

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU ASERTIF  
DENGAN STRES KERJA ANGGOTA  
SABHARA POLDA METRO JAYA**

**SKRIPSI**

**Oleh:  
Dany Prasetyo  
201410515068**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2019**

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Stres  
Kerja anggota Sabhara Polda Metro Jaya  
Nama Mahasiswa : Dany Prasetyo  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201410515068  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 29 Juli 2019

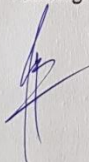
Bekasi, 09 Agustus 2019  
MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr. Netty Merdiaty, MM  
NIP : 1906423  
Penguji I : Erik Saut H. Hutahaean, S.Psi., M.Si  
NIP : 1504235  
Penguji II : Hema Dayita Pohan, M.Psi., Psikolog  
NIP : 051512037



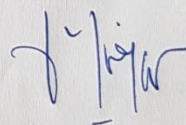
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi  
Psikologi



Yunike Balsa R., M.Psi., Psikolog  
NIP: 1801316

A/n Dekan Fakultas Psikologi  
Wakil Dekan I



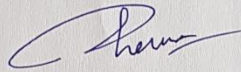
Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog  
NIP: 1801312

### LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan antara Perilaku Asertif dengan  
Stres Kerja Anggota Sabhara Polda Metro  
Jaya  
Nama Mahasiswa : Dany Prasetyo  
Nomor Pokok Mahasiswa : 201410515068  
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi  
Tanggal Lulus Ujian : 29 Juli 2019  
Skripsi

Bekasi, 09 Agustus 2019

MENYETUJUI,  
Pembimbing



Hema Dayita Pohan., M.Psi., Psikolog  
NIP: 051512037

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Stres Kerja anggota Sabhara Polda Metro Jaya ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung unsur materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di foto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Bekasi, 06 Agustus 2019

Yang membuat pernyataan



Dany Prasetyo

NPM: 201410515068

## **ABSTRAK**

**Dany Prasetyo. 201410515068.** Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Stres Kerja anggota Sabhara Polda Metro Jaya.

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku asertif dengan stres kerja anggota Sabhara Polda Metro Jaya. Subjek penelitian adalah 50 anggota yang berdinasi di satuan Sabhara Polda Metro Jaya berpangkat Bripda sampai Bripka dengan gender laki-laki. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Perilaku Asertif dan Skala Stres Kerja. Analisis data dilakukan dengan metode korelasi *Kendall Tau* karena data pada penelitian ini tidak berdistribusi normal dan hasil menunjukkan adanya hubungan negatif antara perilaku asertif dengan stres kerja pada anggota Sabhara Polda Metro Jaya dengan nilai koefisien korelasi yaitu sebesar -0,212 dengan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,037 dimana  $p$  lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Hal ini memperlihatkan bahwa semakin tinggi perilaku asertif yang dimiliki anggota, maka semakin rendah tingkat stres kerja pada anggota Sabhara Polda Metro Jaya, serta peneliti menyarankan pada penelitian selanjutnya agar lebih spesifik dan mendalam, terutama pada saat pengambilan data, disarankan sampel yang diambil lebih banyak subjeknya dan beragam, seperti variasi jabatan, kepangkatan atau satuan kerja pada Instansi Polri sehingga akan menghasilkan data yang lebih baik lagi.

**Kata Kunci :** Perilaku Asertif, Stres Kerja

## **ABSTRACT**

This study aims to determine the relationship between assertive behavior with work stress members of the Metro Jaya Sabhara Regional Police members. The research subjects were 50 members serving in the Metro Jaya Regional Police Unit with the rank of Bripda to Bripka with male gender. Measuring instruments used in this study are Assertive Behavior Scale and Work Stress Scale. Data analysis was performed using the Kendall Tau correlation method because the data in this study were not normally distributed and the results showed a negative relationship between assertive behavior and work stress on members of the Metro Jaya Sabhara Regional Police with a correlation coefficient of -0.212 with a significance value (p) of 0.037 where p is smaller than 0.05 ( $p < 0.05$ ). This shows that the higher the assertive behavior is possessed by members, the lower the level of job stress on members of the Metro Jaya Regional Police Sabhara, and the researchers suggest that further research be more specific and in-depth, especially when taking data, suggesting The National Police Agency will also produce better data events.

**Keywords :** Assertive Behavior, Job Stress

## KATA PENGANTAR

Puji syukur dan doa Peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Rahmat dari-Nya lah Peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini diwaktu yang tepat

Ucapan terimakasih peneliti ucapkan kepada beberapa pihak yang telah sangat berjasa dalam membantu peneliti untuk menyelesaikan proposal skripsi ini, pihak-pihak tersebut yakni

1. Ibu Hema Dayita Pohan M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membagikan ilmu serta dengan sabar membimbing dalam penyusunan skripsi ini
2. Bapak Dr. Neil Aldrin M.Psi., Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
3. Ibu Yunike Balsa Rhapsodia M.Psi., Psikolog Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
4. Kepada kedua orangtua
5. Kepada istri dan anak
6. Kepada teman-teman seperjuangan
7. Kepada senior, letting, dan junior di Instansi Polri

Peneliti menyadari akan adanya beberapa kekurangan yang masih terdapat didalam penelitian ini, meski demikian peneliti berharap penelitian ini akan tetap bermanfaat.

Bekasi, 06 Agustus 2019

Dany Prasetyo

## DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1 Manfaat Praktis .....	8
1.4.2 Manfaat Teoritis .....	8
1.5 Uraian Keaslian Penelitian .....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Uraian Variabel.....	10
2.1.1 Stres Kerja.....	10
2.1.1.1 Definisi Stres Kerja .....	10
2.1.1.2 Faktor-Faktor Stres Kerja .....	11
2.1.1.3 Aspek Stres Kerja.....	13
2.1.1.4 Jenis-jenis Stres Kerja .....	14
2.1.2 Perilaku Asertif .....	15
2.1.2.1 Definisi Perilaku Asertif .....	15



2.1.2.2 Faktor-faktor Perilaku Asertif .....	15
2.1.2.3 Aspek Perilaku Asertif.....	17
2.2 Hubungan Antar Variabel Stres Kerja dan Perilaku Asertif.	18
2.3 Hipotesis Penelitian.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	21
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian .....	21
3.3 Definisi Operasional.....	22
3.3.1 Stres Kerja .....	23
3.3.2 Perilaku Asertif .....	22
3.4 Populasi dan Sampail Penelitian.....	23
3.4.1 Populasi .....	23
3.4.2 Sampel Penelitian .....	23
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	24
3.5.1 Instumen Penelitian.....	24
3.5.1.1 Skala Stres Kerja .....	25
3.5.1.2 Skala Perilaku Asertif.....	25
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas.....	26
3.5.2.1 Validitas .....	26
3.5.2.2 Reliabilitas .....	27
3.6 Analisis Data.....	28
3.6.1 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	28
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>32</b>
4.1 Ruang Lingkup Penelitian .....	32
4.2 Pelaksanaan Penelitian .....	33
4.2.1 Persiapan Penelitian .....	33
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian .....	34

4.3 Hasil Penelitian .....	34
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian .....	34
4.3.1.1 Kategorisasi Stres Kerja .....	35
4.3.1.2 Kategorisasi Perilaku Asertif .....	35
4.3.2 Uji Hipotesis .....	36
4.3.2.1 Uji Normalitas .....	36
4.3.2.2 Uji Linieritas .....	37
4.3.3 Uji Korelasi .....	37
4.4 Pembahasan .....	38
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>40</b>
5.1 Kesimpulan .....	40
5.2 Saran .....	40
5.2.1 Saran Praktis .....	40
5.2.2 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya .....	41

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Bimbingan Skripsi
- Lampiran 2 *Screenshot* penyebaran uji coba skala melalui aplikasi *Whatsapp*
- Lampiran 3 Print hasil penyebaran uji coba skala menggunakan *Google Form*
- Lampiran 4 *Screenshot* penyebaran skala melalui aplikasi *Whatsapp*
- Lampiran 5 Print hasil penyebaran skala menggunakan *Google Form*
- Lampiran 6 *Coding* uji coba skala Stres Kerja
- Lampiran 7 *Coding* uji coba skala Perilaku Asertif
- Lampiran 8 *Coding* skala Stres Kerja
- Lampiran 9 *Coding* skala Perilaku Asertif
- Lampiran 10 Hasil SPSS Reliabilitas dan Validitas
- Lampiran 11 Hasil SPSS Kategorisasi
- Lampiran 12 Hasil SPSS Uji Kolerasi
- Lampiran 13 Hasil SPSS Uji Asusmsi

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian .....	20
Tabel 3.1 Pemberian Skor pada Skala Likert .....	24
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Stres Kerja .....	25
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Perilaku Asertif.....	26
Tabel 3.4 Klasifikasi Skor Reliabilitas <i>Chronbach's Alpha</i> .....	28
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Stres Kerja setelah uji coba .....	29
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Stres Kerja.....	29
Tabel 3.7 <i>Blueprint</i> Perilaku Asertif setelah uji coba .....	30
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Perilaku Asertif .....	31
Tabel 4.1 Rumus Kategorisasi .....	34
Tabel 4.2 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Stres Kerja .....	35
Tabel 4.3 Hasil Kategorisasi Skor Variabel Perilaku Asertif .....	35
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas .....	36
Tabel 4.5 Hasil Uji Linieritas .....	37
Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi <i>Kendall Tau</i> .....	38