

**HUBUNGAN STRES DENGAN PENYESUAIAN DIRI
ORANG TUA PADA PROSES PEMBELAJARAN
DARING TINGKAT SD DI RW. 25
KELURAHAN KEBALEN**

SKRIPSI

OLEH :

**TRI ANDINI RAHMANNITA
201710515117**



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

2021



LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Antara Stres Dengan Penyesuaian Diri
Orang Tua Pada Proses Pembelajaran Daring
Tingkat SD di RW.25 Kelurahan
Kebalen

Mahasiswa : Tri Andini Rahmannita

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515117

Program Studi / Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Juli 2021

Bekasi, 23 Juli 2021

MENYETUJUI

Pembimbing I

Budi Sarasati, S. KM., M. Si

NIDN : 0420106702

Pembimbing II

Sarita Candra Merida, M. Psi., Psikolog

NIDN : 0317018701

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Stres Dengan Penyesuaian Diri
Orang Tua Pada Proses Pembelajaran Daring
Tingkat SD RW.25 Kelurahan Kebalen

Mahasiswa : Tri Andini Rahmannita

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515117

Program Studi / Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 12 Juli 2021

Bekasi, 23 Juli 2021

MENGESAHKAN

Ketua Tim Penguji : Fathana Gina, M. Psi., Psikolog

NIDN : 0315078603

Penguji I : Sarita Candra Merida, M. Psi., Psikolog

NIDN : 0317018701

Penguji II : Budi Sarasati, S. KM., M. Si

NIDN : 0420106702

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi

Fakultas Psikologi

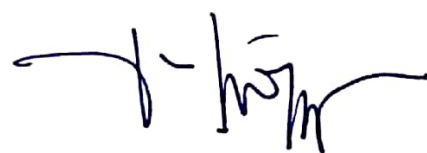


Yulia Fitriani, S. Psi, M. A

NIDN : 0314078503

Dekan

Fakultas Psikologi



Mira Sekar Arumi, M. Psi., Psikolog

NIDN : 0317128504

LEMBAR PERNYATAAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Dengan Penyesuaian Diri Orang Tua Proses Pembelajaran Daring Tingkat SD di RW. 25 Kelurahan Kebalen” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung 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 difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada 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, 23 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan



Tri Andini Rahmannita

201710515117

ABSTRAK

Tri Andini Rahmannita. 201710515117. Hubungan Antara Stres Dengan Penyesuaian Diri (Studi Korelasional tentang Hubungan Antara Stres Dengan Penyesuaian Diri Orang Tua Pada Proses Pembelajaran Daring Tingkat Sekolah Dasar (SD) di RW. 25 Kelurahan Kebalen)).

Masa pandemic hampir melumpuhkan seluruh kegiatan salah satunya di dalam dunia satuan Pendidikan. Satuan Pendidikan merubah cara metode belajar, yang sebelumnya secara tatap muka, kini berganti menjadi Pembelajaran Daring (*online*) atau Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Dalam konteks penelitian ini, keluarga memiliki peran penting khususnya untuk para orang tua yang kini perannya bertambah yaitu menjadi guru untuk anak-anaknya dirumah dalam mendampingi belajar daring. Analisis kendala orang tua dalam pendampingan proses pembelajaran daring ini salah satunya yaitu penyesuaian diri. Orang tua masih sulit untuk menyesuaikan diri pada perannya yang baru dan mengakibatkan timbulnya permasalahan psikologis yaitu stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara stres dengan penyesuaian diri orang tua pada proses pembelajaran daring tingkat Sekolah Dasar (SD) di RW.25 Kelurahan Kebalen. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dengan sampel penelitian 220 orang. Metode pengambilan data menggunakan skala stres dan penyesuaian diri yang dianalisis menggunakan korelasi *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara stres dengan penyesuaian diri ($r = -0,213$, $p = 0.001$) artinya semakin tinggi stres maka akan semakin rendahnya tingkat penyesuaian diri orang tua pada proses pembelajaran daring tingkat Sekolah Dasar (SD) di RW.25 Kelurahan Kebalen. Saran dari penelitian terkait adalah memperbanyak literatur agar data yang dihasilkan lebih banyak.

Kata Kunci : stres, penyesuaian diri, pembelajaran daring

ABSTRACT

Tri Andini Rahmannita. 201710515117. The Relationship Between Stress and Self-Adjustment (Correlational Study of the Relationship Between Stress and Parental Adjustment in the Online Learning Process at the Elementary School (SD) Level in RW. 25 Kebalen Village)).

The pandemic period has almost paralyzed all activities, one of which is in the world of education units. The Education Unit changed the way of learning methods, which previously were face-to-face, now changed to Online Learning or Distance Learning (PJJ). In the context of this research, the family has an important role, especially for parents whose role is now increasing, namely being a teacher for their children at home in accompanying online learning. One of the obstacles faced by parents in assisting the online learning process is self-adjustment. Parents still find it difficult to adjust to their new roles and cause psychological problems, namely stress. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and parental adjustment in the online learning process at the Elementary School (SD) level in RW.25 Kebalen Village. This study uses correlational quantitative research with a research sample of 220 people. The data collection method used a stress and adjustment scale which was analyzed using the Pearson product moment correlation. The results showed that there was a significant negative relationship between stress and adjustment ($r = -0,213$, $p = 0.001$) meaning that the higher the stress, the lower the level of parental adjustment in the online learning process at the Elementary level (SD) in RW.25 Kebalen Village. Suggestions from related research are to multiply the literature so that more data can be generated.

Keywords: stress, adjustment, online learning

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kami panjatkan ke hadirat Allah Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah sehingga laoran penelitian ini dapat diselesaikan. Adapun judul peneliian ini adalah “Hubungan Antara Stres Dengan Penyesuaian Diri Orang Tua Pasa Proses Pembelajaran Daring Tingkat SD di RW. 25 Kelurahan Kebalen”, dan tak lupa saya haturkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah turut berkontribusi dalam kelancaran penelitian ini.

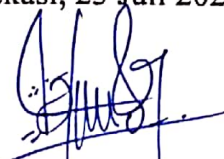
Laporan penelitian ini diajukan untuk memenuhi salah satu tugas akhir pada mata kuliah skripsi. Saya sadari masih banyak terdapat kekurangan dalam pembuatan proposal penelitian ini, untuk itu saya mohon kritik dan saran yang membangun guna membuat kami jauh lebih baik lagi dalam menyusun proposal ke depan. Harapannya semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi pembaca khususnya bagi yang ingin meneliti perihal penyesuaian diri dan stres.

Sebelum dan selama masa penelitian maupun penyusunan skripsi ini, begitu banyak pihak yang mendukung serta membantu baik secara moral ataupun materil. Untuk itu pada kesempatan yang sangat berharga ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Mira Sekar Arumi M. Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara atas kepemimpinannya dan bimbingannya bagi seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara.
2. Ibu Yulia Fitriani, S. Psi, M. A selaku Ketua Program Studi Psikologi atas bimbingannya bagi seluruh mahasiswa psikologi 2017.
3. Ibu Budi Sarasati, S. KM., M. Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan banyak waktunya untuk membimbing, memperhatikan dan mengarahkan kami dengan kesabaran yang luar biasa, serta selalu mendoakan kami selaku anak-anak bimbingan skripsi beliau hingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Sarita Candra Merida M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa membimbing serta mengarahkan saya selaku anak bimbingan beliau sejak awal studi hingga akhir studi.
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara yang telah memberikan banyak ilmu, pengalaman dan bimbingannya.
6. Seluruh Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara yang telah membantu dalam kegiatan perkuliahan serta administrasi selama studi.
7. Bapak Sukoco selaku ketua RW.25 dan Ibu Hani selaku Ketua Posyandu RW. 25 yang telah mengizinkan dan membantu dalam terlaksananya penelitian ini.
8. Bapak Riyanto, Ibu Heri Mulyaningsih, dan Keisha Zahira Ramadhani yang selalu menjadi support system, yang tidak ada putusya untuk selalu mendoakan dan mendukung hingga bisa sampai di titik ini.
9. Kedua kakak ku yaitu Aipda Hariyanti S. Psi yang telah membiayai dan mempercayaku untuk melanjutkan Pendidikan sampai pada titik ini. dan Wuri Handayani yang selalu membantu dan memberi dukungan hingga bisa sampai di titik ini.
10. Ahya Raudhatul Jannah S. Psi dan Wahyu Nur Comariah yang selalu memberi dukungan dan memberi masukan untuk kelancaran skripsi ini, baik pengetahuan dan dukungan emosional.
11. Tiara Jihan Savira dan Desta Nadila Shinta Bella selaku sahabat yang selalu memberi sistem dukungan secara emosional dan menemani dari semester awal sampai masa-masa akhir ini sebagai teman yang baik.
12. Arienaldi Dwi Handoko yang selalu memberikan dukungan secara emosional hingga selesainya skripsi ini.

Bekasi, 23 Juli 2021



Tri Andini Rahmannita

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	10
1.3. Tujuan Penelitian	10
1.4. Manfaat Penelitian	10
1.4.1. Manfaat Teoritis	10
1.4.2. Manfaat Praktis	11
1.5. Uraian Keaslian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1. Penyesuaian Diri	13
2.1.1. Definisi Penyesuaian Diri	13
2.1.2. Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri	14
2.1.3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri	15
2.1.4. Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	17
2.2. Stress	19

2.2.1 Definisi Stress	19
2.2.2 Jenis Stress.....	20
2.2.3 Gejala Stres	21
2.2.4 Aspek-aspek stress	23
2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi stress.....	24
2.3 Hubungan Antar Variabel	25
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Tipe Penelitian.....	28
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	28
3.3 Definisi Operasional	29
3.3.1 Definisi Operasional Stres	29
3.3.2 Definisi Operasional Penyesuaian Diri.....	29
3.4 Populasi dan Sampel	29
3.4.1 Populasi.....	29
3.4.2 Teknik Pengambilan Sampel	30
3.4.3 Sampel	30
3.5 Teknik Pengumpulan Data	31
3.5.1 Instrumen Penelitian	32
a. Skala Penyesuaian Diri.....	32
b. Skala Stres	35
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Ruang Lingkup Penelitian Dan Subjek Penelitian	46
4.1.1 Ruang Lingkup Penelitian	46
4.1.2 Subjek Penelitian	46
4.2 Pelaksanaan Penelitian	47
4.3 Hasil Penelitian.....	48
4.3.1 Uji Asumsi Dasar.....	49
a. Uji Normalitas.....	49
b. Uji Linieritas	49

4.3.2 Uji Hipotesis	50
a. Uji Korelasi	50
b. Uji Analisis Regresi Linier Sederhana.....	52
4.3.3 Kategorisasi Penelitian	54
a. Kategorisasi Stres	54
b. Kategorisasi Penyesuaian Diri.....	57
4.4 Pembahasan	61
BAB V PENUTUP	65
5.1 Kesimpulan.....	65
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

3.1 Bobot Nilai	32
3.2 Blueprint Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba	33
3.3 Blueprint Stres Sebelum Uji Coba	36
3.4 Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem	37
3.5 Blueprint Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba	39
3.6 Blueprint Stres Setelah Uji Coba	42
3.7 Reliabilitas	43
3.8 Hasil Uji Coba Reliabilitas Penyesuaian Diri	43
3.9 Hasil Uji Coba Reliabilitas Stres	44
4.1 Hasil Uji Normalitas	49
4.2 Hasil Uji Linearitas	49
4.3 Hasil Uji Korelasi Pearson	51
4.4 Klasifikasi Kekuatan Korelasi (Periontalo, 2016)	51
4.5 Hasil Uji T Regresi Linier Sederhana	52
4.6 Hasil Uji Analisis Koefisien Determinasi	53
4.7 Rumus Tiga Ktegori	54
4.8 Statistik Deskriptif Skala Stres	55
4.9 Perhitungan Tiga Kategorisasi Skala Stres	55
4.10 Rentang Skor Variabel Stres	56

4.11 Hasil Kategorisasi Skor Stres	56
4.12 Rumus Tiga Kategorisasi	57
4.13 Statistik Deskriptif Skala Penyesuaian Diri	58
4.14 Perhitungan Tiga Kategorisasi Skala Penyesuaian Diri	59
4.15 Rentang Skor Variabel Penyesuaian Diri	59
4.16 Hasil Kategorisasi Penyesuaian Diri	60



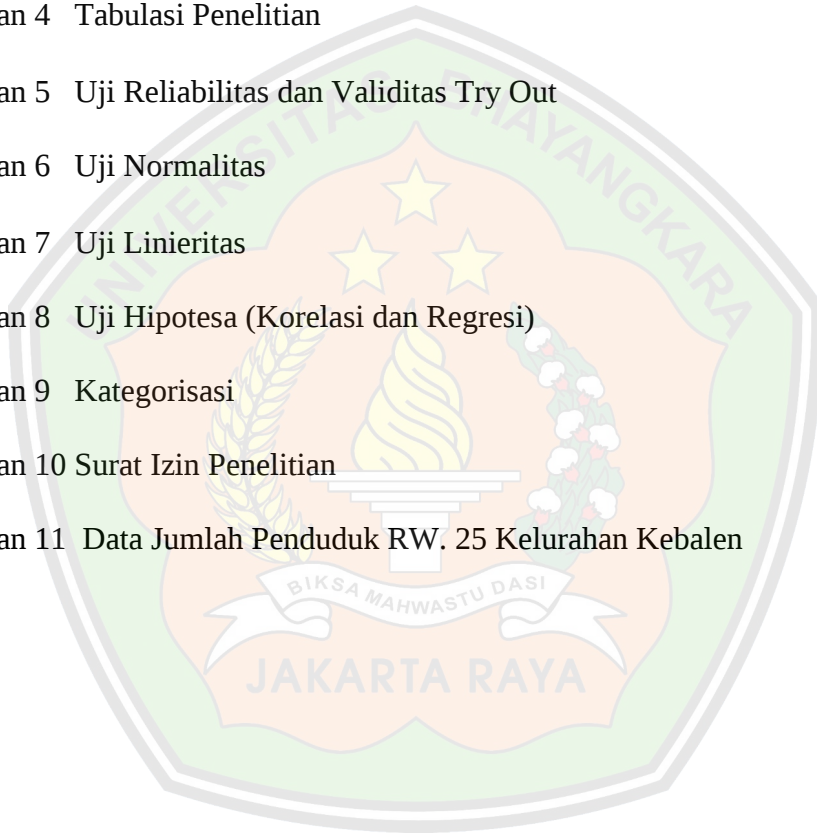
DAFTAR GAMBAR

2.1 Hipotesisi Penelitian	27
---------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Bimbingan
- Lampiran 2 Tabulasi Survey Pendahuluan
- Lampiran 3 Tabulasi Try Out Skala Stres dan Penyesuaian Diri
- Lampiran 4 Tabulasi Penelitian
- Lampiran 5 Uji Reliabilitas dan Validitas Try Out
- Lampiran 6 Uji Normalitas
- Lampiran 7 Uji Linieritas
- Lampiran 8 Uji Hipotesa (Korelasi dan Regresi)
- Lampiran 9 Kategorisasi
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 11 Data Jumlah Penduduk RW. 25 Kelurahan Kebalen



DAFTAR SINGKATAN

Lambang atau Singkatan	Arti atau Keterangan
SD	Sekolah Dasar
PJJ	Pembelajaran Jarak Jauh
PSBB	Pembatasan Sosial Berskala Besar
RT	Rukun Tetangga
RW	Rukun Warga

