

**HUBUNGAN ANTARA STRES DAN RELIGIUSITAS
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PADA PASIEN PROLANIS**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



Oleh:

ANINDHIA PUTRI AULIAFIRA

NIM. 201560015

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

**HUBUNGAN ANTARA STRES DAN RELIGIUSITAS
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PADA PASIEN PROLANIS**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



Oleh:

ANINDHIA PUTRI AULIAFIRA

NIM. 201560015

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

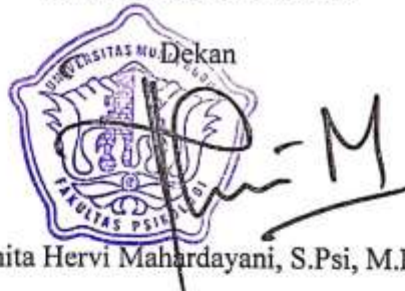
2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi.

Pada tanggal: 8 MARET2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi
Universitas Muria Kudus


Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji

1. Latifa Nur Ahyani, S.Psi., MA.

Tanda Tangan



2. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., MA.



3. Dr. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Si.



HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA STRES DAN *RELIGIUSITAS*
DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING*
PADA PASIEN PROLANIS**

Yang diajukan oleh

ANINDHIA PUTRI AULIAFIRA

NIM. 201560015

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah di setujui oleh:

Dosen Pembimbing



Latifah Nur Ahyani, S.Psi., MA.

Tanggal 8 MARET 2023

PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, sebuah karya sederhana ini
penyusun persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua, eyang serta adik-adikku yang telah memberikan semangat, nasihat, serta do'a dan kesabarannya dalam membimbing penyusun selama ini.
2. Dosen pembimbingku ibu Ifa yang telah bersedia meluangkan waktu. Memberiku banyak ilmu dan saran yang berharga hingga bisa mengantarku sampai skripsi ini selesai
3. Sahabat-sahabatku yang telah memberikan semangat dan doa di setiap langkahku.
4. Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus sebagai tempat bagi saya untuk mendapatkan lebih banyak ilmu pelajaran dan pengalaman yang sangat bermanfaat.

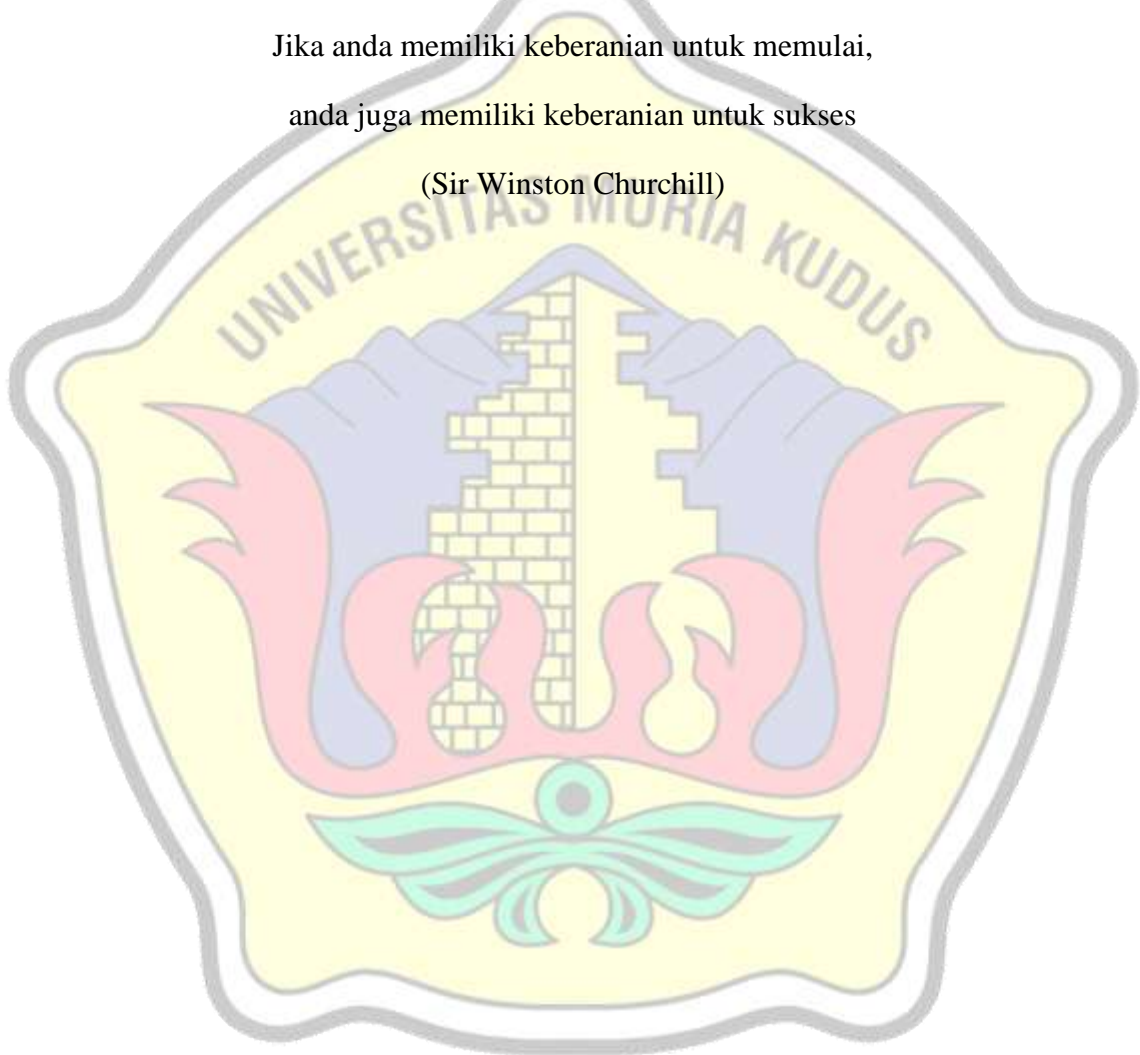
MOTTO

Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil;
kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik.

(Evelyn Underhill)

Jika anda memiliki keberanian untuk memulai,
anda juga memiliki keberanian untuk sukses

(Sir Winston Churchill)



PRAKATA

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, taufik dan hidayahNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Muria Kudus, yang dapat terlaksana dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti memperoleh bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi yang telah membimbing dan mengarahkan serta memberikan saran-saran selama penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A. sebagai dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan mensupport peneliti dalam menyusun skripsi. Terimakasih telah memberikan banyak bimbingan, saran serta arahan terhadap penulisan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si, yang telah membimbing dalam menganalisis hasil uji hipotesis, sehingga membuat peneliti dapat memahami hasil uji analisis dalam penelitian ini.
4. Bapak Muji Syukur, S.Psi, yang telah membantu mengolah data
5. Pimpinan Puskesmas Wergu Wetan dan Puskesmas Jati, Kudus, yang telah memberikan izin penelitian, ilmu, informasi dan kemudahan yang diberikan.
6. Bapak dan Ibu staf dan karyawan Puskesmas Wergu Wetan dan Puskesmas Jati, Kudus, yang telah membantu dan kerjasama yang baik demi kelancaran dalam kegiatan penelitian.

7. Subyek penelitian yaitu pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan dan Puskesmas Jati, Kudus, atas kerjasamanya dalam kegiatan penelitian.
8. Para dosen atau staf pengajar dan staf tata usaha di lingkungan Universitas Muria Kudus, khususnya di Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu, informasi dan kemudahan yang diberikan.
9. Untuk Papah, Bunda, Eyanguti, Mas Abdul serta adik-adikku Fara, Raffi, Mayla. Terimakasih untuk segala support serta do'a kalian yang tidak pernah berhenti untuk kesuksesanku. Terimakasih banyak telah memberiku semangat, nasihat, dukungan baik materi maupun moral.
10. Untuk keluarga besar Hj.Marminah terimakasih telah memberikan banyak dukungan serta do'a.
11. Keluarga besar Mbah Marto Ngasiban terimakasih telah memberikan banyak dukungan serta do'a
12. Terimakasih untuk teman-teman angkatan 2015 psikologi yang selalu memberikan semangat sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini.

Akhir kata, peneliti berharap Allah SWT., berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini, oleh karena itu peneliti mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan

pengetahuan terapan khususnya mengenai *psychological well being*, stres dan religiusitas.

Kudus, Februari 2023

Peneliti



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAKSI	xvi
ABSTRACT	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1) Latar Belakang Masalah.....	1
2) Tujuan Penelitian	11
3) Manfaat Penelitian	11
a. Manfaat Teoritis.....	11
b. Manfaat Praktis	11
BAB II. LANDASAN TEORI.....	12
A. <i>Psychological Well Being</i>	12
1. Pengertian <i>Psychological Well Being</i>	12

2.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i>	13
3.	Aspek-aspek <i>Psychological Well Being</i> t	17
B.	<i>Stres</i>	19
a.	Pengertian <i>Stres</i>	19
b.	Aspek-aspek <i>Stres</i>	20
C.	<i>Religiusitas</i>	22
1.	Pengertian <i>Religiusitas</i>	22
2.	Aspek-aspek <i>Religiusitas</i>	23
D.	Hubungan <i>Stres</i> dan <i>Religiusitas</i> dengan <i>Psychological well being</i>	25
E.	Hipotesis <i>Penelitian</i>	30
BAB III.	METODE PENELITIAN	31
A.	Identifikasi Variabel	31
B.	Definisi Operasional Variabel	31
A.	<i>Psychological Well Being</i>	32
B.	<i>Stres</i>	32
C.	<i>Religiusitas</i>	33
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	33
A.	Populasi	33
B.	Sample	34
D.	Metode dan Alat Pengumpulan Data	34
a.	Skala <i>Psychological Well Being</i>	35
b.	Skala <i>Stres</i>	37

c. Skala Religiusitas	39
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	40
1. Validitas	40
2. Reliabilitas	41
F. Metode Analisis Data	42
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	43
1) Orientasi Kancah Penelitian	43
2) Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	45
1. Persiapan Penelitian.....	45
2. Pelaksanaan Penelitian.....	49
3) Analisis Data dan Hasil Penelitian	50
A. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	50
B. Uji Asumsi.....	56
C. Uji Hipotesis	59
4) Pembahasan	62
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN	70
a. Simpulan	70
b. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. <i>Blue Print</i> Skala K <i>Psychological Well Being</i>	37
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala Stres	39
Tabel 3.3. <i>Blue Print</i> Skala Religiusitas	40
Tabel 4.1. Data Pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan dm Jati, Kudus	44
Tabel 4.2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Psychological Well Being</i> Sebelum Uji Coba	47
Tabel 4.3. <i>Blue Print</i> Skala Stres	48
Tabel 4.4. <i>Blue Print</i> Skala Religiusitas	49
Tabel 4.5. Sebaran Item Skala <i>Psychological Well Being</i> Saat Uji Coba yang Valid dan Gugur Tahap 1	51
Tabel 4.6. Sebaran Item Skala <i>Psychological Well Being</i> Tahap 2 Fix	52
Tabel 4.7. Sebaran Item Skala Stres Saat Uji Coba yang Valid dan Gugur Tahap 1	53
Tabel 4.8. Sebaran Item Skala Stres Tahap 2 Fix	54
Tabel 4.9. Sebaran Item Skala Religiusitas Saat Uji Coba yang Valid dan Gugur Tahap 1	55
Tabel 4.10. Sebaran Item Skala Religiusitas Tahap 2 Fix	56
Tabel 4.11. Hasil Analisis Uji Normalitas	57
Tabel 4.12. Hasil Analisis Uji Linieritas Stres dengan <i>Psychological Well Being</i>	58
Tabel 4.13. Hasil Analisis Uji Linieritas Religiusitas dengan <i>Psychological Well Being</i>	58
Tabel 4.14. Hasil Analisis Regresi Berganda Stres dan Religiusitas dengan <i>Psychological Well Being</i>	59

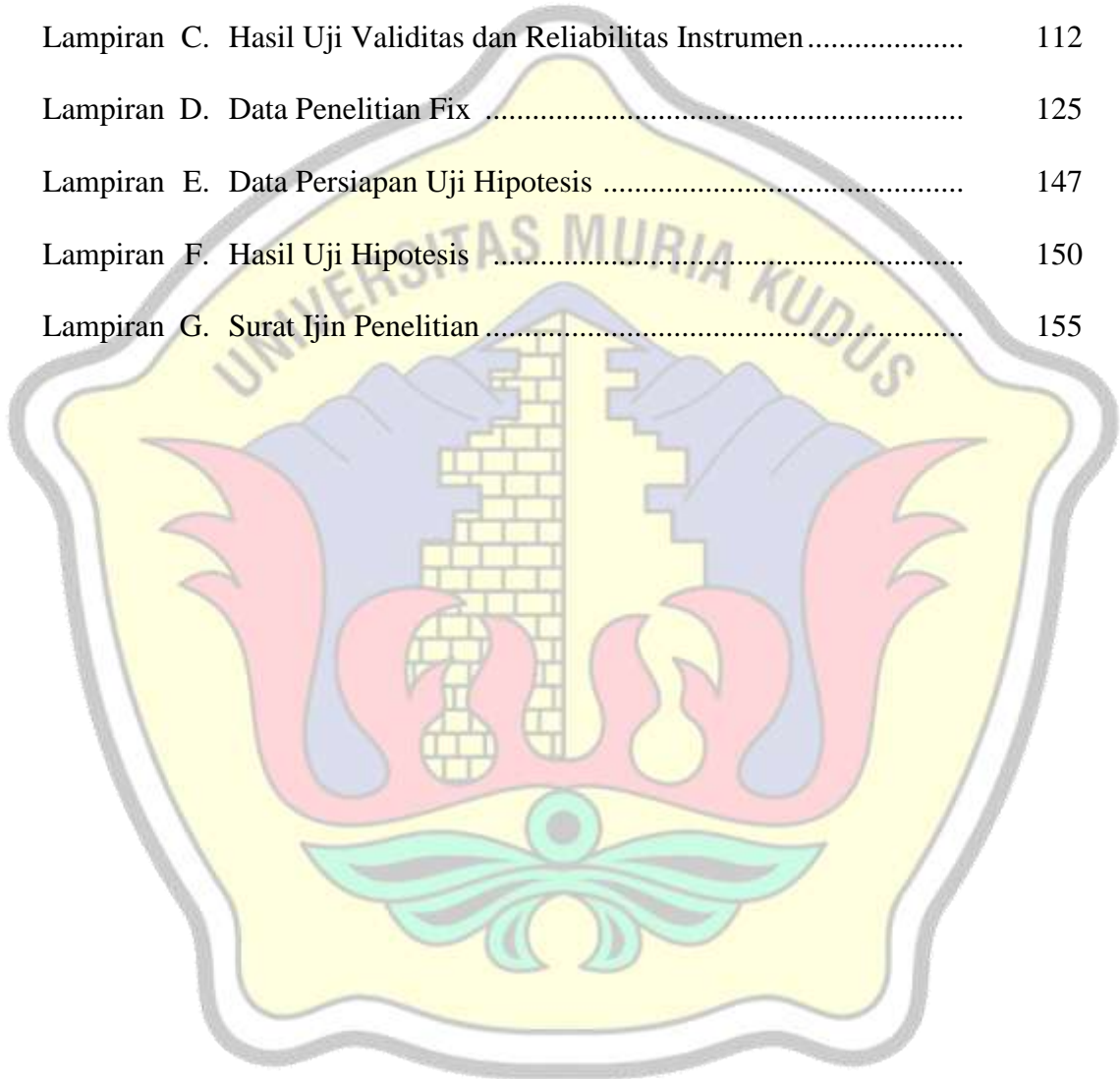
Tabel 4.15. Hasil Analisis Korelasi Stres dengan *Psychological Well Being* 60

Tabel 4.16. Hasil Analisis Korelasi Religiusitas dengan *Psychological Well Being* t 61



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Instrumen Skala Penelitian	79
Lampiran B. Data Angka Kasar Penelitian	89
Lampiran C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	112
Lampiran D. Data Penelitian Fix	125
Lampiran E. Data Persiapan Uji Hipotesis	147
Lampiran F. Hasil Uji Hipotesis	150
Lampiran G. Surat Ijin Penelitian	155



HUBUNGAN ANTARA STRES DAN RELIGIUSITAS DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* PADA PASIEN PROLANIS

ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara stres dan religiusitas dengan *psychological well being*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien Prolanis di Puskesmas Wergu Wetan dan Jati, Kudus, penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling* yang berjumlah 70 orang. Alat pengumpul data berupa skala stres, religiusitas, dan *psychological well being*, ketiga skala tersebut menggunakan skala likert yang dimodifikasi menjadi 4 alternatif pilihan respon. Adapun metode analisis data menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi *Product Moment*. Hasil hipotesis mayor diperoleh $r_{x_2y} = 0,682$; $p = 0,00$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara stres dan religiusitas dengan *psychological well being*, dimana sumbangan efektif (46,5%). Hipotesis minor pertama diperoleh $r_{x_1y} = -0,595$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara stres dengan *psychological well being* dimana sumbangan efektif (35,4%). Sedangkan hipotesis minor kedua diperoleh $r_{x_2y} = 0,679$; $p = 0,00$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan *psychological well being* dimana sumbangan efektif (46,1%).

Kata Kunci: *Stres, Religiusitas dan Psychological Well Being*

**CORRELATION BETWEEN STRESS AND RELIGIUSITY
WITH PSYCHOLOGICAL WELL BEING
IN PROLANIS PATIENTS**

ABSTRACT

The research objective was to empirically determine the relationship between stress and religiosity with psychological well being. The population in this study were all Prolanis patients at the Wergu Wetan and Jati Kudus Health Centers,. The sample was taken using a total sampling technique, totaling 70 people. The data collection tools were in the form of stress, religiosity, and psychological well-being scales, the three scales used a Likert scale which was modified into 4 alternative response options. The data analysis method uses multiple regression analysis and Product Moment correlation. The major hypothesis results obtained $r_{x1y} = 0.682$; $p = 0.00$ ($p < 0.01$) means that there is a very significant relationship between stress and religiosity with psychological well being, where the contribution is effective (46.5%). The first minor hypothesis is obtained $r_{x1y} = -0.595$; $p = 0.000$ ($p < 0.01$) means that there is a very significant negative relationship between stress and psychological well being where the contribution is effective (35.4%). While the second minor hypothesis is obtained $r_{x2y} = 0.679$; $p = 0.00$ ($p < 0.01$) means that there is a very significant positive relationship between religiosity and psychological well being where the contribution is effective (46.1%).

Keywords: Stress, Religiosity and Psychological Well Being