

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL, PERILAKU TAAT PROTOKOL
KESEHATAN, DAN STRATEGI KOPING STRES TERHADAP TINGKAT
STRES SISWA SMP SAAT PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

KIRANA HAYU KINANTHI

F 100 180 179

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

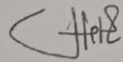
**PERAN DUKUNGAN SOSIAL, PERILAKU TAAT PROTOKOL KESEHATAN, DAN
STRATEGI KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES SISWA SMP SAAT
PANDEMI *COVID-19***

Oleh :

KIRANA HAYU KINANTHI
F 100 180 179

Telah disetujui untuk dipertahankan
didepan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:
Pembimbing



Setia Asyanti, S.Psi., M.Si
18 Agustus 2023
NIK.NIDN: 015/0613017602

HALAMAN PENGESAHAN

PERAN DUKUNGAN SOSIAL, PERILAKU TAAT PROTOKOL KESEHATAN, DAN
STRATEGI KOPING STRES TERHADAP TINGKAT STRES SISWA SMP SAAT
PANDEMI *COVID-19*

Yang diajukan oleh :

KIRANA HAYU KINANTHI

F 100 180 179

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal

18 Agustus 2023

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Sidang

Setia Asyanti, S.Psi., M.Si., Psikolog

Penguji I

Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si

Penguji II

Wisnu Sri Hertintung, S.Psi., M.Psi

Surakarta, 10 November 2023



Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

Prof. Faalik Kasturi, S.Psi., M.Si., Ph.D.

NIK.NIDN: 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Kirana Hayu Kinanthi
NIM : F 100 180 179
Fakultas : Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Peran Dukungan Sosial, Perilaku Taat Protokol Kesehatan, dan
Strategi Koping Stres terhadap Tingkat Stres Siswa SMP saat Pandemi *Covid-19*

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak dapat terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta, 18 Agustus 2023



Kirana Hayu Kinanthi

UCAPAN TERIMA KASIH

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya. Tak lupa shalawat dan salam yang tercurahkan pada junjungan kita Rasulullah Muhammad SAW yang dengan bimbingannya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Penyusunan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar sarjana psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa semua tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan rasa terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Tri Sadono dan Ibu Drajat Prajatmi, yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
2. Kepada kakak dan adik penulis, Ananda Dhira Anoraga dan Sanjaya Dharma Anorasa, yang selalu mendoakan dan memberikan semangat.
3. Bapak Prof. Dr. Sofyan Anif, M.Si. selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Bapak Prof. Taufik Kasturi, S.Psi., M.Si., Ph.D. selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
5. Ibu Setia Asyanti, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku pembimbing akademik dan dosen pembimbing dalam penyusunan skripsi, yang telah memberikan waktu, bimbingan, dan dukungannya pada penulis.
6. Bapak dan ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang telah membagikan ilmunya pada penulis.
7. Bapak dan ibu staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, yang telah memberikan pelayanan baik.
8. Sahabat penulis, Dian, Yussy, Sheila, Zuliana, Mita, dan Anisa yang selalu meluangkan waktunya untuk berbagi cerita, dan selalu menjadi penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

9. Teman-teman kelompok skripsi, Farida, Adelita, Angga, Ghulam, yang telah membantu dan berusaha memberikan yang terbaik dalam mengerjakan skripsi.

10. Siswa-siswi SMPN 1 Tasikmadu yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian skripsi penulis.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, apabila terdapat kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini, penulis akan sangat menghargai dan berterimakasih.

Semoga dengan disusunnya skripsi ini dapat memberi manfaat untuk kita semua.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Surakarta, 18 Agustus 2023

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
Abstrak.....	1
Abstract	2
PENDAHULUAN.....	3
METODE	11
Desain Penelitian.....	11
Variabel Penelitian	11
Definisi Operasional.....	11
Populasi dan Sampel	12
Alat Pengumpulan Data	13
HASIL	24
Data Responden	24
Uji Asumsi	24
Uji Hipotesis.....	26
Kategorisasi.....	28
PEMBAHASAN	30
KESIMPULAN	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN.....	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Skala	14
Tabel 2. Norma rentang kategori validitas isi indeks Aiken v	14
Tabel 3. Blueprint Skala Tingkat Stres	15
Tabel 5. Blueprint Skala Dukungan Sosial	16
Tabel 7. Blueprint Skala Perilaku Taat Protokol Kesehatan.....	16
Tabel 9. Blueprint Skala Strategi Koping Stres	17
Tabel 11. Data Responden	19
Tabel 12. Uji Normalitas.....	19
Tabel 13. Uji Multikolinearitas	19
Figure 1. Uji Heteroskedastisitas.....	20
Tabel 14. Uji Simultan (Uji F) Hubungan Dukungan Sosial, Perilaku Taat Protokol Kesehatan, Strategi Koping Stres terhadap Tingkat Stres.....	21
Tabel 15. Uji Parsial (Uji t) Dukungan Sosial, Perilaku Taat Protokol Kesehatan, Strategi Koping Stres terhadap Tingkat Stres	22
Tabel 16. Uji R ² Dukungan Sosial, Perilaku Taat Protokol Kesehatan, Strategi Koping Stres terhadap Tingkat Stres.....	22
Tabel 17. Kategorisasi.....	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Heteroskedastisitas	25
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Responden.....	40
Lampiran 2. Blueprint Skala Sebelum Uji Validitas.....	51
Lampiran 3. Blueprint Sesudah Uji Validitas	53
Lampiran 4. Skala Sebelum Uji Validitas.....	55
Lampiran 5. Perhitungan Uji Validitas	60
Lampiran 6. Skala Sesudah Uji Validitas	65
Lampiran 7. Uji Reliabilitas.....	71
Lampiran 8. Hasil Olah Data Uji Asumsi dan Uji Hipotesis	76
Lampiran 9. Kategorisasi	79
Lampiran 10. Informed Consent (IC)	86
Lampiran 11. Bukti Fisik Olah Data dan Analisis Data.....	88
Lampiran 12. Surat Bukti Turnitin.....	90
Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian	91

**PERAN DUKUNGAN SOSIAL, PERILAKU TAAT PROTOKOL
KESEHATAN, DAN STRATEGI KOPING STRES TERHADAP TINGKAT
STRES SISWA SMP SAAT PANDEMI COVID-19**

Kirana Hayu Kinanthi¹, Setya Asyanti²
khayu14.kh@gmail.com¹, setia.asyanti@ums.ac.id²
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta¹²

Abstrak

Pandemi covid-19 di Indonesia yang telah berlangsung selama lebih dari 2 tahun, berdampak pada perubahan metode pembelajaran, yang sebelumnya dilakukan secara offline menjadi online, dan kembali lagi menjadi offline. Perubahan tersebut dapat membuat siswa merasa tertekan dan akhirnya menimbulkan stres. Penelitian bertujuan untuk menguji peran dukungan sosial, perilaku taat protokol kesehatan, dan strategi koping stres, terhadap tingkat stres siswa di masa pandemi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek penelitian ini berjumlah 172 siswa, dengan kriteria kelas 8 dan 9 SMP N 1 Tasikmadu, dan bersedia mengisi kuesioner penelitian. Teknik pengambilan subjek menggunakan teknik incidental sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Validitas penelitian menggunakan validitas item, dengan nilai aiken v dari variabel tingkat stres (0,60-0,85), dukungan sosial (0,75-0,85), perilaku taat protokol kesehatan (0,70-0,90), dan strategi koping stres (0,65-0,95). Reliabilitas diperoleh dari Cronbach Alpha, dengan nilai dari skala tingkat stres (0,607), dukungan sosial (0,926), perilaku taat protokol kesehatan (0,618), strategi koping stres (0,789). Teknik analisis yang digunakan adalah regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara perilaku taat protokol kesehatan, dukungan sosial, dan strategi koping stres terhadap tingkat stres.

Kata kunci: Tingkat Stres, Dukungan Sosial, Perilaku Taat Protokol Kesehatan, Strategi Koping Stres

**THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT, HEALTH BEHAVIOR PROTOCOL,
AND STRESS COPING STRATEGIES ON STRESS LEVEL IN STUDENTS
DURING PANDEMIC COVID-19**

Kirana Hayu Kinanthi¹⁾, Setia Asyanti²⁾
khayu14.kh@gmail.com¹⁾, setia.asyanti@ums.ac.id²⁾
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract

The Covid-19 pandemic in Indonesia, which has been going on for more than 2 years, has had an impact on changing learning methods, which were previously done offline to online, and back again to offline. These changes can make students feel pressured and eventually lead to stress. The research aims to examine the role of social support, adherence to health protocols, and stress coping strategies on student stress levels during a pandemic. This research uses quantitative methods. The subjects of this study were 172 students, with the criteria for grades 8 and 9 of SMP N 1 Tasikmadu, and were willing to fill out the research questionnaire. Subject taking technique using incidental sampling technique. Data collection using a questionnaire. The validity of the study used item validity, with the aiken v value of the variable stress level (0.60-0.85), social support (0.75-0.85), adherence to health protocols (0.70-0.90), and stress coping strategies (0.65-0.95). Reliability was obtained from Cronbach Alpha, with values from the stress level scale (0.607), social support (0.926), adherence to health protocols (0.618), stress coping strategies (0.789). The analysis technique used was multiple regression using the SPSS program. The results showed that there was no a significant effect between adherence to health protocols, social support, and stress coping strategies with stress levels.

Keyword: Stress Levels, Social Support, Health Behavior Protocol, Stress Coping Strategies