Usaha Fakultas Psikologi dan staff Perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata yang telah ikut membantu peneliti selama masa perkuliahan dan dalam kelancaran penulisan dan penyelesaian penelitian ini.
6. Kelima SDLB di Kota Semarang yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini dan bersedia bekerjasama membagikan informasi yang

diperlukan oleh penulis secara kooperatif untuk kelancaran proses penelitian ini.

7. Papa, mama, cece, adik yang senantiasa mendoakan dan memberi dukungan pada penulis dalam pembuatan skripsi ini.
8. Abraham Hananta, teman terkasih yang telah membantu dan selalu sabar, memberikan dukungan, serta tak henti-hentinya memberi semangat kepada penulis selama proses penelitian hingga penelitian selesai.
9. "Colorado's Squad", yang selalu menjadi sahabat-sahabat yang menggembirakan dan senantiasa memberi dukungan dalam terselesaikannya penelitian ini.
10. Ririn, Caca, Indra, Wahyu dan teman-teman kelas 02 yang telah menjadi teman seperjuangan selama kuliah dan sangat membantu dalam proses pengerjaan skripsi.
11. Jeffrey, Zerlin, Aditya, Chandra yang selalu mendukung dan mendorong penulis dalam menyelesaikan skripsi.
12. Semua orang yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah terlibat dalam proses pengerjaan penelitian ini.

Penulis menyadari ketidaksempurnaan dalam skripsi ini. Oleh karena itu penulis dengan segala kerendahan hati menerima kritik dan saran yang diberikan oleh pembaca agar penulis dapat menjadi lebih baik di kemudian hari.

Semarang, April 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Judul i
Halaman Pengesahan ii
Pernyataan Bebas Plagiasi iii
Halaman Persembahan iv
Motto v
Ucapan Terima Kasih vi
Daftar Isi viii
Daftar Tabel x
Daftar Lampiran xi
Abstrak xii
Abstract xiii

BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.01. Latar Belakang 1
1.02. Tujuan Penelitian 9
1.03. Manfaat Penelitian 9

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 10
2.01. Stres pada Guru SLB 10
2.01.01. Pengertian Stres pada Guru SLB 10
2.01.02. Gejala Stres 12
2.01.03. Faktor yang Memengaruhi Stres 14
2.02. Dukungan Sosial 16
2.02.01. Pengertian Dukungan Sosial 16
2.02.02. Macam-macam Dukungan Sosial 17
2.03. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Stres Guru Sekolah Luar Biasa 19
2.04. Hipotesis 23

BAB 3 METODE PENELITIAN 24
3.01. Jenis Penelitian 24
3.02. Identifikasi Variabel Penelitian 24
3.03. Definisi Operasional 24

3.03.01. Stres pada Guru SLB 24
3.03.02. Dukungan Sosial 25
3.04. Subjek Penelitian 25
3.04.01. Populasi 25
3.04.02. Teknik Pengambilan Sampel 25
3.05. Metode Pengumpulan Data 26
3.05.01. Skala Stres pada Guru SLB 27
3.05.02. Skala Dukungan Sosial 27
3.06. Uji Coba Alat Ukur 28
3.06.01. Uji Validitas 28
3.06.02. Uji Reliabilitas 28
3.07. Metode Analisis Data 28

BAB 4 PELAKSANAAN PENGUMPULAN DATA PENELITIAN 29
4.01. Orientasi Kancah 29
4.02. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian 30
4.03. Hasil Uji Coba Alat Ukur 32
4.03.01. Hasil Validitas Skala Stres Guru SLB 32
4.03.02. Hasil Validitas Skala Dukungan Sosial 32
4.04. Pengumpulan Data Penelitian 33

BAB 5 HASIL PENELITIAN 35
5.01. Uji Asumsi 35
5.01.01.Uji Normalitas 35
5.01.02.Uji Linieritas 35
5.02. Hasil Analisis Data 36
5.03. Pembahasan 36

BAB 6 PENUTUP 40
6.01. Kesimpulan 40
6.02. Saran 40

DAFTAR PUSTAKA 41
LAMPIRAN 44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.01. Blueprint Skala Stres pada Guru SLB 27
Tabel 3.02. Blueprint Skala Dukungan Sosial 28
Tabel 4.01. Nama Sekolah dan Alamat 29
Tabel 4.02. Nama Sekolah dan Jumlah Guru 29
Tabel 4.03. Blueprint Penyebaran Skala Stres pada Guru SLB 30
Tabel 4.04. Blueprint Penyebaran Skala Dukungan Sosial 31
Tabel 4.05. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres pada Guru SLB.....32
Tabel 4.06. Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Dukungan Sosial 33
Tabel 4.07. Tabel Pengumpulan Data 34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 44
Lampiran A Skala Penelitian.....45
A-1 Skala Stres pada Guru SLB 46
A-2 Skala Dukungan Sosial 50
Lampiran B Data Uji Coba 54
B-1 Data Uji Coba Skala Stres pada Guru SLB.....55
B-2 Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial 57
Lampiran C Uji Coba 59
C-1 Uji Coba Skala Stres pada Guru SLB.....60
C-2 Uji Coba Skala Dukungan Sosial.....64
Lampiran D Data Penelitian 68
D-1 Data Penelitian Variabel Stres pada Guru SLB 69
D-2 Data Penelitian Variabel Dukungan Sosial 71
Lampiran E Uji Asumsi.....73
E-1 Uji Normalitas Distribusi 74
E-2 Uji Linieritas Hubungan 77
Lampiran F Uji Hipotesis.....80
Lampiran G Surat-Surat Penelitian 82
G-1 Surat Ijin Penelitian.....83
G-2 Surat Keterangan Penelitian 89

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA

Lim Jessica
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan stres pada guru sekolah luar biasa. Hipotesis yang diajukan adalah "Ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pada guru sekolah luar biasa, yang berarti semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah stres yang dialami guru SLB, dan sebaliknya". Penelitian dilakukan di lima Sekolah Dasar Luar Biasa tipe C (SDLB-C) di Semarang, yakni SDLB C Hj. Soemiyati Himawan, SDLB C YPAC, SDLB C Widya Bhakti, SDLB Talitakum, dan SDLB C Swadaya. Jumlah keseluruhan subjek penelitian adalah 31 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Skala Stres pada Guru SLB dan Skala Dukungan Sosial. Alat ukur ini sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data menggunakan korelasi *Product Moment*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang sangat signifikan yakni r_{xy}= -0,421 dengan p=0,009 (p<0,01). Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : dukungan sosial, stres, guru sekolah luar biasa

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA

Lim Jessica
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social support and stress on exceptional school teachers. The hypothesis proposed is "There is a negative relationship between social support and stress on exceptional school teachers, which means that the higher the social support, the lower the stress experienced by SLB teachers, and vice versa". The study was conducted in five type C Extraordinary Primary Schools (SDLB-C) in Semarang, that is SDLB C Hj. Soemiyati Himawan, SDLB C YPAC, SDLB C Widya Bhakti, SDLB Talitakum, and SDLB C Swadaya. The total number of research subjects was 31 people. The measuring instrument used in this study used the Stress Scale at the SLB Teacher and the Social Support Scale. This measuring instrument has been tested for its validity and reliability. The data analysis technique uses Product Moment correlation which is assisted by the Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) program for Windows Release 22.0. The results showed a very significant correlation, namely r_{xy}= -0,421 with p=0,009 (p <0,01). Thus the proposed hypothesis is accepted.

Key words: social support, stress, exceptional school teachers