

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN STRES  
KERJA PADA GURU SMA**

SKRIPSI

Madaresty Nur Chandra Dewi

18.E1.0075



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN STRES KERJA  
PADA GURU SMA**

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 :

Madaresty Nur Chandra Dewi

18.E1.0075



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

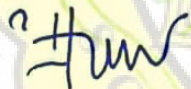
20 Februari 2023



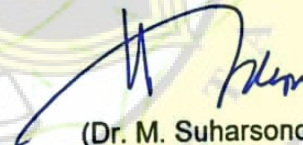
Mengesahkan Ketua  
Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

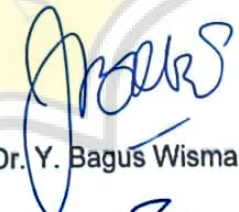
  
(Dra. Sri Sumijati, M.Si)

Pembimbing Utama

  
(Dr. Dra. Lucia Hernawati, MS)

Dewan Penguji

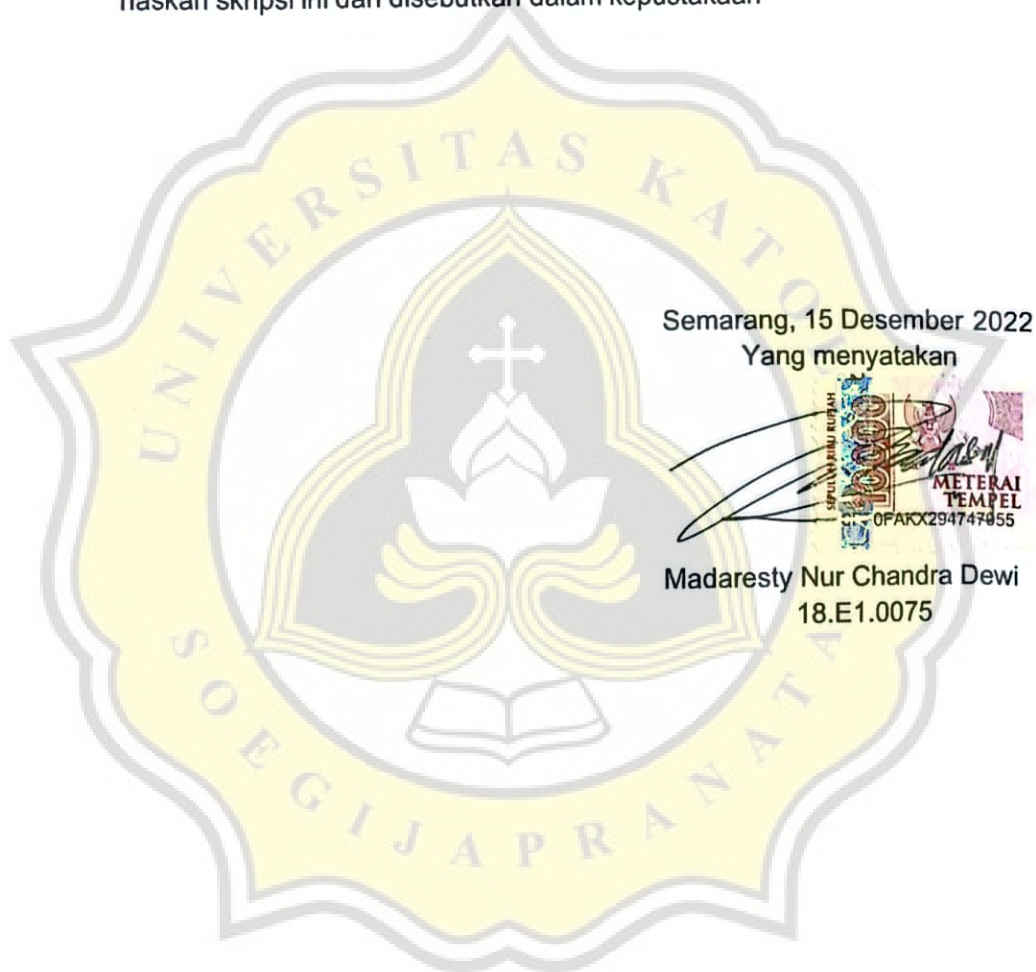
  
(Dr. M. Suharsono, M.Si)

  
(Dr. Y. Bagus Wismanto, MS)

  
(Dr. Dra. Lucia Hernawati, MS)

## 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



## PERNYATAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Madaresty Nur Chandra Dewi  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pembângunan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Hak Bebas Royalti Nonesklusif (Non-Exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN STRES KERJA  
PADA GURU SMA**

Beserta perangkat yang ada (bila diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Nonesklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyipkan, mengalihkan media/ mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di Semarang

Pada Tanggal : 15 Desember 2022

Yang Menyatakan



(Madaresty Nur C. D)

NIM: 18.E1.0075

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa ta'alla karena kehendak dan ridha-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Dalam pembuatan skripsi ini tentunya ada hambatan-hambatan yang penulis rasakan. Selain doa dan usaha yang telah peneliti lakukan, proses penyusunan skripsi tentunya tidak terlepas dari dukungan dan doa berbagai pihak. Penulis ingin memanjatkan terimakasih kepada :

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata
2. Dr.,Dra. Lucia Hernawati M.S. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, arahan, dan kesabaran selama proses bimbingan kepada peneliti.
3. Widawati Hapsari, S.Psi, M.Si, selaku dosen wali dari kelas 01 yang senantiasa membantu dan mendampingi kelas 01.
4. Tenaga kependidikan dan Tata Usaha Fakultas Psikologi yang membantu dalam menyelesaikan administrasi ujian proposal dan ujian akhir.
5. Orang tua dan adik tersayang yang senantiasa selalu mendukung dan memberikan doa terbaik kepada peneliti.
6. Drs. H. Wahyana M.Si selaku kepala sekolah dan seluruh guru SMA Institut Indonesia Semarang yang bersedia mendukung selama pengambilan data sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
7. Teman-teman kelas 01/18 yang telah berdinamika bersama dan saling memberikan dukungan semangat.
8. Sahabat-sahabat yang selalu hadir dalam situasi senang maupun sulit. Terimakasih kepada Riri, Audrey, Risma, Chika, dan Rizki.

Sekian ucapan terima kasih yang dapat peneliti sampaikan, peneliti juga menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini bisa bermanfaat untuk orang lain.

Semarang, 15 Desember 2022



Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN .....	j
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	10
1.3 Manfaat Penelitian.....	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....	12
2.1 Stres Kerja pada Guru.....	12
2.2 <i>Hardiness</i> .....	22
2.3 Hubungan antara <i>Hardiness</i> dengan Stres Kerja pada Guru .....	28
2.4 Hipotesis .....	32
BAB 3 METODE PENELITIAN .....	34
3.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	34
3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
3.3. Subjek Penelitian.....	35
3.4. Metode Pengumpulan Data .....	36
3.5. Uji Coba Alat Ukur.....	38
3.6. Metode Analisis Data .....	40
BAB 4 PENGUMPULAN DATA PENELITIAN.....	41
4.1. Orientasi Kancas Penelitian.....	41
4.2. Persiapan Pengambilan Data Penelitian .....	42
4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian .....	44
BAB 5 HASIL PENELITIAN .....	47
5.1. Hasil Penelitian.....	47
5.2. Pembahasan .....	48
BAB 6 PENUTUPAN.....	52
6.1. Kesimpulan.....	53

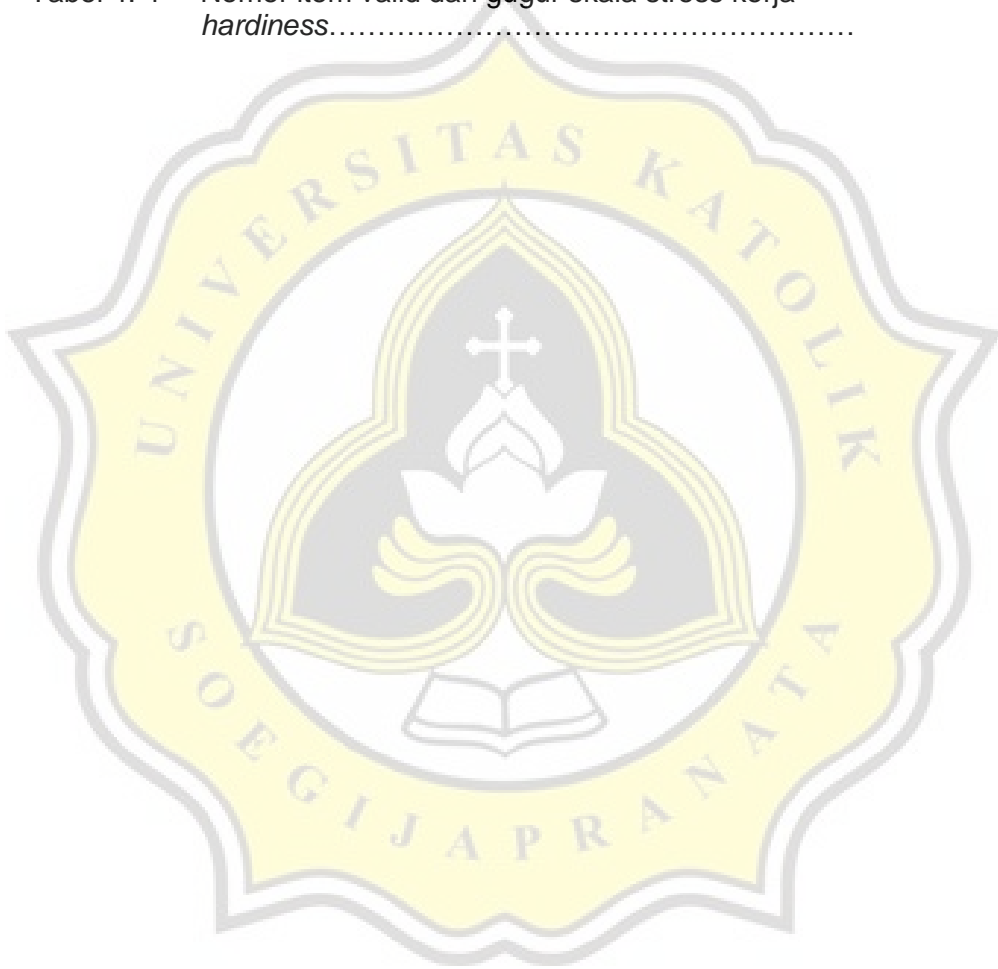
6.2. Saran .....	53
DAFTAR PUSTAKA .....	55
LAMPIRAN .....	58





## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Rancangan skala stres kerja guru.....	37
Tabel 3. 2	Rancangan skala <i>hardiness</i> .....	38
Tabel 4. 1	<i>Blueprint</i> skala stres kerja guru.....	43
Tabel 4. 2	<i>Blueprint</i> skala <i>hardiness</i> .....	43
Tabel 4. 3	Nomer item valid dan gugur skala stres kerja guru.....	45
Tabel 4. 4	Nomer item valid dan gugur skala stress kerja <i>hardiness</i> .....	46



## DAFTAR LAMPIRAN

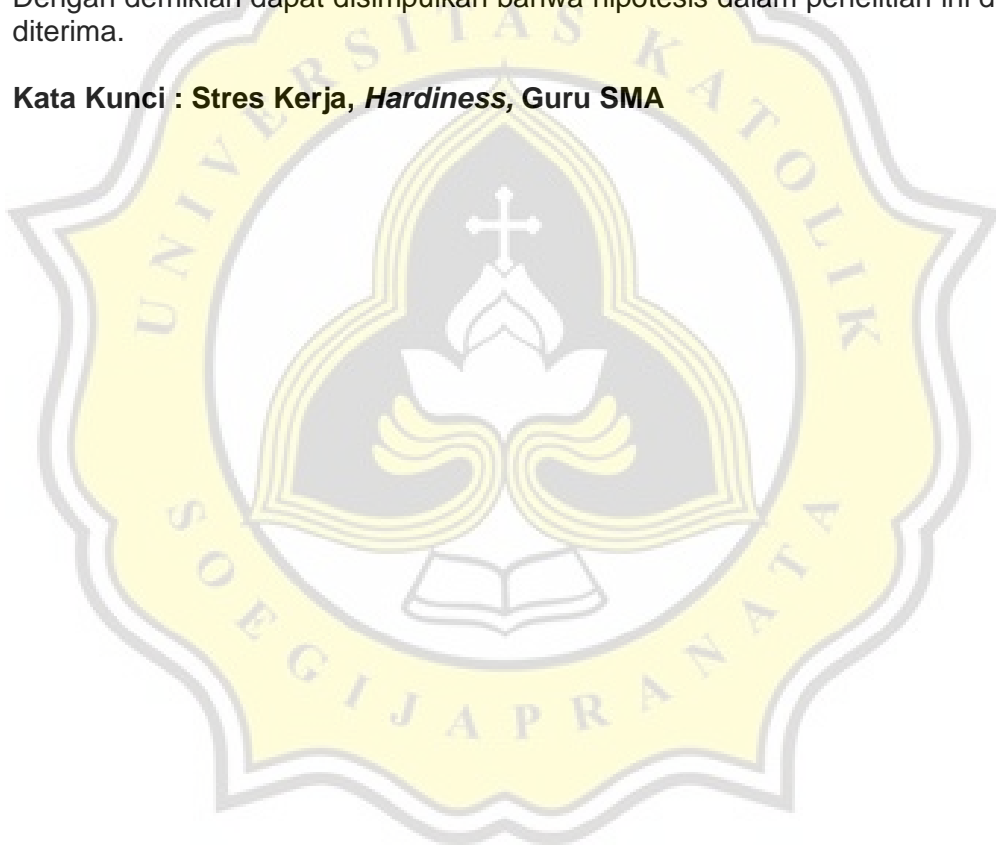
Lampiran A (Skala Penelitian) .....	58
Lampiran B (Data Awal).....	61
Lampiran C (Uji Validitas dan Reliabilitas) .....	65
Lampiran D (Data Valid) .....	67
Lampiran E (Uji Normalitas dan Linearitas).....	70
Lampiran F (Uji Hipotesis) .....	73
Lampiran G (Surat Penelitian) .....	74



## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan stres kerja guru SMA. hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang negatif antara *hardiness* dengan stres kerja guru. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah stres kerja pada guru. Subjek dalam penelitian ini adalah 35 guru di SMA Institut Indonesia Semarang. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil subjek secara keseluruhan dengan menggunakan studi populasi. Skala yang digunakan adalah Skala Stres Kerja dan Skala *Hardiness*. Metode analisis yang digunakan adalah teknik korelasi *product-moment*. Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai korelasi *product moment* ditemukan sebesar -0,637 dengan nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ), artinya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan stres kerja pada guru. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata Kunci : Stres Kerja, *Hardiness*, Guru SMA**



## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the dynamics between hardiness and work stress for high school teachers. The hypothesis put forward in this study is that there is a negative relationship between hardiness and teacher work stress. The higher the hardiness, the lower the work stress on the teacher. The subjects in this study were 35 teachers at SMA Institut Indonesia Semarang. In this study, researchers took the whole subject using a population study. The scale used is the Work Stress Scale and the Hardiness Scale. The analytical method used is the product-moment correlation technique. Based on the results of the hypothesis testing, the product moment correlation value was found to be -0.637 with a p value of 0.000 ( $p < 0.01$ ), meaning that there is a very significant negative relationship between hardiness and work stress in teachers. Thus it can be concluded that the hypothesis in this study can be accepted.*

**Keywords : Job Stress, Hardiness, High School Teachers**

