

**HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN  
STRES PADA PASIEN HIPERTENSI**

**SKRIPSI**



Oleh :

**ANINDYA TRIA YULIANA**

15320267

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA  
2019**

**HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN  
STRES PADA PASIEN HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

ANINDYA TRIA YULIANA

15320267

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA**

**2019**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul

### HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN STRES PADA PASIEN HIPERTENSI

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Prodi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi

Telah disetujui dan disahkan pada tanggal :

20 FEB 2019

Oleh:

ANINDYA TRIA YULIANA

15320267

Mengesahkan

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi

Yulianti Dw Astuti S. Psi., M., Soc., Sc.

Tanda Tangan

Dewan Penguji

1. Libbie Annatagia, S. Psi., M. Psi.
2. Endah Puspita Sari, S. Psi., M. Psi.,  
Psikolog.
3. Muh Novvaliant Filsuf T., S. Psi., M. Psi.



## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anindya Tria Yuliana

No.Mahasiswa : 15320267

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Stres pada Pasien Hipertensi

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan hanya karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yang Menyatakan



Anindya Tria Yuliana

## HALAMAN PERSEMBAHAN



*Alhamdulillahirabbil'alamin, Wa Syukurillah,*

Atas berkah, nikmat, rahmat dan karunia Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, yang telah memberikan kenikmatan, kemudahan serta kelancaran dalam segala hal. Ucapan syukur yang tak terhingga kepadaMu sehingga hamba mampu menjalankan dan menyelesaikan karya sederhana ini dengan penuh kelancaran dan kemudahan.

Terimakasih juga kepada :

### **Papah Saeko Irianto, S. E dan Mamah Sunarti**

Yang tiada henti untuk selalu mendoakan, mendukung, memotivasi, memberikan perhatian, nasihat dan kasih sayangnya serta segala pengorbanan yang telah diberikan kepada peneliti hingga terselesaikannya karya sederhana ini.

### **Kedua Kakakku, Mas Gilang Rian Baskoro, S.E dan Mba Bellyana Fitria**

#### **S.Psi, M.Psi yang Kusayangi**

Yang selalu memberikan bantuan, arahan, dukungan, menghiburku serta menyemangatiku dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga kita bisa menjadi saudara yang rukun, serta dapat menjadi anak yang berbakti kepada kedua orangtua dan dapat menjadi anak yang membanggakan bagi mereka.

### **Alm. Mbah Uti dan Alm. Mbah Akung**

Yang selama hidupnya telah memberikan kasih sayang dan perhatiannya serta membantu dengan segala dukungan do'a di setiap sepertiga malamnya. Maaf jika persembahan dari cucumu ini terlambat. Semoga Alm. Mbah Uti dan Alm. Mbah Akung khusnul khotimah, dan cucumu ini bisa tumbuh menjadi orang yang sholehah, dewasa dan bermanfaat. Aamiin.

## HALAMAN MOTTO

*“Pengalaman dari sebuah Pengalaman, Don't Give Up!”  
- Anindya Tria Yuliana –*

SUKSES = GAGAL + 1

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ﴿١﴾ وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ﴿٢﴾ الَّذِي أَنْقَضَ  
ظَهْرَكَ ﴿٣﴾ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ﴿٤﴾ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ  
يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

*“ Bukankah Kami telah melampirkan untukmu dadamu?, Dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu? Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu. Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap.”(QS. Al Insyirah: 1-8)*

**اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا، وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا**

*“YaAllah, sesungguhnya aku memohon kepadaMu ilmu yang bermanfaat (bagi diriku dan orang lain), rizki yang halal dan amal yang diterima (disisi-Mu dan mendapatkan ganjaran yang baik)” (HR. Ahmad, Ibnu Majah dan Ibnu as-Sunni).*

## PRAKATA



### *Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Alhamdulillahirabbil'alamin. Puji syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas berkat, nikmat, rahmat dan karuniaNya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini dengan segala kesabaran, kemudahan dan kelancaran yang diberikan olehNya.

Penulis juga menyadari dalam proses menyelesaikan tugas akhir ini tidak terlepas dari do'a, bantuan, bimbingan dan dukungan baik secara moral, materil maupun spiritual dari beberapa pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih sebesar – besarnya kepada :

1. Bapak Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.Si., M.Ag., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Yulianti Dwi Astuti S. Psi., M., Soc., Sc. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Libbie Annatagia, S.Psi, M. Si, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan nasehat, do'a, motivasi perhatian dan kasih sayangnya dengan penuh kesabaran dan kelembutan hatinya, serta telah berkenan meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan arahan, masukan, dan saran, dalam proses penyelesaian skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Alhamdulillah.

4. Ibu Fani Eka Nurtjahjo, S. Psi., M. Psi., Psi., selaku Dosen Pembimbing akademik yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, arahan, saran, dukungan selama proses perkuliahan.
5. Segenap dosen prodi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, atas waktu, jasa dan ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama menimba ilmu di perkuliahan ini.
6. Seluruh staf bagian pengajaran, laboratorium psikologi Universitas Islam Indonesia, perpustakaan, dan karyawan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia, yang telah memberikan bantuan dan kemudahan selama proses perkuliahan.
7. Seluruh staf bagian BP Umum, Rekam Medis, Apoteker dan karyawan lain di puskesmas Ngaglik 1, Ngaglik 2, Ngeplak 2, dan Kalasan yang telah memberikan izin, bantuan, dukungan dan kemudahan dalam proses pengambilan data penelitian.
8. Mamah Sunarti yang paling aku cintai dan ku sayangi yang tidak pernah bosan dan lelah untuk selalu menghiburku, memberikan motivasi, perhatian, dukungan serta kasih sayangnya, yang tiada henti untuk selalu menyelipkan namaku di setiap do'a se usai sholat dan di sepertiga malamnya demi kelancaran dan kemudahan semua tugasku, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Papahku yang sangat aku cintai, sayangi, dan hormati, yang sudah memberikan segala jasa dan pengorbanan untukku hingga mencapai titik ini, yang selalu memberikan contoh yang baik, tiada lelah untuk selalu



mendoakanku, memberikan dukungan, motivasi, perhatian dan kasih sayangnya, serta memberikan kepercayaan untukku, hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

10. Alm. Mbah Uti dan Alm. Mbah Akung, yang selama hidupnya selalu memberikanku dukungan, motivasi, perhatian dan kasih sayangnya, selalu mengingatkanku untuk tidak lupa dalam beribadah, yang tiada henti untuk selalu mendoakan kelancaran dan segala urusan cucumu ini.
11. Kedua kakakku, mas Gilang Rian Baskoro, S. E dan mba Bellyana Fitria, S. Psi., M. Psi., yang selalu menghiburku, memberikanku arahan, dukungan, semangat, dan do'anya.
12. Fitria Dian Rahmayanti dan Putri Tri Hutami, teman seperjuangan yang sudah bersedia untuk bekerjasama serta bergotong royong dalam mengurus surat perizinan serta pengumpulan data selama proses penelitian.
13. Rahma Suci Ramdayani yang telah menemani, menghibur dan membantuku dalam proses input atau tabulasi data penelitian.
14. Resti Gusmantika Dewi dan Nine Yuktika yang saling membantu dalam pembuatan alat ukur.
15. Rannisa, Fitria, Mas Tyo yang selalu menerima keluhan dan memberikan nasehat, dukungan, masukan dan semangat tanpa henti kepada penulis dalam proses menyelesaikan skripsi ini, hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

16. Wiwin, Athirah, Farra, Nada, Nuri, Patrya, Sita, Sophie, Syifa, Gerald Talehata yang telah menghibur dan menemani serta memberikan dukungan, semangat dan do'anya kepada penulis.
17. Siwi, Fatin, Huda, Wahid, Isna, teman – teman SMP - SMA seperjuangan di Jogja yang selalu menghibur, menyemangati, mendoakan, memotivasi kepada penulis.
18. Teman – teman sekaligus keluarga KKN Somongari, Purworejo angkatan 57 terkhusus unit 213 yang kusayangi, yang banyak memberikan pengamalan dari pengalaman tentang hidup kepada penulis.
19. Teman – teman Psikologi angkatan 2015 atas kebersamaannya selama kuliah di Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
20. Dan semua pihak yang telah membantu dan memudahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* membalas segala kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak kepada penulis.

***Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh***

Yogyakarta, Januari 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
INTISARI.....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	11
C. Manfaat Penelitian .....	11
D. Keaslian Penelitian .....	12
1. Keaslian Topik .....	14
2. Keaslian Teori .....	15
3. Keaslian Alat Ukur.....	15
4. Keaslian Subjek Penelitian.....	16
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17

A. STRES .....	17
1. Definisi Stres .....	17
2. Aspek – aspek Stres .....	18
3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Stres .....	20
B. Kebermaknaan Hidup .....	22
1. Definisi Kebermaknaan Hidup .....	22
2. Aspek – aspek Kebermaknaan Hidup .....	23
C. Hipertensi.....	25
1. Definisi Hipertensi.....	25
2. Jenis – Jenis Hipertensi .....	27
3. Faktor - faktor Hipertensi.....	28
C. Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dengan Stres pada pasien Hipertensi .....	30
D. Hipotesis Penelitian.....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	37
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	37
1. Kebermaknaan Hidup .....	37
2. Stres .....	37
C. Subjek Penelitian .....	38
D. Metode Pengumpulan Data .....	38
1. Skala Kebermaknaan Hidup .....	38

	2. Skala Stres .....	39
	E. Validitas dan Reliabilitas .....	41
	1. Validitas.....	41
	2. Reliabilitas .....	41
	F. Metode Analisis Data .....	42
BAB IV	PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	43
	A. Orientasi Kanchah dan Persiapan.....	43
	1. Orientasi Kanchah .....	43
	2. Persiapan Penelitian.....	44
	B. Laporan Pelaksanaan Penelitian .....	48
	C. Hasil Penelitian.....	49
	1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	49
	2. Deskripsi Data Penelitian .....	50
	3. Uji Asumsi.....	52
	4. Uji Hipotesis .....	54
	5. Analisis Tambahan .....	55
	D. Pembahasan.....	57
BAB V	PENUTUP .....	62
	A. Kesimpulan.....	62
	B. Saran .....	62
	DAFTAR PUSTAKA .....	64
	LAMPIRAN .....	68

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Distribusi Butir Skala Stres Sebelum Uji Coba .....	38
Tabel 2 Distribusi Butir Skala Kebermaknaan Hidup Sebelum Uji Coba .....	40
Tabel 3 Distribusi Butir Skala Stres Setelah Uji Coba .....	47
Tabel 4 Distribusi Butir Skala Kebermaknaan Hidup Setelah Uji Coba .....	48
Tabel 5 Deskripsi Subjek Penelitian .....	50
Tabel 6 Rumus Penormaan Kategorisasi .....	51
Tabel 7 Kategorisasi Data Penelitian .....	51
Tabel 8 Hasil Uji Normalitas .....	53
Tabel 9 Hasil Uji Linieritas .....	54
Tabel 10 Hubungan antara Kebermaknaan Hidup dan Stres .....	55
Tabel 11 Perbedaan Stres Berdasarkan Jenis Kelamin .....	56
Tabel 12 Perbedaan Stres Berdasarkan Usia .....	56

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Grafik Uji Normalitas Skala Stres.....	111
Gambar 2. Grafik Uji Normalitas Skala Kebermaknaan Hidup .....	112

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Skala Penelitian (Sebelum <i>Try Out</i> ) .....	68
Lampiran 2. Tabulasi Data Skala Stres (Sebelum <i>Try Out</i> ).....	77
Lampiran 3. Tabulasi Data Skala Kebermaknaan Hidup(Sebelum <i>Try Out</i> )...	80
Lampiran 4. Hasil Analisis Aitem(Sebelum <i>Try Out</i> ).....	83
Lampiran 5. Skala Penelitian (Setelah <i>Try Out</i> ) .....	89
Lampiran 6. Tabulasi Data Skala Stres (Setelah <i>Try Out</i> ).....	98
Lampiran 7. Tabulasi Data Skala Kebermaknaan Hidup(Setelah <i>Try Out</i> )....	101
Lampiran 8. Hasil Analisis Aitem (Setelah <i>Try Out</i> ).....	104
Lampiran 9. Hasil Uji Asumsi.....	109
Lampiran 10. Hasil Uji Hipotesis.....	114
Lampiran 11. Hasil Analisis Tambahan.....	116
Lampiran 12. Hasil Perhitungan Persentil.....	119
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....	124
Lampiran 14. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	130



# HUBUNGAN ANTARA KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN STRES PADA PASIEN HIPERTENSI

Anindya Tria Yuliana

Libbie Annatagia

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebermaknaan hidup dengan stres pada pasien hipertensi. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kebermaknaan hidup dengan stres pada pasien hipertensi. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Perceived Stres Scale* (PSS 10) dari Cohen (1994) yang terdiri dari 10 aitem dengan validitas sebesar 0.273 – 0.722 dan reliabilitas sebesar 0.814. Sedangkan skala kebermaknaan hidup yang digunakan adalah *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) dari Steger, Frazier, Oishi dan Kaler (2006) dengan validitas sebesar 0.481 – 0.703 dan reliabilitas sebesar 0.841. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah pasien hipertensi usia dewasa (>18 tahun) berjenis kelamin laki – laki dan perempuan dan minimal berpendidikan SMP sebanyak 60 orang. Analisis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari *Pearson* dengan bantuan SPSS 22.0 *for windows*. Hasil menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar  $r = -0.257$  dengan nilai signifikansi sebesar  $p = 0.024$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat hubungan negatif antara kebermaknaan hidup dengan stres pada pasien hipertensi.

**Kata kunci :** Kebermaknaan Hidup, Stres, Hipertensi