

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN STRES
MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI**

SKRIPSI

Hannauli Risdianti

15.E1.0252



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG

2022

HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN STRES MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI

SKRIPSI

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

Oleh:

Hannauli Risdianti

15.E1.0252



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG

2022

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

26 Juli 2022

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si)
NPP: 0581192105

FAK. PSIKOLOGI

Pembimbing Utama

Dewan Penguji

(Damansia Linggarjati Novi P, S.Psi., M.Si)
NPP:5812001241

(Dr. Christin Wibhowo, M.Si)
NPP:5811995171

Pembimbing Pendamping

(Monika W. Satyajati, S/Psi., M.Psi., Psi.)
NPP:5812017314

(Kunhake Kharismawan, S.Psi., M.Si.)
NPP:05812003257

(Damansia Linggarjati Novi P, S.Psi., M.Si)
NPP: 5812001241

HALAMAN PERNYATAAN ANTI PLAGIASI

Saya dengan ini menyatakan bahwa didalam 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 disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 26 Juli 2022



Hannauli Risdianti

15.E1.0252

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Hannauli Risdianti

Program studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan skripsi ini kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul **“Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Stres Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan, media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan menduplikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Semarang, 26 Juli 2022

Yang menyatakan,



Hannauli Risdianti

15.E1.0252

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kupersembahkan semua ini kepada Tuhan Yang Maha Esa

Terimakasih keluargaku tercinta

Dan semua teman teman ku.



MOTTO

“Bahagiakan Sesamamu”



UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini untuk memenuhi syarat menjadi Sarjana Psikologi. Atas kemudahan, kekuatan, dan pengharapan dari Tuhan Yesus penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pengungkapan Diri (*Self-Disclosure*) dengan Stres Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi”. Penyusunan skripsi ini juga atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah menjadi sumber inspirasi dan pemimpin bagi seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi.
2. Damansia Linggarjati Novi Parmitasari S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing utama penulis yang senantiasa selalu memberikan dukungan pada penulis melalui bimbingan *online*, mengajarkan kerja keras, dan pandai membaca kesempatan dalam segala hal.
3. Monika Windriya Satyajati, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing kedua penulis yang telah memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. Dr. Augustina Sulastri, S, Psi selaku dosen wali kelas 04/2015 yang selalu mengingatkan penulis untuk selalu memberikan yang terbaik dalam situasi apapun yang dihadapi serta menjadi sosok wanita inspirati penulis yang mandiri.

5. Bapa Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah mendampingi dan membantu dengan ikhlas dan tulus dalam mengeyam pendidikan S1 Psikologi selama ini.
6. Tenaga Kependidikan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang telah menjelaskan, dan membantu segala administrasi penulis selama ini.
7. Seluruh responden yang telah membantu penulis menjadi *volunteer* dalam penelitian ini sehingga penelitian ini berjalan dengan baik.
8. Bapa, Mama, Dek Robin, Dek Esther, Dek Gaul, Tante Norma yang memberikan dukungan dan telah membantu dari proses pendidikan S1 hingga menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhir studi ini.
9. Boy Sandi Hutasoit selaku kekasih penulis yang telah mendukung, memotivasi serta menjadi tempat berkeluh kesah penulis selama proses pembuatan skripsi.
10. Teman-teman Ria, Bella, Supriyati, Yani, Romian, Yustinus, Agus, Simon, Bhekti yang telah menjadi tempatku mengeluh dan memberikan motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi.
11. Keluarga Resimen Mahasiswa Unika khususnya Yudha 39 dan Yudha 40, ATGW 2017, Kontrakan Parbada, Rombak (Rombongan Mahasiswa Batak) Unika, Grup Ciwi-ciwi Pati, Hachiko, *Psychopat* 04/2015 yang sudah berdinamika bersama, berbagi canda tanda tawa, telah mendukung, memberi semangat, dan membantu dalam penyusunan skripsi. Sukses Kalian.

Penyusun menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca atas penelitian demi perkembangan ilmu psikologi kedepan.

Semarang, 30 Juli 2022

Penyusun



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	5
1.3. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Stres Mahasiswa Menyusun Skripsi.....	6
2.2. <i>Self-Disclosure</i>	18
2.3. Hubungan antara <i>Self-Disclosure</i> dengan Stres Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	25
2.4. Hipotesis.....	28
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN.....	29
3.1. Metode Penelitian yang Digunakan.....	29
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	29
3.3. Populasi dan Teknik Sampling.....	31
3.4. Metode Pengumpulan Data.....	33
3.5. Metode Analisa Data.....	38
BAB 4.....	39
PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN.....	39
4.1. Persiapan Pengumpulan Data.....	39
4.2. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	46
BAB 5.....	49
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49

5.1. Hasil Penelitian.....	49
5.2. Pembahasan.....	51
5.3. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB 6.....	53
PENUTUP.....	53
6.1. Kesimpulan.....	53
6.2. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	54
LAMPIRAN.....	57



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Pilihan Jawaban <i>Revised Self-Disclosure</i>	34
Tabel 3.2	<i>Blueprint</i> Skala <i>Self-Disclosure</i>	35
Tabel 3.3	Pilihan Jawaban (<i>Depression, Anxiety, Stress Scale</i>) DASS-42.....	36
Tabel 3.4	Rancangan <i>Blueprint Depression, Anxiety, Stress Scaless</i> (DASS-42).....	37
Tabel 4.1	Tabel <i>Blueprint</i> dan Nomor Item <i>Self-Disclosure</i>	42
Tabel 4.2	Tabel <i>Blueprint</i> dan Nomor Item <i>Stress Scale of DASS</i> ...	43
Tabel 4.3	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Self-Disclosure</i>	45
Tabel 4.4	Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Stress of DASS</i>	46
Tabel 4.5	Jumlah Subjek Tiap Fakultas.....	48



DAFTAR LAMPIRAN

A. LAMPIRAN	SKALA PENELITIAN.....	58
A		
A-1	<i>Self-Disclosure</i> (Pengungkapan Diri)	59
A-2	Stres Mahasiswa Menyusun Skripsi.....	66
B. LAMPIRAN B	DATA TRY OUT.....	70
B-1	Data Try Out <i>Self-Disclosure</i> (Pengungkapan Diri)	71
B-2	Data Try Out Stres Mahasiswa Menyusun Skripsi.....	73
C. LAMPIRAN C	UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	75
C-1	<i>Self-Disclosure</i> (Pengungkapan Diri)	76
C-2	<i>Stress of DASS</i>	80
D. LAMPIRAN D	DVALID.....	83
D-1	Data Valid <i>Self-Disclosure</i> (Pengungkapan Diri)	84
D-2	Data Valid Stres Mahasiswa Menyusun Skripsi.....	86
E. LAMPIRAN E	UJI ASUMSI.....	88
E-1	Uji Normalitas <i>Self-Disclosure</i>	88
E-2	Uji Normalitas Stres Mahasiswa Menyusun Skripsi.....	89
E-3	Uji Linieritas.....	90
F. LAMPIRAN F	ANALISIS DATA.....	92

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SELF-DISCLOSURE* DENGAN STRES MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI

Oleh:

Hannauli Risdianti

15.E1.0252

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan stres mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah “adanya mahasiswa yang sering melakukan *Self-disclosure* ketika proses bimbingan tidak akan mengalami stres dalam pengerjaan skripsi daripada mahasiswa yang jarang mahasiswa atau sedang tidak mengambil cuti kuliah, angkatan 2016, 2017, 2018, dan 2019 serta sedang mengambil matakuliah skripsi sebagai tugas akhir memperoleh gelar S1. Teknik pengambilan sampelnya adalah *insidental sampling* yaitu teknik pengambilansampel yang diambil dari siapa saja. Alat ukurnya adalah korelasi *part-whole* untuk mendapatkan skor murni dari koefisien validitas item pada suatu alat ukur. Penggunaan korelasi *part-whole* dilakukan untuk menyeleksi item-item yang gugur atau tidak valid sesuai taraf signifikansinya. Hasil uji tersebut menemukan bahwa nilai korelasinya sebesar 0,476 ($p>0,05$) berarti ada hubungan yang positif antara *Self-Disclosure* dengan *Stress of DASS* pada tingkat hubungan yang rendah. Hipotesis yang diajukan peneliti tidak diterima. Besaran sumbangan efektif 11,9% yang berarti *self-disclosure* tidak menjadi faktor utama.

Kata kunci: *Self-disclosure*, *Stress*, mahasiswa.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between students' self-disclosure and stress of the Faculty of Psychology, Soegijapranata Catholic University of Semarang. The hypothesis proposed in this study is that "students of 2016, 2017, 2018, and 2019 generation who often do self-disclosure during the thesis guidance process will not experience stress in working on their thesis, rather than students who rarely or are not taking college leave and are taking thesis lecture as a final project to obtain an undergraduate degree". The sampling technique is incidental sampling, which is a sampling technique taken from anyone. The measuring tool is a part-whole correlation to get a pure score from the item validity coefficient on a measuring instrument. The use of part-whole correlation is to select invalid or invalid items according to the significance level. The test results found that the correlation value was 0.476 ($p > 0.05$), which means that there is a positive relationship between Self-Disclosure and Stress of DASS at a low level of relationship. This means that there is a positive relationship between self-disclosure and the stress of students working on thesis. It means, the hypothesis proposed by the researcher was received. The effective contribution is 11,6%, which means that self-disclosure is not a major factor.

Keywords: Self-disclosure, Stress, Students.

