



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *SELF DISCLOSURE*
DENGAN *COPING STRESS* PADA PEROKOK PEREMPUAN**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

ELLY YUSRIYA ALAWIYAH

NIM: 2019 60 111

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**



**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *SELF DISCLOSURE*
DENGAN *COPING STRESS* PADA PEROKOK PEREMPUAN**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

ELLY YUSRIYA ALAWIYAH

NIM: 2019 60 111

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muria Kudus Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal:
14 September 2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan



(Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi)

Dewan Penguji

1. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si
2. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si
3. Rr. Dwi Astuti, S.Psi., M.Psi

Tanda Tangan

.....

.....

.....

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN
COPING STRESS PADA PEROKOK PEREMPUAN

Yang diajukan oleh


ELLY YUSRIYA ALAWIYAH

NIM: 2019 60 111

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh

Pembimbing



Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si

Tanggal: 14 September 2023

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan segenap hati dan penuh rasa syukur, saya persembahkan karya sederhana ini untuk kedua orang tua saya tercinta beserta ketiga adik saya yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan penuh hingga di titik ini.



MOTTO

“越努力越幸运”

“The harder you work, the luckier you’ll get”

-Lay Zhang-

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.”

(Terjemahan QS. Al-Insyirah: 6-8)

Semantap-mantapnya kita merencanakan masa depan, tetap sisakan ruang unruk Ridha bahwa hari esok memang diluar kendali kita. *“The future is not ours to see”*. Dan isi ruang itu dengan Tawakkal bahwa apa yang terjadi diluar perencanaan kita adalah yang terbaik dari Allah.

-vnaksara-

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmah, hidayah dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Antara *Hardiness* dan *Self Disclosure* dengan *Coping Stress* pada Perokok Perempuan”**

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, motivasi dan perhatian dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Maka dengan segala kerendahan dan ketulusan hati penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
2. Ibu Fajar Kawuryan S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing saya yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan perhatian serta bimbingannya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu dan motivasi kepada penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
4. Seluruh staf Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah membantu dan mendukung penulis dalam proses administrasi.

5. Bapak Masrukhin, Ibu Nailin Nikmah, Adik Muhammad Abu Yazid Al-Busthomy, Adik Indah Tri Asmi, dan Adik Muhammad Rizqy Catur Ar-Romdloni yang selalu memberikan do'a dan dukungan yang tak henti – hentinya terutama saat studi dan penyusunan skripsi ini.
6. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus angkatan 2019 atas kerjasamanya selama ini.
7. Xu Xinzhen & Zhou Yitao yang selalu menjadi penghibur selama pengerjaan skripsi ini & motivasi saya untuk segera menyelesaikan tugas ini.
8. Sahabat internet saya Layla Rheen yang selalu memberi dukungan, menjadi tempat keluh kesah, perhatian serta semangat kepada penulis hingga saat ini.
9. Kakak-kakak saya, Kak Amel, Kak Winda, Kak Candra Maya & Kak Destiana yang meskipun terpaut oleh jarak yang jauh tetapi selalu menyemangati, memberi dukungan, hiburan dan kceriaan slama proses pengerjaan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat saya Rufi, Apit, Winda, Lintang atas dukungan dan motivasinya dalam penyusunan skripsi ini.
11. Teman-teman Asisten KPT Insight Angkatan 2021/2022, Rufi, Anggi, Windy, Fauzia, Niswa, dan Fella yang sudah bekerja sama dan memberikan banyak pengalaman serta dukungan.
12. Kepada seluruh responden yang telah berkenan dalm mengisi skala penelitian skripsi ini.

13. Semua pihak yang telah mendukung dan membantu selama proses penyelesaian skripsi ini.

14. Terakhir saya ucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri karena telah berjuang menguatkan diri sendiri dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam proses penyusunan skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan penelitian selanjutnya. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya mengenai *hardiness*, *self disclosure* dan *coping stress*.

Jepara, 8 Agustus 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Coping Stress.....	11
1. Pengertian Coping Stress.....	11
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	12
3. Aspek-Aspek Coping Stress.....	14
B. Hardiness.....	18
1. Pengertian <i>Hardiness</i>	18
2. Aspek-Aspek <i>Hardiness</i>	19
C. <i>Self Disclosure</i> (Pengungkapan Diri).....	20
1. Pengertian <i>Self Disclosure</i>	20
2. Aspek-aspek <i>self disclosure</i>	21
D. Hubungan Antara <i>Hardiness</i> Dan <i>Self Disclosure</i> Dengan <i>Coping Stress</i> Pada Perokok Perempuan.....	23
E. Hipotesis.....	26

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel	27
B. Definisi Operasional	27
C. Populasi Sampel Penelitian	29
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	30
E. Validitas dan Reliabilitas	34
F. Metode Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Orientasi Kancan Penelitian	37
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	37
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	40
D. Analisis Data	44
E. Pembahasan	49
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN	61
LAMPIRAN B DATA ANGKA KASAR	75
LAMPIRAN C HASIL UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS	97
LAMPIRAN D DATA FIX	109
LAMPIRAN E UJI ASUMSI	135
LAMPIRAN F KATEGORISASI	140
LAMPIRAN G SCREENING JUDUL, FORM AB DAN TURNITIN	147

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Blue Print Skala Coping Stress.....	32
Tabel 3.2	Blue Print Skala Hardiness	33
Tabel 3.3	Blue print Skala Self Disclosure.....	33
Tabel 4.1	Blue Print Skala Coping Stress.....	38
Tabel 4.2	Blue Print Skala Hardiness	39
Tabel 4.3	Blue Print Skala Self Disclosure	39
Tabel 4.4	Sebaran item skala coping stress yang valid dan yang gugur ..	41
Tabel 4.5	Sebaran item skala hardiness yang valid dan yang gugur	42
Tabel 4.6	Sebaran item skala self disclosure yang valid dan yang gugur	43
Tabel 4.7	Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 4.8	Hasil Uji Linieritas Antara Coping Stress dan Hardiness	45
Tabel 4.9	Hasil Uji Linieritas Antara Coping Stress dan Self Disclosure	46
Tabel 4.10	Hasil Uji Analisis Regresi Antara Coping stress dan Hardiness Dengan Self Disclosure.	46
Tabel 4.11	Hasil Analisis Korelasi Product Moment Hardiness dan Coping Stress.....	47
Tabel 4.12	Hasil Analisis Korelasi Product Moment Self Disclosure dan Coping Stress.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN	61
A.1 SKALA PENELITIAN COPING STRESS	63
A.2 SKALA PENELITIAN HARDINESS.....	68
A.3 SKALA PENELITIAN SELF DISCLOSURE	71
LAMPIRAN B DATA ANGKA KASAR	75
B.1 DATA ANGKA KASAR HARDINESS	76
B.2 DATA ANGKA KASAR SELF DISCLOSURE.....	83
B.3 DATA ANGKA KASAR COPING STRESS	90
LAMPIRAN C HASIL UJI VALIDITAS & REALIBILITAS	97
C.1 HASIL UJI VALIDITAS & REALIBILITAS COPING STRESS.....	98
C.2 HASIL UJI VALIDITAS & REALIBILITAS HARDINESS	103
C.3 HASIL UJI VALIDITAS & REALIBILITAS SELF DISCLOSURE.	105
LAMPIRAN D DATA FIX	109
D.1 DATA FIX HARDINESS.....	110
D.2 DATA FIX SELF DISCLOSURE	117
D.3 DATA FIX COPING STRESS	123
D.4 ANALISIS HUBUNGAN	129
D.5 ANALISIS SETELAH SELEKSI OUTLINER.....	133
LAMPIRAN E UJI ASUMSI.....	134
E.1 UJI NORMALITAS.....	135
E.2 UJI LINIERITAS.....	136
E.3 UJI ANALISA REGRESI.....	137
LAMPIRAN F KATEGORISASI.....	139
F.1 KATEGORISASI STANDAR DEVIASI HARDINESS	140
F.2 KATEGORISASI STANDAR DEVIASI SELF DISCLOSURE.....	142
F.3 KATEGORISASI STANDAR DEVIASICOPING STRESS.....	143
LAMPIRAN G SCREENING JUDUL, FORM A, FORM B DAN TURNITIN	146

CORREATION BETWEEN HARDINESS AND SELF DISCLOSURE WITH COPING STRESS AMONG FEMALE SMOKERS

ABSTRACT

This study aims to test empirically the relationship between hardiness and self-disclosure with coping stress in female smokers. The subjects of this study were women smokers in the city of Jepara involving 150 respondents. The sampling technique in this study used a quota sampling technique. Measuring tools used to obtain data are the hardiness scale, self-disclosure scale, and coping stress scale. The results of the correlation coefficient of the three variables r_{x1y} were 0.806 with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$), with an effective contribution of 65%. This shows that the proposed major hypothesis is accepted, where hardiness and self-disclosure have a significant relationship with coping stress. The results of the analysis of the hardiness variable with coping stress obtained r_{x1y} of 0.806 with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$) with an effective contribution of 65%. This shows that there is a very significant positive relationship between hardiness and coping stress, so that the first minor hypothesis is accepted. The results of the analysis of self-disclosure variables with coping stress obtained r_{x2y} of 0.557 with a p significance level of 0.000 ($p < 0.05$) with an effective contribution of 31%. This shows that there is a very significant positive relationship between self-disclosure and coping stress, so that the second minor hypothesis is accepted.

Keyword : *Hardiness, Self Disclosure, Coping Stress*

HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DAN *SELF DISCLOSURE* DENGAN *COPING STRESS* PADA PEROKOK PEREMPUAN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *hardiness* dan *self disclosure* dengan *coping stress* pada perempuan perokok. Subjek penelitian ini adalah perempuan perokok di kota Jepara dengan melibatkan 150 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *kuota sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala *hardiness*, skala *self disclosure*, dan skala *coping stress*. Hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel r_{x_1y} sebesar 0,806 dengan taraf signifikansi p sebesar 0,000 ($p < 0,01$), dengan sumbangan efektif sebesar 65%. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan diterima, dimana *hardiness* dan *self disclosure* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *coping stress*. Hasil analisis variabel *hardiness* dengan *coping stress* diperoleh r_{x_1y} sebesar 0,806 dengan taraf signifikansi p sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dengan sumbangan efektif 65%. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *hardiness* dengan *coping stress*, sehingga hipotesis minor pertama diterima. Adapun hasil analisis variabel *self disclosure* dengan *coping stress* diperoleh r_{x_2y} sebesar 0,557 dengan taraf signifikansi p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan sumbangan efektif sebesar 31%. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *self disclosure* dengan *coping stress*, sehingga hipotesis minor kedua diterima.

Kata Kunci : *Hardiness, Self Disclosure, Coping Stress*