

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN STRES
PADA IBU BEKERJA YANG MENDAMPINGI ANAK DALAM
PEMBELAJARAN *DARING***

SKRIPSI

Rora Bekti Amalia

17.E1.0073



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN STRES
PADA IBU BEKERJA YANG MENDAMPINGI ANAK DALAM
PEMBELAJARAN *DARING***

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:

Rora Bekti Amalia

17.E1.0073



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

HALAMAN PENGESAHAN

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
(28 Maret 2022)

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



(Dr. Suparmi M.Si)

Pembimbing Utama

(Esthi Rahayu S.Psi., M.Si.)

Dewan Penguji

(Dr., Drs. M. Suharsono M.Si.)

(Dra. Emiliana Primastuti M.Si.)

(Esthi Rahayu S.Psi., M.Si.)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rora Bekti Amalia
Nim : 17.E1.0073
Fakultas : Psikologi
Prodi : Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini yang berjudul "Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Stres pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran *Daring*" 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 di acu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang 20 April 2022

Yang menyatakan,



Rora Bekti Amalia

17.E1.0073

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rora Bekti Amalia

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Non-eksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “ Hubungan Kebersyukuran dengan Stres Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran *Daring*” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini, Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 20 April 2022

Yang menyatakan,



METERAI
TEMPEL
F47AJX692044326

Rora Bekti Amalia

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas limpahan berkat dan rahmat-Nya, skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Kebersyukuran dengan Stres pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran *Daring*”** merupakan salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana psikologi di fakultas psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari beberapa pihak yang telah membantu baik memberikan dukungan, bimbingan maupun nasehat. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, M.Si selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Esthi Rahayu, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing yang bersedia membimbing serta memberi dukungan dalam menyusun skripsi.
4. Christa Vidia Rana Abimanyu, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku dosen wali kelas 02 angkatan 2017 yang telah memberikan ilmu, dukungan, arahan dan mengajar selama proses perkuliahan dari awal hingga akhir skripsi.
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah mengenalkan dan mengajarkan mengenai ilmu psikologi serta membimbing penulis hingga akhir skripsi.
6. Seluruh petugas tata usaha fakultas psikologi dan petugas perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu penulis dalam administrasi.
7. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam pengumpulan data skripsi.
8. Kedua orang tua penulis, Sukono dan Sopya Arri Nurdayati. Serta adik penulis, Danar Radhatul Ilham yang sudah memberikan kasih sayang,

dukungan dan do'a yang sangat berpengaruh besar selama melakukan studi di Unika Soegijapranata hingga skripsi terselesaikan dengan baik.

9. Seluruh keluarga besar penulis yang sudah memberikan bantuan, motivasi dan dukungan penuh.
10. Afi Maulida Istikomah sebagai sahabat seperjuangan, *support system* dan yang sudah berkenan meluangkan waktu untuk membantu serta memberikan arahan penulis saat proses awal hingga akhir skripsi.
11. Fahrizal Agung Pambudi dan Herming Sapta K sebagai sahabat, *support system* dan selalu ada ketika penulis membutuhkan bantuan dalam bentuk apapun itu.
12. Nabilla Septine, Amalia Nurrani, Revinsky Wandania dan Firda Amalia yang telah menjadi sahabat seperjuangan, *support system* dan saling memberi dukungan.
13. Teman-teman penulis kelas 02 angkatan 2017 yang telah bersama selama masa perkuliahan dari semester awal hingga akhir.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada banyak pihak yang telah terlibat dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu. *I'm so grateful to have you all, God bless you.*

Semarang, 22 April 2022



Rora Bakti Amalia

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan.....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Bebas Plagiasi.....	iv
Halaman Pernyataan Publikasi.....	v
Ucapan Terima Kasih	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel.....	x
Abstrak	xii
Abstract.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Tujuan Penelitian	11
1.3 Manfaat Penelitian.....	11
BAB II	12
TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Stres pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran <i>Daring</i>	12
2.2 Kebersyukuran	18
2.3 Dinamika Hubungan Kebersyukuran dengan stres pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran <i>Daring</i>	22
2.4 Hipotesis.....	28
BAB III	29
METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Metode Penelitian yang Digunakan	29
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	29
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
3.4 Subjek Penelitian.....	31
3.5 Metode Pengumpulan Data	31
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	34
3.7 Analisis Data.....	35
BAB IV.....	36
PENGUMPULAN DATA PENELITIAN	36

4.1	Orientasi Kancah Penelitian.....	36
4.2	Persiapan Pengumpulan Data Penelitian.....	37
4.3	Pengumpulan Data Penelitian.....	39
4.4	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	40
BAB V.....		42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		42
5.1	Hasil Penelitian.....	42
5.1.1	Uji Asumsi.....	42
5.2	Pembahasan.....	44
5.3	Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB VI.....		48
KESIMPULAN DAN SARAN.....		48
6.1	Kesimpulan.....	48
6.2	Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....		50
LAMPIRAN.....		54



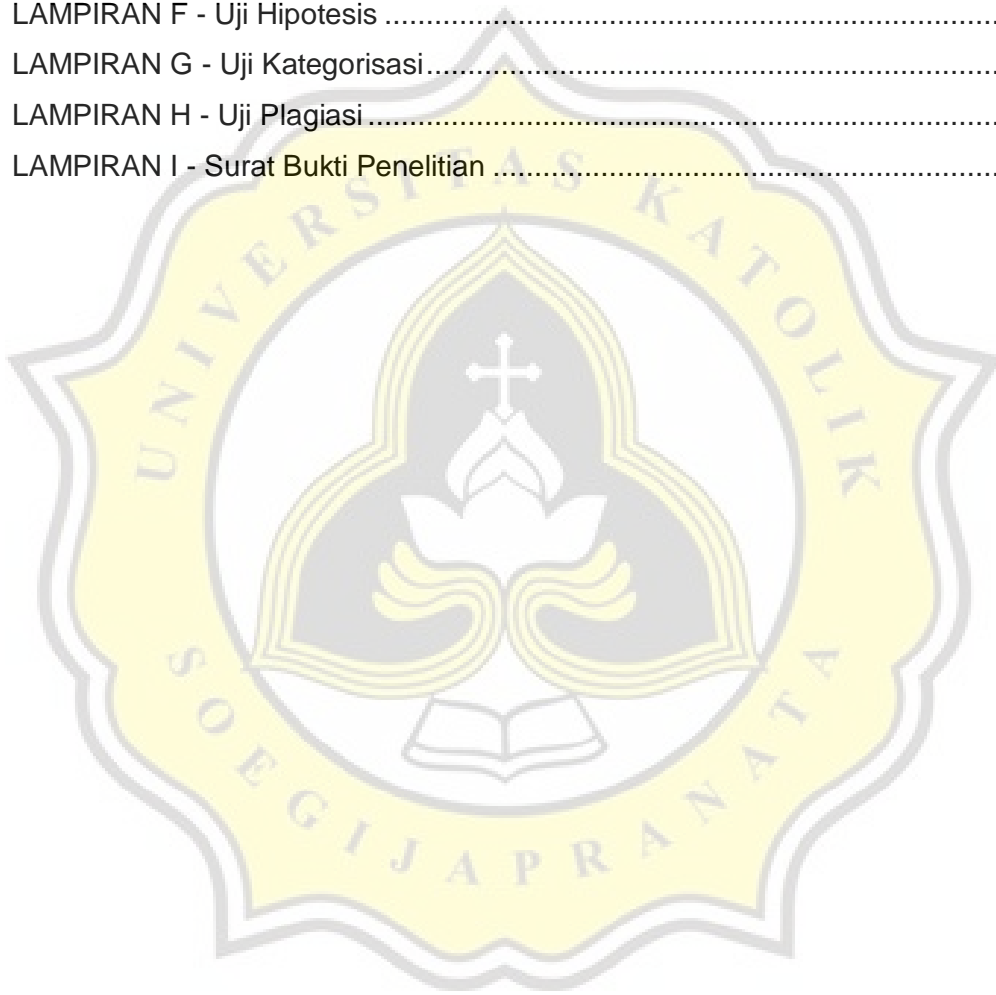
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Skala Stres	33
Tabel 3.2 Blue Print Skala Kebersyukuran.....	34
Tabel 4.1 Sebaran Item Skala Stres	38
Tabel 4.2 Sebaran Item Skala Kebersyukuran	38
Tabel 4.3 Data Demografi Usia Subjek	39
Tabel 4.4 Sebaran Item Valid dan Gugur Stres pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak dalam Pembelajaran <i>Daring</i>	40
Tabel 4.5 Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Kebersyukuran	41



DAFTAR LAMPIRAN

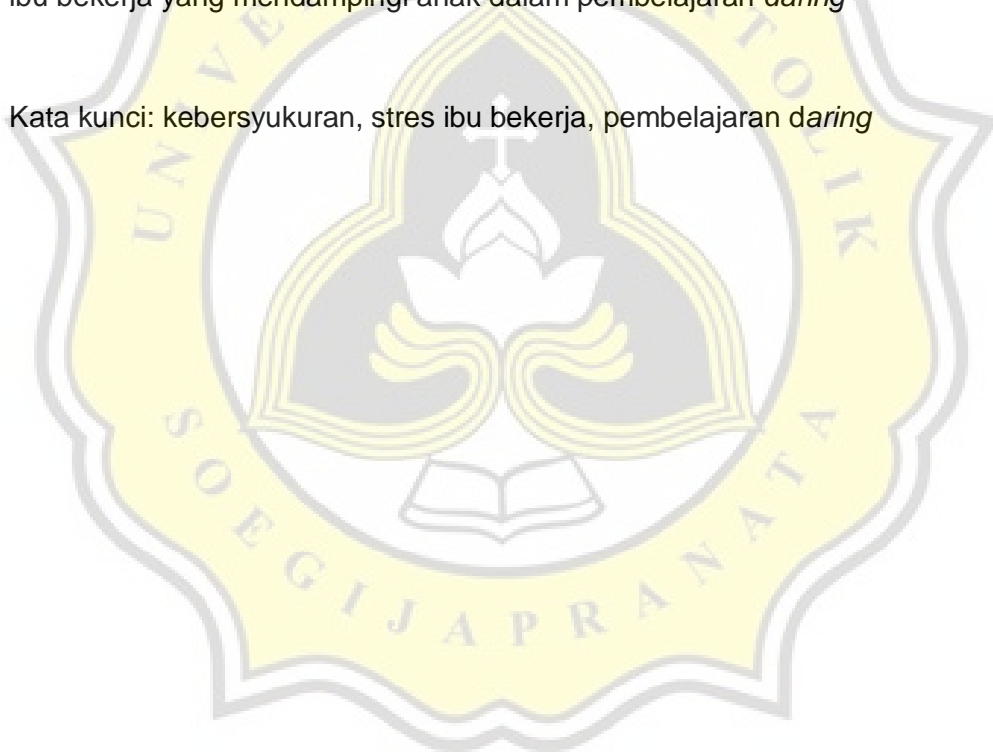
LAMPIRAN A - Skala Penelitian	54
LAMPIRAN B - Data Skala Penelitian	61
LAMPIRAN C - Uji Validitas dan Reliabilitas	64
LAMPIRAN D - Data Valid Skala Penelitian	69
LAMPIRAN E - Uji Asumsi	72
LAMPIRAN F - Uji Hipotesis	78
LAMPIRAN G - Uji Kategorisasi	79
LAMPIRAN H - Uji Plagiasi	80
LAMPIRAN I - Surat Bukti Penelitian	81



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan stres pada ibu bekerja yang mendampingi anak dalam pembelajaran *daring*. Hipotesis yang diajukan adalah “terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan stres pada ibu bekerja yang mendampingi anak dalam pembelajaran *daring*”. Subjek penelitian adalah ibu yang bekerja dan juga mendampingi anak dalam pembelajaran *daring* di Semarang. Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 80 orang. Alat ukur yang digunakan adalah skala kebersyukuran dan skala stres pada ibu bekerja yang mendampingi anak dalam pembelajaran *daring*. Alat ukur yang digunakan sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *spearman rho*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang signifikan ($r = -0,533$, $p = 0,000$). Dari hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan stres pada ibu bekerja yang mendampingi anak dalam pembelajaran *daring*

Kata kunci: kebersyukuran, stres ibu bekerja, pembelajaran *daring*



ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a relationship between gratitude and stress in working mothers who accompany children in online learning. The hypothesis proposed is "there is a relationship between gratitude and stress in working mothers who accompany children in online learning". The subjects of the study were working mothers and also accompanying children during in online learning in Semarang. The number of subjects in this study amounted to 80 people. The measuring instruments used are the gratitude scale and the stress scale on working mothers who accompany online in learning children. The measuring instruments used have been tested for validity and reliability. The data analysis technique used is Spearman rho rank correlation. The results showed a significant correlation ($r = -0.533$, $p = 0.000$). From these results, the proposed hypothesis is accepted, so it can be concluded that there is a relationship between gratitude and stress in working mothers who accompany children in online learning

Keywords: gratitude, stress in working mothers, online learning

