

**HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN GANDA DENGAN STRESS
PADA IBU BEKERJA SELAMA PANDEMI COVID-19**



SKRIPSI

DIAJUKAN OLEH :

NAMA : LINTANG MERCURY
NPM : 16700048
PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI (S-1)

**GUNA MEMENUHI SALAH SATU SYARAT UNTUK MENEMPUH
UJIAN AKHIR SARJANA STRATA SATU (S-1)**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS TAMA JAGAKARSA

JAKARTA

2020

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TAMA JAGAKARSA
JAKARTA

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : LINTANG MERCURY
NPM : 16700048
PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI (S-1)
JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN GANDA
DENGAN STRESS PADA IBU BEKERJA SELAMA
PANDEMI COVID-19

Telah disetujui dan disyahkan untuk diterima guna memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Tama Jagakarsa Program Studi Psikologi (S-1).

Jakarta, 18 Januari 2021

Penguji I

Dra. Tjitjik Hamidah,, M.Si

Penguji II

Vella Fitrisia Agustina, M.A

Mengesahkan,
Dekan

Dra. Tjitjik Hamidah, M.Si

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TAMA JAGAKARSA
JAKARTA**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : LINTANG MERCURY
NPM : 16700048
PROGRAM STUDI : PSIKOLOGI (S-1)
JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN GANDA
DENGAN STRESS PADA IBU BEKERJA SELAMA
PANDEMI COVID-19

Telah disetujui untuk dihadapkan pada ujian komprehensif Sarjana Psikologi
Universitas Tama Jagakarsa Program Studi Psikologi (S-1).

Jakarta, 04 Desember 2020

Pembimbing Materi



Dr. Sri W Rahmawati, M.Si

Pembimbing Teknis



Mira Rizki Wijayani, S.Psi, M.BA

Mengesahkan,
Dekan



Dra. Tjitjik Hamidah, S.Psi, M.Si

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

“ Sekali hidup, hiduplah yang bermakna”

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT

Saya persembahkan skripsi ini kepada:

- Ibu dan Bapak tercinta
- Keluargaku
- Orang-orang terdekatku

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah Subhanallahu wa Ta'ala yang telah memberikan rahmat serta kerunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini tepat pada waktunya sebagai syarat untuk mencapai gelar sarjana Psikologi (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa dengan mengambil judul “Hubungan Antara Konflik Peran Ganda dengan Stress Pada Ibu Bekerja Selama Pandemi COVID-19”

Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan beribu-ribu terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu serta memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Drs. H. Tama Sembiring, SH, M.M, Selaku Pembina Yayasan Pendidikan Tama Jagakarsa.
2. Bapak Dr. H. MR. Ulung Sembiring, SE, M.M, selaku Ketua Yayasan Pendidikan Tama Jagakarsa.
3. Bapak Prof. Dr. H. M. Noor Sembiring, SE, MM, selaku Rektor Universitas Tama Jagakarsa.
4. Ibu Dra. Tjitjik Hamidah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.
5. Ibu Mia Anita Lestari, S.Psi, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.
6. Ibu Dr. Sri W Rahmawati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing Materi yang telah membimbing, membantu, serta memberikan masukan dan koreksi dalam menyelesaikan Skripsi.
7. Ibu Mira Rizki, M.BA, selaku Dosen Pembimbing Teknis yang telah membimbing, membantu, memberikan kritik dan saran, serta memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi.
8. Seluruh Dosen/Asisten yang ada di Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa yang telah memberikan bekal ilmu kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

9. Kedua orang tua, Ibu dan Bapa yang selalu mendoakan memberikan perhatian dan kasih sayang yang begitu berlimpah sampai saat ini dan selalu memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Kakak dan keluarga tersayang yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Rekan kerja yang selalu memberikan dukungan lewat candaan yang membuat semangat dalam menyelesaikan skripsi.
12. Kepada Indi Nurhafifah yang selalu menemani, memberikan dukungan dan memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada kisah kami Savira, Septi, Indri, Jeje dan Denia yang selalu membantu dan memberikan warna selama perkuliahan berlangsung.
14. Rekan-rekan seangkatan terbaik yang sudah menemani selama 4 tahun belakangan ini yang telah mewarnai dan memberikan semangat selama perkuliahan berlangsung.

Akhir kata, segala kesempurnaan hanya milik Allah SWT. Penulis sangat menyadari atas segala kekurangan serta keterbatasan dalam Skripsi yang telah penulis susun. Dengan kerendahan hati penulis memohon maaf atas kekurangan penulis selama ini, penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca, dan semoga senantiasa Allah SWT akan membalas kebaikan kita semua, Aamiin Ya Robbal Alamin.

Jakarta, 04 Desember 2020



(Lintang Mercury)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
E. Sistematika Penulisan.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Stress.....	8
a. Definisi Stress.....	8

b. Jenis-jenis Stress.....	10
c. Faktor Penyebab Terjadinya Stress	10
d. Aspek-aspek Stress	11
e. Dimensi Stress	12
2. . Konflik Peran Ganda	13
a. Definisi Konflik Peran ganda.....	13
b. Faktor yang Mempengaruhi Konflik Peran ganda	14
c. Dimensi Konflik Peran Ganda	14
B. Hubungan Antar Variabel.....	16
C. Kerangka Berpikir	18
D. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	20
B. Identifikasi dan Oprasional Variabel.....	20
1. Identifikasi Variabel	20
2. Oprasioanlisasi Variabel	20
C. Subjek penelitian	22
1. Populasi	22
2. Sampel.....	22
D. Teknik Pengumpulan Data	23
1. Teknik Pengumpulan Data.....	23
2. Instrumen Penelitian	24
E. Metode Analisa Instrumen.....	26
1. Uji Daya Beda Aitem	26
2. Validitas Alat Ukur.....	26
3. Reliabilitas Alat Ukur	27
F. Uji Coba Alat Ukur	28
G. Hasil Uji Coba Instrumen	28
H. Metode Analisis Data	32

BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN	33
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	33
B. Persiapan Penelitian	34
C. Pelaksanaan Penelitian	34
D. Hasil Analisis Data Penelitian	34
1. Deskripsi Frekuensi Subjek Penelitian.....	35
2. Deskripsi Data Penelitian.....	39
3. Uji Normalitas	41
4. Uji Hipotesis.....	42
BAB V PENUTUP	43
A. Pembahasan	43
B. Kesimpulan	44
C. Saran.....	45
1. Saran Teoritis	45
2. Saran Praktis.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
SURAT PERNYATAAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Sistem Penilaian Skala Likert Konflik Peran Ganda	23
Tabel 2 Sistem Penilaian Skala Likert Stress	24
Tabel 3 Blue Print Skala Stress	25
Tabel 4 Blue Print Skala Konflik Peran Ganda	25
Tabel 5 Kaidah Indeks Daya Beda Aitem	26
Tabel 6 Kaidah Reliabilitas Guilford	27
Tabel 7 Blue Print Skala Stress Setelah Uji Coba	28
Tabel 8 Blue Print Skala Konflik Peran Ganda Setelah Uji Coba	29
Tabel 9 Uji Validitas Konflik Peran Ganda	29
Tabel 10 Uji Validitas Stress	30
Tabel 11 Reliabilitas Skala Stress dan Konflik Peran Ganda	31
Tabel 12 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Usia Subjek Penelitian	35
Tabel 13 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pekerjaan	35
Tabel 14 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Anak	36
Tabel 15 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Anak yang Bersekolah	36
Tabel 16 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Usia Anak yang Bersekolah	37
Tabel 17 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Kegiatan Pembelajaran Online	37
Tabel 18 Deskripsi Frekuensi Berdasarkan Domisili	38
Tabel 19 Deskriptif Statistik	39
Tabel 20 Tabel Rumus Kategorisasi	39

Tabel 21 Kategorisasi Konflik Peran Ganda	40
Tabel 22 Kategorisasi Stress	40
Tabel 23 Uji Normalitas	41
Tabel 24 Uji Korelasi.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	50
LAMPIRAN B.....	62
LAMPIRAN C.....	68
LAMPIRAN D	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	18
----------------------------------	----

ABSTRAK

Seorang ibu yang bekerja memiliki dua peran sekaligus yaitu sebagai pekerja dan juga sebagai seorang ibu rumah tangga. Selama pandemi COVID-19 para ibu yang bekerja berpotensi mengalami konflik peran ganda yang terjadi ketika salah satu dari peran yang dijalani menuntut waktu bersamaan dengan peran lain yang harus dikerjakan, hal ini dapat menjadi potensi yang menyebabkan seorang ibu menjadi *stress*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian korelasi. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 130 orang. Menggunakan instrumen skala dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengelolaan data menggunakan teknik *bivariate correlation* dalam program *SPSS version 20.0 for windows*. diperoleh nilai korelasi koefisien *product moment karl pearson* antar konflik peran ganda dengan *stress* diperoleh $r=0,587$ dengan taraf signifikan $0,000 (<0,5)$. Hal tersebut berarti hipotesis null ditolak dan hipotesis alternatif diterima dengan menyatakan ada hubungan antar konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu yang bekerja selama pandemi COVID-19. Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara konflik peran ganda dengan *stress* selama pandemi COVID-19.

Kata Kunci : Konflik Peran Ganda, *Stress*, Ibu bekerja, COVID-19

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini penulis akan memaparkan tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya setiap individu memiliki kebutuhan untuk mempertahankan hidup serta untuk memperoleh suatu kesejahteraan dan juga kenyamanan dalam kelangsungan hidup. Pada era globalisasi yang merujuk pada kemunculan jaringan sistem sosial dan ekonomi berskala internasional seperti saat ini membuat perkembangan dan pertumbuhan ekonomi di Indonesia berkembang semakin pesat yang berdampak kepada meningkatnya kebutuhan ekonomi. Hal ini membuat para individu yang sudah berkeluarga melakukan berbagai upaya untuk dapat memenuhi tuntutan dalam berrumah tangga yang semakin banyak dan meningkat. Kurangnya pendapatan dari penghasilan suami membuat para wanita bekerja untuk dapat membantu menambah pendapatan untuk memenuhi kebutuhan.

Pada era emansipasi ketersediaan tenaga kerja tidak hanya didominasi oleh tenaga kerja pria namun juga oleh tenaga kerja wanita karena saat ini para wanita memiliki kesetaraan jenis kelamin dimana wanita memiliki hak dan kualitas hidup yang sama dengan pria. Membuat para wanita dapat bekerja sesuai dengan latar belakang pendidikan dan kemampuan yang dimilikinya. Dalam hal ini peran wanita sangatlah besar dalam membantu berbagai bidang pekerjaan baik dalam peran politik, sosial, budaya, pendidikan, bahkan peran wanita telah kita rasakan dalam ranah perekonomian.

Wanita yang bekerja memiliki banyak faktor yang melandasinya, salah satu hal yang sering terjadi adalah masalah tentang kebutuhan ekonomi, dimana sering kali kebutuhan rumah tangga yang begitu besar dan mendesak

membuat para wanita tidak mempunyai pilihan lain kecuali mencari pekerjaan untuk bisa memenuhi kebutuhan hidupnya dan keluarganya. Fenomena yang terjadi dalam masyarakat pada saat ini adalah semakin banyaknya istri yang membantu suaminya dalam mencari tambahan penghasilan, selain karena didorong oleh kebutuhan ekonomi keluarga, wanita juga semakin dapat mengekspresikan dirinya dengan mengembangkan bekal ilmu yang dimiliki ditengah-tengah keluarga dan masyarakat.

Seorang ibu yang bekerja memiliki keputusan untuk mengambil dua peran sekaligus atau biasa disebut peran ganda yaitu dimana seorang wanita mempunyai peran di rumah tangga yaitu mengurus suami serta anak dan juga peran di tempat kerja. Dalam menjalankan dua peran sekaligus bukanlah hal yang mudah untuk para ibu yang bekerja. Pekerja wanita yang telah menikah dan mempunyai anak memiliki peran dan tanggung jawab yang lebih berat dari pada wanita yang belum menikah.

Seorang ibu yang tidak dapat membagi dan menyeimbangkan waktu dalam pengelolaan urusan dalam berrumah tangga dan pengelolaan urusan pekerjaan dapat menimbulkan sebuah konflik, yaitu konflik keluarga dan konflik pekerjaan atau biasa disebut dengan konflik peran ganda. Dimana Ibu yang bekerja mengalami pertentangan antara tanggung jawab yang dia miliki sebagai istri dan sebagai orang tua dengan tugas-tugas pekerjaan yang harus dia selesaikan.

Bagi mereka yang sudah menikah, perjalanan untuk mempertahankan keutuhan rumah tangga bukan merupakan sesuatu yang mudah. Tak jarang salah paham mewarnai perjalanan tersebut (Rw Rahmawati, 2013). Salah satu masalah yang dapat mempengaruhi secara signifikan dalam mengelola sebuah rumah tangga, adalah sebuah kemungkinan konflik. Konflik peran ganda diyakini terkait negatif dengan kepuasan keluarga, kepuasan kerja, depresi, gangguan kecemasan, gangguan suasana hati, fisik keluhan kesehatan, hipertensi serta *stress*, (Matthewsa dkk, 2011)

Pada generasi saat ini diberkati dengan sebuah kemakmuran hidup, karena telah terbebas dari penjajah dan sudah tidak perlu mengkhawatirkan diri untuk berperang melawan penjajah, namun pada saat ini hal mengerikan sedang mengguncangkan dunia termasuk negara Indonesia. Dimana seluruh penduduk dunia pada saat ini sedang berperang melawan suatu wabah penyakit yang merupakan pembunuh nomor satu umat manusia. Wabah ini diberi nama *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*. Ini merupakan sebuah revolusi perang yang dapat membunuh jutaan manusia tanpa menggerakkan pasukan, tanpa deklarasi perang, tanpa batas dermakasi dan biasanya tanpa pengetahuan atau bukti serangan.

Coronavirus Disease (COVID-19) merupakan sebuah keluarga besar dari virus yang dapat menyebabkan penyakit pada manusia dan juga hewan. Pada manusia umumnya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernafasan mulai dari flu biasa sampai dengan penyakit yang serius seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)* dan sindrom pernafasan akut berat atau *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)*. *Coronavirus* jenis baru yang ditemukan pada manusia sejak kejadian yang luar biasa menjadi sorotan dunia muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019, kemudian diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-COV2)*, dan menyebabkan *Coronavirus Disease-2019 (COVID-19)*.

Seseorang dapat terinfeksi dari penderita *COVID-19*. Penyakit ini dapat menyebar melalui tetesan kecil (droplet) dari hidung atau mulut saat penderita bersin atau batuk. Droplet tersebut kemudian jatuh pada benda disekitar penderita. Kemudian jika orang lain menyentuh benda yang sudah terkontaminasi dengan droplet tersebut, lalu orang tersebut menyentuh bagian segitiga wajah (mata, hidung, dan mulut), maka orang itu dapat terinfeksi *COVID-19*. Inilah sebabnya pada saat ini kita diharuskan untuk dapat menjaga jarak dan menghindari keramaian serta dirumah saja. Usaha pemerintah dalam upaya memutus mata rantai penyebaran *COVID-19* membuat beberapa kebijakan seperti pembatasan sosial berskala besar (PSBB), bekerja dari

rumah (*Work From Home*), serta melakukan kegiatan pendidikan belajar mengajar dirumah (*Study From Home*).

Siklus kehidupan baru dari kebijakan pemerintah sangat dirasakan oleh seluruh rakyat Indonesia selama masa pandemi *COVID-19*, hal itu banyak menuai berbagai pro dan kontra. Para ibu yang bekerja sangat merasakan imbas, dimana dampak dari penyakit ini mengharuskan seorang ibu meluangkan lebih banyak waktu untuk membimbing anaknya melalui pembelajaran jarak jauh, namun disisi lain Ia harus melakukan kewajibannya sebagai seorang pekerja. Hal tersebut menimbulkan potensi konflik peran ganda dimana pada waktu yang bersamaan Ia harus mengerjakan pekerjaannya dan juga harus mengawasi dan membimbing anaknya belajar.

Sesuai dengan kodrat yang di miliki wanita dimana di satu sisi wanita dituntut untuk bertanggung jawab memenuhi kebutuhan suami, mengurus anak serta membina keluarga secara baik agar terjaganya hubungan keharmonisan dalam mempertahankan rumah tangga. Namun, di sisi lain sebagai seorang pekerja mereka dituntut pula untuk bekerja dengan baik sesuai dengan standar oprasional prosedur (SOP) yang telah dibuat oleh suatu perusahaan untuk menampilkan performa para pekerja secara optimal, karena baik buruknya kinerja yang dicapai oleh para pekerja akan berpengaruh pada keberhasilan perusahaan secara keseluruhan.

Dalam hal diatas peran ganda yang dialami oleh pekerja wanita sering menjadi sebuah pemicu potensi dari timbulnya *stress*. Konflik peran ganda adalah bentuk dari konflik antar peran yang mana tekanan peran terjadi akibat pertentangan dari pekerjaan dan keluarga, Kahn dkk (dalam Septiani, 2016). *Stress* yang terjadi di tempat kerja merupakan hasil dari luapan emosi akibat dari kegagalan individu yang merasa tidak dapat memenuhi kesesuaian antara harapan dengan kenyataan yang sedang dialaminya.

Stress sendiri merupakan suatu perasaan tegang terhadap tekanan dan dapat didefinisikan sebagai perbedaan antara kemampuan yang kita punya

dengan tuntutan permintaan untuk menghadapi lingkungan yang harus kita jalani (Adesi, 2016). Sebenarnya *stress* merupakan hal yang wajar yang biasa terjadi pada diri manusia sebagai suatu respon, dan merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari terlebih menghadapi kemajuan pada jaman ini dimana begitu banyak kegiatan dan kesibukan yang memang harus diselesaikan. Biasanya para wanita yang menjadi seorang istri atau seorang ibu cenderung merasa lelah terutama secara psikis karena dalam kondisi harus menjalankan dua peran sekaligus, sehingga sering kali para wanita mengalami gangguan atau masalah yang berhubungan dengan faktor psikologis seperti mengalami *stress* atau depresi.

Dampak dari *stress* yang dialami oleh para wanita yang memiliki peran ganda tidak hanya berdampak pada dirinya sendiri melainkan akan berdampak kepada perusahaan tempat individu tersebut bekerja dan juga kepada kelangsungan keharmonisan dalam rumah tangganya. Karena sebuah keberhasilan perusahaan akan sangat bergantung pada pekerjanya. Dan sebuah keharmonisan keluarga juga sangat bergantung kepada seorang ibu.

Berdasarkan paparan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang penulis merumuskan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara Konflik Peran Ganda Dengan *Stress* Pada Ibu Bekerja Selama Pandemi COVID-19?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan *Stress* Pada Ibu Bekerja Selama Pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini nantinya dapat memberikan manfaat, antara lain adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi serta menambah ilmu pengetahuan tentang konflik peran ganda dan stress pada masa pandemi COVID-19 yang diharapkan dapat memperkaya sumber kepustakaan penelitian ilmu psikologi, sehingga penelitian ini dapat dijadikan sebagai penunjang untuk bahan penelitian yang lebih lanjut.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan informasi bagi pemerintah dalam membuat kebijakan program kerja bagi ibu bekerja, dan juga bagi instansi pekerjaan untuk lebih memperhatikan karyawan dengan cara memberikan program-program kesehatan mental yang dapat meningkatkan motivasi agar dapat mengurangi stress yang sedang dialami oleh para karyawan serta dapat menjadi rekomendasi bagi institusi pendidikan untuk mengakomodasi alternatif program pembelajaran jarak jauh yang lebih memudahkan para ibu bekerja.

E. Sistematika penulisan

Gambaran penulisan yang diajukan dalam penulisan skripsi ini secara singkat terbagi menjadi 5 bab, dimana setiap bab dipaparkan dalam sub-sub bagian sebagai berikut:

Bab I Latar Belakang

Pada bab ini memaparkan tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Tinjauan Pustaka

Pada bab ini penulis akan memaparkan tentang deskripsi teori, definisi *stress*, jenis-jenis *stress*, faktor penyebab terjadinya *stress*, aspek-aspek *stress*, dimensi *stress*, definisi konflik peran ganda, faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda, dimensi konflik peran ganda, hubungan antar variabel, kerangka berpikir dan hipotesis.

Bab III Metode Penelitian

Pada bab ini memaparkan tentang uraian metode penelitian yang digunakan dalam penelitian, populasi dan sampel, dan metode pengumpulan data.

Bab IV Hasil Penelitian

Pada bab ini memaparkan tentang penjelasan mengenai orientasi kancan penelitian, persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian dan hasil analisis penelitian.

Bab V Penutup

Pada bab ini memaparkan tentang pembahasan, kesimpulan, serta saran-saran yang berkaitan dengan hasil penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini penulis akan memaparkan tentang deskripsi teori, definisi *stress*, jenis-jenis *stress*, faktor penyebab terjadinya *stress*, aspek-aspek *stress*, dimensi stres, definisi konflik peran ganda, faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda, dimensi konflik peran ganda, hubungan antar variabel, kerangka berpikir dan hipotesis.

A. Deskripsi Teori

1. Stress

a. Definisi Stress

Stress merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin yaitu *stingere* yang berarti “keras” (*stricus*). Seiring dengan perkembangan dari waktu ke waktu istilah ini mengalami perubahan penelaahan yang berlanjut dari *straise*, *strest*, *stresce*, *stress*. *Stress* merupakan reaksi emosional dan psikologis yang terjadi pada situasi dimana tujuan individu mendapat halangan dan tidak bisa mengatasinya Baron dan Greenberg (dalam Khaira,2014).

Menurut Richards (2010) *stress* pada hakikatnya merujuk pada sebuah kondisi seseorang yang mengalami tuntutan emosi berlebihan dan waktu yang sering dianggap membuatnya sulit memfungsikan secara efektif semua wilayah kehidupan.keadaan seperti ini dapat berakibat depresi, mudah marah, gelisah, kelelahan kronis serta kualitas kerja yang rendah.

Menurut Peace, dkk (2012) memaparkan *stress* sebagai sesuatu yang merujuk pada perubahan, baik positif maupun negatif, dalam lingkungan suatu organisme yang mendapat taggapan dari organisme itu.

Menurut Sarafino dan Smith (2012) mendefinisikan *stress* sebagai kondisi yang disebabkan adanya interaksi antara individu

dengan lingkungan sehingga menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhinya. Seseorang yang tidak bisa memenuhi tuntutan kebutuhan, akan merasakan suatu kondisi ketegangan dalam diri. Ketegangan yang berlangsung dalam jangka waktu lama dan tidak ada penyelesaian, akan berkembang menjadi stres.

National Safety Council (dalam Rahmahidayani, 2012) mendefinisikan *stress* sebagai ketidak mampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik individu tersebut.

Menurut Selye (dalam Supriyatin, 2015) memaparkan *stress* sebagai bagian dari pengalaman manusia sehari-hari yang berhubungan dengan berbagai masalah yang dasarnya berbeda, seperti trauma, dorongan emosional, lelah, sakit, rasa takut, usaha fisik dan mental, kebutuhan untuk berkonsentrasi, frustrasi, atau keadaan lingkungan yang mengganggu.

Menurut Cohen, Kesler, dan Gordon (dalam Supriyatin, 2015) memaparkan bahwa *stress* merupakan tekanan lingkungan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya, sehingga terjadinya perubahan psikologis dan biologis individu.

Berdasarkan definisi *stress* dari pemaparan beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *stress* merupakan tekanan yang dialami seseorang dalam menghadapi sesuatu yang dapat menghambat kinerja serta dapat mempengaruhi keadaan fisik dan psikologis seseorang.

b. Jenis-jenis Stress

Quick dan Quick (dalam Supriyatin, 2015) memaparkan jenis *stress* sebagai berikut:

- 1) *Eustress*, yaitu hasil dari respon terhadap *stress* yang bersifat sehat, positif, dan konstruktif (bersifat membangun. Hal tersebut termasuk kesejahteraan individu, dan juga organisasi yang diasosiasikan dengan pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan dalam beradaptasi, dan tingkat *performance* yang tergolong tinggi.
- 2) *Distress*, yaitu hasil dari respon terhadap *stress* yang bersifat tidak sehat, negatif, dan destruktif (bersifat merusak). Hal tersebut termasuk konsekuensi yang dialami individu dan juga organisasi seperti penyakit kardiovaskular dan tingkat kehadiran yang tinggi, yang diasosiasikan dengan keadaan sakit, penurunan, dan sampai kepada kematian.

c. Faktor-faktor yang Menyebabkan Stress

Menurut Pedak (2009) secara umum membagi faktor-faktor yang dapat menyebabkan *stress* menjadi tiga, yaitu:

1) Stressor Ruhani (Spiritual)

Stressor jenis ini berhubungan dengan kemandirian manusia. Stressor ini timbul karena kecintaan manusia yang mendalam terhadap dirinya sendiri. Hal yang paling membuat dirinya stres adalah ketakutan akan kematian dan rasa cinta terhadap kedudukan, hartadan sesama manusia.

2) Stressor Mental (Psikologi)

Stressor jenis ini berhubungan dengan adanya tekanan yang timbul dari perlakuan orang lain. Tekanan itu akan membuat batin seseorang timbul rasa marah, benci, atau sedih.

3) Stressor Jasmani (Fisikal)

Stressor jenis ini berhubungan dengan faktor nutrisi dan lingkungan. Pola makan yang tidak baik juga bisa menyebabkan

stres. Misalnya stress dapat meningkat akibat mengkonsumsi terlalu banyak kafein, garam, gula, alkohol, serta sedikit mengkonsumsi zat yang bergizi. Sedangkan faktor lingkungan misalnya adanya mikroorganisme, populasi udara, asap rokok, gerakan fisik, temperatur, gangguan dari kebisingan kendaraan dan juga keramaian.

d. Aspek-Aspek Stress

Sarafino dan Smith (2012) memaparkan aspek *stress* menjadi dua, yaitu:

1) Aspek Biologis

Aspek biologis dari *stress* yaitu berupa gejala fisik. Gejala fisik dari *stress* yang biasanya dialami oleh individu antara lain yaitu sakit kepala, gangguan tidur, gangguan produksi keringat berlebih, gangguan makan, gangguan pencernaan, dan gangguan kulit. Disamping itu gejala fisik lain yang timbul juga ditandai dengan otot-otot yang tegang, cemas, gelisah, pernafasan dan jantung tidak teratur, gugup, maag, dan lainnya.

2) Aspek Psikologis

Aspek psikologis *stress* yaitu berupa gejala psikis. Gejala psikis dari *stress*, yaitu:

a) Gejala kognisi (pikiran)

Kondisi *stress* dapat mengganggu proses berpikir individu. Individu yang mengalami *stress* cenderung mengalami gangguan daya ingat, konsentrasi, dan perhatian.

b) Gejala Emosi

Kondisi *stress* dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami *stress* akan menunjukkan gejala mudah marah, merasa sedih, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu dan depresi. Gejala emosi lainnya juga

ditandai dengan perasaan tidak mampu mengatasi masalah, merasa tertekan dan mudah marah, dan merasa ketakutan.

c) Gejala Tingkah laku

Kondisi *stress* dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal. Gejala tingkah laku yang muncul, yaitu sulit bekerja sama, tidak mampu rileks, kehilangan minat, mudah terkejut atau kaget, kebutuhan seks, obat-obatan dan alkohol cenderung meningkat.

3) Gejala perilaku

Gejala *stress* yang berkaitan dengan perilaku mencakup beberapa perubahan, yaitu bermalas-malasan, menghindari pekerjaan, kinerja menurun, kehilangan selera makan, meningkatnya perilaku yang beresiko tinggi, hubungan yang tidak harmonis dengan keluarga serta teman dan lain sebagainya.

e. Dimensi Stress

Cohen, Kamarck, dan Mermelstein (dalam Fajrianty, 2018) membagi dimensi *stress* menjadi tiga yang disebut “*the perceived stress scale*”, yaitu:

1) Perasaan yang tidak terprediksi (*feeling of unpredictability*)

Individu yang tidak mampu memprediksikan peristiwa yang terjadi dalam kehidupannya secara tiba-tiba, maka individu tersebut akan menjadi putus asa dan merasa tidak berdaya.

2) Perasaan yang tidak terkontrol (*feeling of uncontrollability*)

Perasaan yang tidak terkontrol terjadi ketika individu tidak mampu mengendalikan diri dari berbagai tuntutan eksternal termasuk lingkungan sehingga memberikan efek pada perilaku individu yang dijadikan sebagai pengalaman individu.

3) Perasaan Tertekan (*feeling of overloaded*)

Perasaan tertekan ditandai dengan berbagai gejala termasuk perasaan benci, perasaan sedih, harga diri rendah, gejala psikosomatis dan lain sebagainya. Cohen & Williamson (1988) memaparkan bahwa individu dengan perasaan tertekan lebih mungkin untuk mengalami stres dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami perasaan tertekan.

2. Konflik Peran Ganda

a. Definisi Konflik Peran Ganda

Menurut Robbins (dalam Maria, 2014) konflik adalah suatu proses dimana terjadi sebuah pertentangan dari suatu pemikiran yang dirasa akan membawa suatu pengaruh yang negatif. Sedangkan menurut Clito F. Fink (dalam Maria, 2014) memaparkan konflik sebagai relasi-relasi psikologis yang antagonis, berkaitan dengan tujuan yang tidak bisa disesuaikan *interest-interest* eksklusif dan tidak dapat dipertemukan, sikap emosional yang bermusuhan, dan struktur nilai yang berbeda. Serta mendefinisikan konflik sebagai suatu interaksi yang antagonis, mencakup tingkahlaku lahiriah yang tanpa jelas mulai dari bentuk perlawanan halus sampai pada bentuk perlawanan yang sudah tidak terkontrol.

Menurut Greenhause dan Beutell (dalam Aswin, 2016) konflik peran ganda adalah salah satu dari bentuk *interrole conflict* yaitu tekanan dan ketidak seimbangan peran. Antar peran di pekerjaan dengan peran di dalam keluarga. Hal ini biasanya terjadi pada saat individu berusaha untuk memenuhi tuntutan dalam keluarganya atau sebaliknya. Pemenuhan tuntutan peran dalam keluarga dipengaruhi oleh kemampuan dari Individu tersebut dalam memenuhi tuntutan dengan tekanan yang berasal dari beban kerja yang berlebihan dan *deadline* pekerjaan yang harus diselesaikan tepat waktu, sedangkan tuntutan keluarga berhubungan dengan waktu yang dibutuhkan untuk menangani tugas-tugas rumah tangga. Tuntutan keluarga ditentukan oleh sebagian besar keluarga, komposisi keluarga, serta jumlah

anggota keluarga yang memiliki ketergantungan terhadap anggota keluarga lain.

Berdasarkan beberapa definisi konflik peran ganda dari beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa konflik peran ganda adalah suatu bentuk dari tekanan dimana seseorang memiliki lebih dari satu peran yang harus dijalaninya.

b. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Konflik Peran ganda

Menurut Greenhause dan Beutell (dalam Aswin, 2016) penyebab konflik peran ganda dikategorikan menjadi 3, yaitu:

- 1) Permintaan waktu akan peran yang tercampur dengan pengambilan peran yang lain.
- 2) Stres yang muncul dari satu peran akan terbawa kedalam peran lain.
- 3) Kecemasan dan kelelahan yang disebabkan ketegangan dari satu peran dapat mempersulit peran yang lain.

Menurut Stoner dan Charles (dalam Merretih, 2013) memaparkan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda, yaitu:

- 1) *Time Pressure*, semakin banyak waktu yang digunakan untuk bekerja semakin sedikit waktu untuk keluarga.
- 2) *Family Size and Support*, semakin banyak anggota keluarga yang dimiliki maka semakin banyak pula konflik yang muncul, dan semakin banyak dukungan keluarga maka semakin sedikit konflik yang terjadi.
- 3) Kepuasan kerja, semakin tinggi tingkat kepuasan kerja maka konflik yang dirasakan semakin sedikit.
- 4) *Marital and Life Satisfaction*, asumsi bahwa wanita yang bekerja memiliki konsekuensi yang negatif terhadap pernikahannya.

- 5) *Size Of Firm*, yaitu banyaknya pekerjaan dalam suatu perusahaan yang mungkin dapat mempengaruhi konflik peran ganda seseorang.

c. Dimensi Konflik Peran Ganda

Terjadinya perubahan demografi tenaga kerja seperti terjadinya peningkatan jumlah wanita yang bekerja dan pasangan yang keduanya bekerja telah mendorong terjadinya sebuah konflik antara pekerjaan dan kehidupan rumah tangga. Konflik peran ganda bersifat bidirectional dan multidimensi, dimana masing-masing dari tiap bagian atau dimensi sangat berpengaruh anata satu dan lainnya Greenhaus & Beutell (dalam Rosyad, 2017). Multideminsi dari konflik peran ganda memiliki 3 dimensi, yaitu:

- 1) *Time-based conflict*, yaitu konflik yang terjadi akibat dari waktu yang digunakan untuk memenuhi satu peran tidak dapat digunakan untuk memenuhi peran lainnya, yang dapat diartikan pada saat yang bersamaan seseorang yang mengalami konflik peran ganda tidak dapat melakukan dua atau lebih peran sekaligus. Indikator dalam *time-based conflict* yaitu kurangnya atau tidak adanya waktu untuk menjalankan salah satu dari peran dikarenakan peran yang lain, dalam hal ini adalah peran dalam rumah tangga dan peran dalam pekerjaan
- 2) *Strain-based conflict*, yaitu sebuah ketegangan yang dihasilkan oleh salah satu peran yang membuat seseorang sulit untuk menentukan salah satu perannya dikarenakan peran yang lainnya. Sebagai contoh sederhana wanita karir yang sudah menikah akan merasa lebih lelah dibandingkan dengan wanita single dikarenakan wanita yang sudah menikah memiliki dua peran sekaligus, seorang istri yang sudah seharian bekerja merasakan lelah, yang dapat membuatnya sulit untuk duduk dengan nyaman menemani suami dan anaknya serta menyelesaikan pekerjaan rumahnya. Ketegangan

peran inilah yang bisa menimbulkan terjadinya stres, tekanan darah meningkat, cepat marah dan lain sebagainya. Indikator dalam *strain-based conflict* yaitu adanya ketidaksesuaian yang menyebabkan ketegangan dalam menjalankan salah satu peran yang diakibatkan dengan dijalankannya peran yang lain.

- 3) *Behavior-based conflict*, yaitu konflik yang muncul ketika pengharapan dari suatu perilaku yang berbeda dengan pengharapan dari perilaku peran yang lain. Sebagai contoh sederhana, seorang wanita yang merupakan seorang pemimpin di suatu perusahaan mungkin diharapkan untuk agresif dan objektif dalam melakukan pekerjaannya, namun keluarganya memiliki pengharapan lain terhadapnya. Dia berperilaku sesuai dengan yang diharapkan ketika berada di kantor dan ketika berinteraksi dengan keluarganya di rumah dia juga harus berperilaku sesuai dengan yang diharapkan juga. Indikator dalam mengidentifikasi *behavior-based conflict* yaitu adanya ketidaksesuaian pengharapan atas perilaku yang dilakukan pada sebuah peran dengan pengharapan yang ada pada peran yang lain.

d. Konflik Peran Ganda pada Ibu Bekerja

Wanita yang memiliki peran ganda yaitu sebagai ibu rumah tangga dan juga sebagai pekerja retan mengalami konflik peran ganda ketika salah satu dari peran tersebut menuntut lebih atau menuntut lebih banyak perhatian sehingga peran lain akan menjadi terganggu.

Menurut Ware (1996) dalam bukunya dilema wanita antara *industry* rumah tangga dan aktifitas *domestic* yang mengatakan bahwa ada dua alasan pokok yang melatarbelakangi keterlibatan wanita dalam bekerja adalah:

- 1) Keharusan, yaitu dalam artian sebagai sebuah refleksi dari kondisi rumah tangga yang rendah, sehingga melakukan sebuah pekerjaan untuk dapat meningkatkan pendapatan ekonomi rumah tangga, karena dianggap sesuatu yang sangat penting.

- 2) Memilih untuk bekerja sebagai refleksi dari kondisi sosial ekonomi pada tingkat menengah ke atas. Melakukan pekerjaan bukan semata-mata diorientasikan untuk mencari tambahan dana untuk menunjang perekonomian rumah tangga tetapi merupakan salah satu bentuk aktualisasi diri mencari wadah untuk melakukan sosialisasi.

B. Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan Stress

Ibu bekerja dihadapkan oleh berbagai masalah baik dari pekerjaan maupun masalah rumah tangga. Seorang ibu dalam kelompok keluarga merupakan tumpuan harapan bagi setiap anggota keluarga, dimana seorang ibu dituntut untuk dapat menjadi pasangan yang baik bagi suaminya serta dituntut untuk dapat mendidik dan mengayomi setiap anggota keluarga. Semua tuntutan seorang ibu dalam keluarga harus mampu dijalankan agar perannya sebagai seorang ibu rumah tangga dapat berjalan dengan baik.

Menurut Luhans (dalam IWM Yasa, 2017) seseorang akan mengalami konflik peran jika ia memiliki dua tekanan atau lebih yang terjadi secara bersamaan dan jika ia berusaha mematuhi satu diantaranya, maka ia akan mengalami kesulitan.

Berdasarkan penelitian AS Rosyad (2017) ketika terdapat permasalahan dipekerjaan yang tidak dapat terselesaikan maka seorang tersebut cenderung menjadi lebih emosional dan melimpahkan amarahnya pada keluarga begitu pula sebaliknya yang merupakan tanda terjadinya konflik berdasarkan tegangan (*strain based conflict*). Ibu bekerja juga akan memiliki perasaan bersalah akibat tidak dapat mengurus rumah tangga dengan baik dan harus meninggalkan urusan rumah tangga karena harus mengurus pekerjaan.

Menurut Priyono (2009) wanita mengalami stress 30% lebih tinggi dibandingkan dengan pria, pada wanita *stress* dapat muncul akibat proses kewanitaannya secara umum sebagai akibat sampingan dari keadaan dan perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Hal ini sesuai dengan penelitian Nasrani (2015) yang membuktikan bahwa wanita memiliki tingkat *stress* yang lebih tinggi dari pada pria dimana sebanyak 54 responden (38,8%) wanita

mengalami *stress* ringan dan hanya 2 responden (4,9%) pria yang mengalami *stress* ringan. Wanita memiliki karakteristik psikologis yang lebih sensitif sehingga saat salah satu peran tidak berjalan dengan baik sebagaimana mestinya wanita cenderung berpotensi mengalami *stress*.

Adapun beberapa penelitian yang membuktikan mengenai konflik peran ganda dan *stress* yaitu antara lain oleh R Paramitha (2017) memaparkan bahwa dimensi konflik peran ganda berpengaruh positif dan signifikan terhadap *stress* kerja pada wanita bekerja di PT sinar laut Indah Branti Lampung Selatan. Wulandari (2012) membuktikan bahwa hubungan yang terjadi antara konflik peran ganda dengan *stress* kerja karyawan adalah sebuah hubungan positif yang artinya semakin tinggi konflik peran ganda yang dialami oleh karyawan wanita, maka semakin tinggi pula *stress* kerja yang dialami oleh wanita.

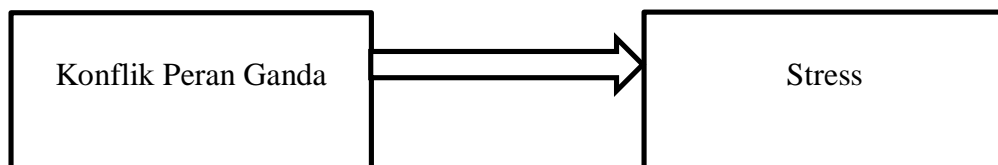
C. Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan Stress pada Ibu Bekerja Selama Pandemi COVID-19

Menurut Judge Dkk (dalam Willyana, 2013) konflik peran individu terjadi ketika pengharapan dalam hal kinerja sehingga salah satu peran menimbulkan kesulitan dalam peran lain. Konflik pekerjaan dan keluarga cenderung dapat menimbulkan *stress* karena ketika urusan pekerjaan mencampuri urusan rumah tangga, tekanan sering kali terjadi pada individu untuk dapat membagi dan menyeimbangkan waktu yang sering dihabiskan dalam melakukan pekerjaan untuk dapat menyediakan lebih banyak waktu untuk keluarga.

Pada saat pandemi COVID-19 sangat berpengaruh sekali terhadap kelangsungan kehidupan semua individu, terlebih lagi bagi seorang ibu bekerja, dimana keadaan saat ini sangat menambah beban sangat dirasakan dampaknya. Karena pada masa pandemi ini mengharuskan seorang ibu untuk bekerja serta melakukan kewajibannya sebagai ibu rumah tangga dalam waktu yang bersamaan. Sebagai seorang pekerja ia dituntut untuk dapat bekerja secara professional, namun disatu sisi Ia harus membantu sang anak untuk

melakukan *study from home* dan menyiapkan kebutuhan suami untuk melakukan *work from home*. Hal tersebutlah yang berpotensi dapat menimbulkan tekanan untuk dapat mengembangkan dua peran sekaligus yang menyebabkan potensi timbulnya *stress*.

D. Kerangka Berpikir



Gambar 1. Skema Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan *Stress*

E. Hipotesis

Hipotesis atau hipotesa penelitian merupakan jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang bersifat praduga karena masih harus dibuktikan kebenarannya, maka berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dapat dirumuskan hipotesa sebagai berikut:

1. Hipotesa Nol (H_0) : Tidak terdapat hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19.
2. Hipotesa Alternatif (H_a) : Terdapat hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini memaparkan tentang uraian pendekatan dan metode penelitian, identifikasi dan operasional variabel yang digunakan dalam penelitian, populasi dan sampel, dan metode pengumpulan data.

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini, Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat *positivism*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan Sugiyono (dalam Khairunisa, 2018). Pendekatan penelitian kuantitatif merupakan suatu pendekatan penelitian yang menghasilkan data berupa angka-angka dan kemudian dianalisis dengan statistik (Sugiyono, 2013).

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi. Penelitian korelasi dirancang guna menentukan tingkat hubungan variabel-variabel yang berada dalam suatu populasi. Penelitian korelasi ini dirancang untuk menentukan besarnya arah hubungan antar variabel yang diteliti, Sevilla (dalam Hairunissa, 2018).

B. Identifikasi dan Operasional Variabel

1. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012).dalam memperoleh suatu data, peneliti

menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (*independent variable*) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat (*dependent variable*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Adapun variabel-variabel dalam penelitian ini yaitu:

- a. Variabel terikat (*dependent variable*): *Stress*
- b. Variabel bebas (*independent variable*): Konflik Peran Ganda

2. Oprasionalisasi Variabel

Menurut Sugiyono (2016:34) oprasionalisasi variabel merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga di peroleh informasi tentang hal tersebut. Oprasionalisasi variabel juga menjelaskan mengenai variabel yang akan diteliti, konsep variabel, indikator, skala pengukuran dan kuesioner yang akan dipahami dalam penelitian. Oprasionalisasi dalam penelitian ini yaitu:

- a. *Stress*

Stress merupakan ketidak mampuan seseorang mengatasi sebuah ancaman yang dihadapi oleh fisik, mental, serta emosional manusia, yang sewaktu-waktu dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *stress* adalah adaptasi dari alat ukur *The Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dirancang oleh Cohen (1988). Skala ini terdiri dari 10 item yang disusun berdasarkan dimensi dari stres yaitu perasaan yang tidak terprediksi (*feeling of unpredictability*), perasaan yang tidak terkontrol (*feeling of uncontrollability*), dan perasaan tertekan (*feeling of overloaded*)

b. Konflik Peran Ganda

Konflik peran ganda adalah kondisi yang dirasakan individu akibat ketidak seimbangan antara peran yang satu dengan peran yang lainnya, yang diukur menggunakan *Multidimensional Scale* yang disusun oleh Carlson, Kacmar and Williams (2000). Pengukuran konflik peran ganda dilakukan dengan memperhatikan dimensi dari konflik peran ganda yaitu *time based conflict*, *strain based conflict*, dan *behavior based conflict*.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Sugiyono (2012) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja selama pandemi COVID-19.

2. Sampel

Sugiyono (2012) mendefinisikan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dalam penelitian ini adalah 130 orang ibu bekerja karena itu sudah lebih dari cukup dari jumlah sampel dalam penelitian kuantitatif. Menurut Roscoe(1975) jika sampel dipecah ke dalam subsample, ukuran sampel minimum 30. Berdasarkan kajian diatas maka ada beberapa karakteristik yang harus dimiliki oleh setiap sampel, yaitu:

- a. Berada diusia 20-40 tahun.
- b. Memiliki status ibu bekerja.
- c. Sudah bekerja minimal 1 tahun.
- d. Memiliki anak yang bersekolah dalam rentan usia 5-12 tahun.
- e. Berdomisili di JABODETABEK.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan instrumen penelitian yang berupa skala pengukuran yang berisikan beberapa aitem yang mewakili variabel bebas (konflik peran ganda) dan variabel terikat (*stress*) Sugiyono, 2010.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala likert dengan lima alternatif jawaban. Yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Perceived Stress Scale* dan *Multidimensional Scale* dengan menggunakan model skala likert. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian dari indikator tersebut dijadikan titik tolak ukur dalam menyusun instrumen yang berupa pernyataan.

Butir-butir yang berada dalam skala dibagi menjadi dua macam, yaitu kelompok pernyataan mendukung (*favorable*) dan kelompok pernyataan tidak mendukung (*unfavorable*) Sugiyono (2013). Sistem penilaian atau skor dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1
Sistem Penilaian Skala Likert Konflik Peran Ganda

Jawaban	Pernyataan	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4

Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5
---------------------------	---	---

Tabel 2
Sistem Penilaian Skala Likert Stress

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Tidak pernah	1	5
Hampir tidak pernah	2	4
Kadang-kadang	3	3
Sering	4	2
Sangat sering	5	1

2. Instrumen Penelitian

Menurut Sugiyono (2011) instrumen penelitian adalah suatu alat yang dipergunakan untuk mengukur suatu fenomena alam maupun sosial yang diamati. Karena pada dasarnya dalam setiap penelitian akan melakukan sebuah pengukuran, maka dari itu harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasa disebut dengan instrumen penelitian. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini menggunakan duabuaah skala, yaitu:

a. Skala Stress

Alat ukur variabel *stress* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang dibuat oleh Sheldon Cohen (1994). Alat ukur ini terdiri dari 10 item dan disusun dengan menggunakan skala likert. Alternatif pilihan jawaban menggunakan nilai interval dari rentan 1 sampai 5. *Perceived Stress Scale* mencakup sejumlah pernyataan langsung tentang tingkat persepsi terhadap stress yang dialami saat ini. Pernyataan bersifat umum dan menyatakan tentang perasaan serta pikiran mereka selama sebulan terakhir.

Table 3
Blue Print Skala Stress

Dimensi	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Unpredictable</i>	1,6	4,5	4
<i>Uncontrollable</i>	2,10	7,8	4
<i>Pressure</i>	3,9	-	2
Jumlah	6	4	10

b. Skala Konflik peran Ganda

Alat ukur variabel konflik peran ganda yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur skala *multidimensional* yang dibentuk oleh Carlson, Kachmar, dan Williams (2000). Alat ukur ini terdiri dari 18 pertanyaan yang dibagi ke dalam tiga dimensi, yaitu *time based conflict*, *strain based conflict*, dan *behavior based conflict*. Semua item dalam skala ini merupakan *favorable*.

Tabel 4
Blue Print Skala Konflik Peran Ganda

Dimensi	Indikator	No.Aitem
<i>Time-based conflict</i>	Kurangnya waktu untuk menjalankan masing-masing peran	1,12
	Salah satu peran mengganggu aktivitas lain	2,3,10,11
	Kelelahan menjalankan satu peran karena peran lain	4
<i>Strain based conflict</i>	Ketidakstabilan emosi pada satu peran kerana peran lain	5,6,14
	Membawa masalah pada satu peran ke peran lain	13,15
<i>Behavior-based</i>	Pemecahan masalah tidak sesuai	7,18

<i>conflict</i>	
Pola perilaku masing-masing peran tidak sesuai	8,9,16,17

Selanjutnya untuk menginterpretasikan responden, peneliti menentukan lima kategori jawabanyaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

E. Metode Analisa Instrumen

Tujuan dilakukannya analisis instrumen ialah untuk mengetahui kualitas aitem alat ukur yang tepat agar dapat digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian oleh karena itu dilakukan pengujian uji daya beda aitem, validitas (kesahihan) dan reliabilitas (keandalan) terlebih dahulu sebelum digunakan.

1. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui aitem-aitem yang gugur. Uji daya beda aitem yang diperoleh berdasarkan perhitungan kemudian dibandingkan dengan klasifikasi indeks daya beda aitem untuk menemukan hasil yang menjadi landasan dari perakitan alat ukur.

Tabel 5

Klasifikasi Indeks Daya Beda Aitem

Skor	Klasifikasi
>0,400	Sangat Bagus
0,300-0,3,99	Bagus
0,250-0,259	Cukup Bagus
0,200-0,249	Agak Bagus
<0,200	Jelek
-(minus)	Sangat Jelek

2. Validitas Alat Ukur

Menurut Azwar (2015) validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur dalam melakukan fungsi ukurnya. alat tes dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukur secara tepat atau memberikan ketelitian sehingga dapat menunjukkan gejala yang akan diukur dengan sebenar-benarnya.

Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Confirmatory Factor Analysis* (CFA). CFA adalah metode yang digunakan untuk menguji seberapa baik variabel yang diukur dapat mewakili construct atau faktor yang terbentuk sebelumnya. Dan untuk mencari validitas aitem peneliti menggunakan metode analisis faktor yang dibantu dengan menggunakan program SPSS versi 20.00 *for windows*.

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah sejauh mana alat tes tersebut dapat dipercaya mampu memberikan pengukuran yang sesuai dengan apa yang telah diukur, apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terdapat kelompok subjek yang sama maka hasil yang diperoleh relatif sama selama aspek dalam diri yang diukur masih belum berubah (Azwar, 2013).

Dalam penelitian ini analisis skala menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan bentuk bantuan program SPSS versi 20.0 *for windows*. Reliabilitas yang diperoleh berdasarkan perhitungan kemudian dibandingkan dengan kaidah uji reliabilitas untuk menemukan status reliabilitas.

Tabel 6
Kaidah Reliabilitas Guilford

Kriteria	Koefisien Reliabilitas
Sangat Reliabel	>0,9
Reliabel	0,7-0,9
Cukup Reliabel	0,4-0,7
Kurang Reliabel	0,2-0,4
Tidak Reliabel	<0,2

Guilford dan Frutcher (dalam Muhammad Gilang Farhan, 2016)

F. Uji Coba Alat Ukur

Pada penelitian ini menggunakan uji coba terpakai. Alat-alat pengukuran tersebut meliputi skala konflik peran ganda dan skala *stress*. Jumlah subjek yang diuji cobakan sebanyak 30 orang. Uji coba dilakukan pada tanggal 11 September 2020.

G. Hasil Uji Coba Instrumen

A. Uji Daya Beda Aitem

Berikut ini disajikan hasil uji daya beda aitem untuk menentukan aitem mana saja yang memiliki daya beda aitem tinggi dari dua skala yang digunakan dalam penelitian ini dengan cara melihat nilai *corrected item total correlational* yang dilakukan dengan bantuan SPSS versi 20.00 *for windows* dapat dilihat pada tabel berikut:

a. Skala Stress

Dalam uji beda aitem skala *stress*, yang berjumlah 10 aitem dinyatakan terpakai dan hanya satu aitem yang gugur. Adapun keterangannya sebagai berikut:

Tabel 7
Blue Print Skala Stress Setelah Uji Coba

Dimensi	Favorable	Unfavorable	Jumlah
<i>Unpredictable</i>	*1,6	4,5	4
<i>Uncontrollable</i>	2,10	7,8	4
<i>Pressure</i>	3,9		2
Jumlah	6	4	10

(*) Aitem gugur

b. Skala Konflik Peran Ganda

Dalam uji daya beda aitem skala konflik peran ganda, yang berjumlah 18 aitem dinyatakan seluruh aitem terpakai dan tidak ada yang gugur. Adapun keterangannya sebagai berikut:

Tabel 8
Blue Print Skala Konflik Peran Ganda Setelah Uji Coba

Dimensi	Indikator	No.Aitem
<i>Time-based conflict</i>	Kurangnya waktu untuk menjalankan masing-masing peran	1,12
	Salah satu peran mengganggu aktivitas lain	2,3,10,11
	Kelelahan menjalankan satu peran karena peran lain	4
<i>Strain based conflict</i>	Ketidakstabilan emosi pada satu peran kerana peran lain	5,6,14
	Membawa masalah pada satu peran ke peran lain	13,15
<i>Behavior-based conflict</i>	Pemecahan masalah tidak sesuai	7,18
	Pola perilaku masing-masing peran tidak sesuai	8,9,16,17

B. Uji Validitas

Setelah melewati uji daya beda aitem, maka selanjutnya aitem-aitem yang bertahan akan diuji validitasnya. Uji validitas item digunakan untuk mengetahui ketepatan skala tersebut dalam mengukur apa yang hendak diukur.

Dalam penelitian ini, uji validitas menggunakan validitas konstruk dengan metode *Confirmatory Factor Analysis* dibantu dengan program SPSS versi 20.0 *for windows*. Hasil yang diperoleh dari uji validitas adalah sebagai berikut:

a. Konflik Peran Ganda

Tabel 9
Component Matrix

Aitem	Component
X1	.561
X2	.788
X3	.678
X4	.805
X5	.634
X6	.537
X7	.740
X8	.632
X9	.607
X10	.672
X11	.546
X12	.628
X13	.422
X14	.416
X15	.757
X16	.663
X17	.654

X18	.667
-----	------

Berdasarkan hasil diatas dari delapan belas aitem skala konflik peran ganda dapat disimpulkan bahwa semua hasil menunjukkan diatas 0,4 dimana nilai tersebut dapat dinyatakan valid.

b. Stress

Tabel 10
Component Matrix

Aitem	Component
Y1	-.585
Y2	.778
Y3	.817
Y4	.569
Y5	.752
Y6	.610
Y7	.698
Y8	.455
Y9	.659
Y10	.511

Berdasarkan hasil diatas dari sepuluh aitem skala *stress* dapat disimpulkan bahwa terdapat sembilan aitem valid dan 1 aitem tidak valid karena nilai Y1 sebesar -.585. Nilai tersebut dibawah *cut-off value* yang disarankan (minimal 0,4).

C. Uji Reliabilitas

Berdasarkan uji reliabilitas yang dimodifikasi pada masing-masing skala, maka didapat nilai koefisien asli *cronbach's alpha* dari skala *stress* sebesar 0,718 Dengan jumlah aitem 10. Sedangkan nilai koefisien *cronbach's alpha* dari skala konflik peran ganda sebesar 0,910 dengan jumlah 18 aitem.

Tabel 11
Reliabilitas Skala Stress dan Konflik Peran Ganda

Skala	Koefisien Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
Stress	0,718	10
Konflik Peran Ganda	0,910	18

Pengujian reliabilitas diatas menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* dari skala *stress* sebesar 0,718 di mana nilai tersebut dapat dinyatakan reliabel. Kemudian untuk skala konflik peran ganda menunjukkan nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,910 artinya skala tersebut sangat reliabel digunakan sebagai alat ukur.

H. Metode Analisis Data

Menurut Sugiyono (2003) Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk melihat apakah terdapat hubungan antara variabel bebas (IV) yaitu konflik peran ganda dengan variabel terikat (DV) yaitu *stress*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Bivariate Correlation* dari rumus *Product Moment Karl Pearson* karena adanya data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data interval.

Skala interval adalah ukuran yang menunjukkan adanya jarak antara dua gejala atau lebih sehingga dapat diketahui perbedaan nilai skornya. Untuk mendapatkan gambaran nilai korelasi yang kemungkinan dapat peneliti lihat apakah terdapat hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* kerja pada ibu yang bekerja selama pandemi COVID-19,

akan dihitung menggunakan perhitungan SPSS *version 20.0 for windows*.

Sebelum analisis data dilakukan, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau prasyarat yang meliputi uji normalitas. Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah seluruh data variabel bebas maupun variabel terikat terdistribusi secara normal atau tidak. Untuk pengujian normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirov Test* dengan bantuan SPSS *version 20.0 for windows* dan menggunakan taraf signifikansi lebih kecil dari 0,05. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (Sig. > 0,05) maka artinya data terdistribusi secara normal. Sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05) maka artinya data tidak terdistribusi normal (Azwar, 2011).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini memaparkan tentang penjelasan mengenai orientasi kancah, persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, dan hasil analisis penelitian.

A. Orientasi Kancah Penelitian

Secara umum sosial ekonomi diperkotaan lebih tinggi dibandingkan dengan di desa, masyarakat yang hidup di kota selalu dituntut untuk bersaing. Berbagai persaingan itu lah yang membuat biaya hidup di kota menjadi lebih tinggi jika dibandingkan dengan di desa. Hal ini lah yang menjadi salah satu alasan para istri bekerja agar dapat membantu suami menambah penghasilan untuk memenuhi kebutuhan biaya hidup yang cukup tinggi.

Menurut badan perencanaan pembangunan nasional (BAPPENAS) JABODETABEK merupakan merupakan konsentrasi utama kawasan perkotaan di Indonesia dengan berbagai permasalahan, dimana pada saat ini sekitar 20 juta penduduk perkotaan (kira-kira merupakan 20% dari jumlah penduduk perkotaan di Indonesia) berada dikawasan itu.

Menurut pengamat psikologi sosial dan budaya dari Universitas Indonesia Endang Mariani Rahayu, tingkat *stress* warga di kota besar terutama kaum ibu terus meningkat setiap tahunnya. lebih parah, ibu akan menderita depresi akibat beratnya tekanan hidup. Berdasarkan survey tahun 2012 yang dilakukan oleh WHO, di Indonesia kasus bunuh diri adalah 3,71 per 100 ribu penduduk rata-rata regional 17,1 per 100 ribu kasus bunuh diri setiap tahunnya atau satu orang per jam.

B. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian diawali dengan mengubah skala alat ukur ke dalam bentuk *google form*, dan mendata beberapa link yang berpotensi sesuai dengan subjek penelitian kemudian menyebar *google form* melalui media sosial.

C. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dimulai dari tanggal 11 september 2020 hingga 09 oktober 2020. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala yang disusun melalui media *google form*. Selama periode pengambilan data tersebut peneliti mendapatkan 131 responden namun terdapat beberapa responden yang tidak memenuhi kriteria sehingga harus dihilangkan dari data tersebut. Total responden dalam penelitian ini adalah 130 responden. Responden mengisi kuesioner menggunakan aplikasi *google form*, yaitu pengisian kuesioner secara *online*.

Peneliti membagikan *link* kuesioner melalui media Instagram, Twitter, Line, dan Whatsapp. Dilengkapi dengan informasi tentang kriteria yang diperbolehkan untuk mengisi kuesioner. Data yang didapat langsung tersimpan secara otomatis karena berbasis online. Peneliti mengunduh data hasil dari pengisian kuesioner dan selanjutnya dilakukan uji statistik dengan aplikasi IBM SPSS *Statistic version 20.0 for windows*. Penelitian ini menggunakan *try out* terpakai yang artinya data yang diperbolehkan dengan sekali *try out* dalam penyebaran skala sekaligus sebagai data dalam penelitian, hal ini dilakukan untuk efisiensi biaya, waktu dan tenaga.

D. Analisis Data Penelitian

1. Deskripsi frekuensi subjek

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah seorang ibu bekerja selama pandemi COVID-19, yang berada diusia 20-40 tahun, memiliki anak yang bersekolah dalam rentan usia 5-12 tahun

dan berdomisili di JABODETABEK. Adapun deskripsi subjek adalah sebagai berikut:

a. Usia Subjek Penelitian

Table 12
Usia Subjek Penelitian

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	20-25 tahun	12	9,2%
2	26-30 tahun	32	24,6%
3	31-35 tahun	64	49,3%
4	36-40 tahun	22	16,9%
		130	100%

Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar berada dalam rentan usia 31-35 tahun dengan persentase 49,3% sebanyak 64 partisipan.

b. Jenis Pekerjaan

Tabel 13
Jenis Pekerjaan

No	Jenis Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1	BUMN	8	6,2%
2	Swasta	61	46,9%
3	Wiraswasta	38	29,3%
4	Lain-lain	23	17,6%

5.	Total	130	100%
----	-------	-----	------

Berdasarkan hasil tersebut, dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar berjenis pekerjaan Swasta dengan persentase 46,9% sebanyak 61 partisipan.

c. Jumlah Anak

Tabel 14
Jumlah Anak

No	Jumlah Anak	Frekuensi	Persentase
1	1 anak	56	43,1%
2	2 anak	62	47,7%
3	3 anak	12	9,2%
	Total	130	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar memiliki 2 anak dengan persentase 47,7% sebanyak 62 partisipan.

d. Jumlah Anak yang bersekolah

Tabel 15
Jumlah Anak yang bersekolah

No	Jumlah Anak yang Bersekolah	Frekuensi	Persentase
1	1 anak	90	69,3%
2	2 anak	36	27,6%

3	3 anak	4	3,1%
Total		130	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar memiliki 1 anak yang bersekolah dengan persentase 69,3% sebanyak 90 partisipan.

e. Usia Anak yang Bersekolah

Tabel 16

Usia Anak yang Bersekolah

No	Usia Anak yang Bersekolah	Frekuensi	Persentase
1	5-6 tahun	38	29,2%
2	7-8 tahun	52	40%
3	9-10 tahun	38	29,2%
4	11-12 tahun	2	1,6%
Total		130	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar memiliki anak yang bersekolah dalam rentan usia 7-8 tahun dengan persentase 40% sebanyak 52 partisipan.

f. Kegiatan pembelajaran Online Selama Pandemi

Tabel 17

Kegiatan pembelajaran Online Selama Pandemi

No	Penggunaan Jasa	Frekuensi	Persentase
1	Mengurus Sendiri	82	63,1%
2	Menggunakan Jasa ART	32	24,6%
3	Menggunakan Jasa Guru Privat	12	9,2%
4	Lain-lain	4	3,1%
	Total	130	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar mengurus sendiri kegiatan anak dalam pembelajaran online dengan persentase 63,1% sebanyak 82 partisipan.

g. Domisili

Tabel 18
Domisili

No	Domisili	Frekuensi	Persentase
1	Jakarta Selatan	48	36,9%
2	Jakarta Utara	4	3,1%
3	Jakarta Timur	21	16,2%
4	Jakarta Barat	4	3,1%
5.	Jakarta Pusat	1	0,7%
6	BODETABEK	52	40%
	Total	130	100%

Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar subjek berdomisili di BODETABEK dengan persentase 40% sebanyak 52 partisipan.

2. Deskripsi Data Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti akan memberikan gambaran konflik peran ganda dan stres yang dilihat dari mean, nilai minimum, dan nilai maksimum pada subjek yang telah mengisi kuesioner yang telah diberikan. Kategorisasi dilakukan untuk menempatkan subjek penelitian kedalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2015).

Tabel 19
Deskriptif Statistik

	Konflik Peran Ganda	Stres
Nilai Minimum	18	9
Nilai Maksimum	90	45
Range	72	36
Mean	54	27
Std. Deviation	12	6

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai mean pada variabel konflik peran ganda sebesar 54 ($SD = 12$) dan variabel stress sebesar 27 ($SD = 6$). Variabel konflik peran ganda memiliki nilai minimum sebesar 18 dan variabel stress memiliki nilai minimum sebesar 9. Selanjutnya nilai maksimum konflik peran ganda sebesar 90 dan nilai maksimum stress sebesar 45.

Rumus kategorisasi menurut Azwar (2012) adalah sebagai berikut:

Tabel 20
Rumus Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < \text{Mean} - \text{SD}$
Sedang	$\text{Mean} - \text{SD} \leq X \leq \text{Mean} + \text{SD}$
Tinggi	$X > \text{Mean} + \text{SD}$

a. Kategorisasi Konflik Peran Ganda

Dari hasil data yang sudah didapatkan, kategorisasi konflik peran ganda memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 21
Kategorisasi Konflik Peran Ganda

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 42$	24	18,5%
Sedang	$42 \leq X \leq 66$	101	77,7%
Tinggi	$X > 66$	5	3,8%
Total		130	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 24 orang dengan persentase 18,5% berada dikategori rendah, sebanyak 101 orang dengan persentase 77,7% berada dikategori sedang, dan sebanyak 5 orang dalam kategori 3,8% berada dalam kategori tinggi.

b. Kategorisasi Stress

Dari hasil data yang sudah didapatkan, kategorisasi *stress* memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 22
Kategorisasi Stress

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 21$	28	21,5%
Sedang	$21 \leq X \leq 33$	96	73,8%
Tinggi	$X > 33$	6	4,6%
Total		130	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa terdapat sebanyak 28 orang dengan persentase 21,5% berada dikategori rendah, sebanyak 96 orang dengan persentase 73,8% berada dikategori sedang, dan sebanyak 6 orang dalam kategori 4,6% berada dalam kategori tinggi.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas perlu dilakukan untuk mengetahui apakah data berasal dari populasi berdistribusi atau tidak normal (Widiyanto, 2013). Uji normalitas yang dilakukan peneliti dalam hal ini menggunakan uji *komogorov-smirnov*. Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 (sig. > 0,05) maka artinya data terdistribusi secara normal. Sedangkan apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 (sig. < 0,05) maka artinya data tidak terdistribusi normal.

Berikut adalah hasil uji normalitas yang dilakukan peneliti:

Tabel 23***One-Sample Kolmogorov-Sminov Test***

Konflik Peran Ganda	Stress
.183	.056

Hasil uji normalitas variabel konflik peran ganda memperoleh nilai signifikan yaitu 0,183 menunjukkan sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal dan variabel *stress* memperoleh nilai signifikan yaitu 0,056 menunjukkan juga sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa konflik peran ganda dan stres berdistribusi normal.

4. Uji Korelasi

Setelah melakukan uji normalitas pada data hasil penelitian maka akan dilakukan uji korelasi dengan menggunakan pendekatan statistika analisis korelasi. Analisis korelasi digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih (Widiyanto, 2013).

Berikut adalah hasil uji normalitas yang dilakukan peneliti:

Tabel 24***Correlations***

Konflik Peran Ganda	Stress
.587	.587

Dari data diatas hasil analisa diperoleh bahwa besarnya koefisien kerelasi *product moment pearson* antar konflik peran ganda dengan *stress* diperoleh $r=0,587$ dengan nilai yaitu 0,000

($p < 0,05$), maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19

5. Uji Hipotesis

Dengan demikian maka hipotesis null menyatakan tidak adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19 ditolak dan hipotesis alternatif yaitu adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi konflik peran ganda maka semakin tinggi *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19, sebaliknya semakin rendah konflik peran ganda semakin rendah pula *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19.

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini memaparkan tentang pembahasan, kesimpulan, serta saran-saran yang berkaitan dengan hasil penelitian.

A. Pembahasan

Penelitian ini membahas mengenai hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19. Berdasarkan analisis data yang dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konflik peran ganda dan *stress* dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,587 dengan nilai p yaitu 0,000 ($p < 0,05$). Artinya semakin tinggi konflik peran ganda semakin tinggi *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19, sebaliknya semakin rendah konflik peran ganda semakin rendah pula *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19.

Peran individu sebagai seorang pekerja dan peran sebagai ibu rumah tangga merupakan dua peran yang harus dijalani secara seimbang dalam waktu yang bersamaan bukanlah hal yang mudah. Kegagalan dalam satu peran dapat menimbulkan konflik peran ganda. Konflik peran ganda yang disebabkan oleh tanggung jawab pekerjaan yang dapat mengurangi keterlibatan individu dalam melaksanakan tanggung jawab sebagai anggota keluarga sehingga dapat berakibat pada penurunan produktivitas dalam bekerja Greenhaus dkk (2012).

Dari keseluruhan subjek dalam penelitian ini sebagian besar berjenis pekerjaan Swasta dengan persentase 46,9% yaitu sebanyak 61 partisipan. Jam kerja bagi para pekerja di sektor swasta diatur dalam Undang-Undang No 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, khususnya pasal 77 ayat 1, UU No 13 /2003 mewajibkan setiap pengusaha untuk melaksanakan ketentuan jam kerja. Ketentuan jam kerja ini telah diatur dalam dua system yaitu 7 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam

1 minggu untuk 6 hari kerja atau 8 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu. Sesuai dengan hal tersebut waktu bekerja dengan waktu pembelajaran jarak harus dilakukan dihari dan waktu yang bersamaan, sehingga terjadi ketidak mampuan mengendalikan diri dari tuntutan eksternal termasuk lingkungan yang menimbulkan tanda terjadinya *stress* berdasarkan dimensi perasaan yang tidak terkontrol (*feeling of uncontrollability*).

Berdasarkan hasil analisis data serta pengujian hipotesis pada bab sebelumnya dapat dilihat bahwa dari total keseluruhan subjek penelitian, sebagian besar mengurus sendiri kegiatan anak dengan persentase 63,1% sebanyak 82 partisipan. Hal ini sesuai dengan dimensi dari konflik peran ganda yaitu *time-based conflict* dimana konflik yang dialami terjadi dari waktu yang digunakan untuk mengurus kegiatan pembelajaran jarak jauh tanpa menggunakan jasa ART atau guru privat sehingga dapat diartikan pada saat yang bersamaan ibu bekerja mengalami konflik peran ganda karena tidak dapat melakukan dua peran sekaligus. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Putri & Sudhana (2013) kelompok ibu yang menggunakan pembantu rumah tangga memiliki tingkat stress yang cenderung lebih rendah dibandingkan dengan kelompok ibu yang tidak menggunakan jasa pembantu rumah tangga dalam menyelesaikan pekerjaan rumah.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa hipotesis null yaitu tidak adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19 ditolak dan hipotesis alternatif yaitu adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19 diterima

B. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis null yaitu tidak adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama

pandemi COVID-19 ditolak dan hipotesis alternatif yaitu adanya hubungan antara konflik peran ganda dengan *stress* pada ibu bekerja selama pandemi COVID-19 diterima.

C. Saran

Berdasarkan penulisan dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak sekali kekurangan didalamnya. Untuk itu ada beberapa saran untuk pertimbangan dan juga penyempurnaan penelitian selanjutnya yang terkait dengan penelitian yang serupa yaitu:

1. Saran Teoritis

Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan yaitu konflik peran ganda dan *stress*, sedangkan subjek pada penelitian ini adalah ibu yang bekerja selama pandemi COVID-19.

- a. Bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian serupa, ada baiknya menambah variabel lain seperti variabel dukungan sosial.
- b. Peneliti juga dapat mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi kedua variabel seperti peran ganda dilihat dari perspektif suami lalu dibandingkan dengan perspektif istri dan dilihat perbedaannya.
- c. Untuk memperkaya hasil penelitian selanjutnya dapat digunakan dengan menambahkan metode kualitatif agar memperoleh informasi yang lebih dalam.

2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan dapat menjadi sumbangan informasi bagi pemerintah dalam membuat kebijakan program kerja bagi ibu bekerja, dan juga bagi instansi pekerjaan untuk lebih memperhatikan karyawan dengan cara memberikan program-program kesehatan mental yang dapat meningkatkan motivasi agar dapat mengurangi stress yang sedang dialami oleh para karyawan serta dapat menjadi rekomendasi bagi institusi pendidikan untuk mengakomodasi

alternatif program pembelajaran jarak jauh yang lebih memudahkan para ibu bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhamda, S. (2018). *Buku Ajar Metlit dan Statistik*. Deepublish.
- Aswin, I. G. A. (2016). Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan Psychological Well Being pada Ibu yang Bekerja sebagai Kowad.
- Azwar, Saifuddin. (2015). *Metode Penelitian*. Yokyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajrianty, L. N. (2018). Kepemimpinan Autentik, Modal Psikologis, dan Stres pada Karyawan.
- Fita, Ella Dona. (2017). *Hubungan Konflik Peran Ganda dengan Stress Kerja terhadap Perawat Wanita pada RSUD. A. Wahab Sjahranie Samarinda*. Ejournal, 5(2), 364-352.
- HIDAYATNO, T. W. (2019) Hubungan Regulasi Diri Dan Iklim Organisasi Dengan Konflik Peran Pada Pengurus Inti Dewan Eksekutif Mahasiswa (DEMA) Fakultas Se-UIN SUSKA RIAU
- Hairunissa, Dwi Putri. (2018). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Motivasi Untuk Sembuh Pada Pengguna Narkoba Yang Menjalani Rehabilitas*. Universitas Tama Jagakarsa.
- Kuswanti, A., Muqsith, M. A., Zainal, A. G., & Oktarina, S. (2020). Manajemen Komunikasi Keluarga Saat Pandemi COVID-19. *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(8), 707-722.
- Maria, A. (2014). *PROBLEM-FOCUSED COPING DENGAN KONFLIK PERAN GANDA WANITA PNS* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Sarif Kasim Riau).
- Maroufizadeh, S., Foroudifard, F., Navid, B., Ezabadi, Z., Sobati, B., & Omani-Samani, R. (2018). The Perceived Stress Scale (PSS-10) pada wanita yang mengalami infertilitas: Sebuah studi reliabilitas dan validitas. *Jurnal Masyarakat Kesuburan Timur Tengah* , 23 (4), 456-459.

PARAMITHA, R. (2017). PENGARUH DIMENSI KONFLIK PERAN GANDA TERHADAP STRES KERJA PADA WANITA BEKERJA DI PT SINAR LAUT INDAH BRANTI LAMPUNG SELATAN.

Pedak, M. (2009). *Metode supernol menaklukkan stres*. Hikmah.

PUTRI, A. M. (2020) HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SESAMA REKAN DENGAN STRES AKADEMIK PADA SISWA PENERBANG.

Rahmawati, S. W. (2013). Pengambilan Keputusan Seorang Istri Dalam Pernikahan Poligami. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 1(2), 163-176.

RATNAWATI, A. D. (2015). *GAMBARAN MANAJEMEN STRES PADA PASIEN KANKER PAYUDARA YANG SEDANG MENJALANI PENGOBATAN KEMOTERAPI DI KABUPATEN KEBUMEN* (Doctoral dissertation, STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG).

Rosyad, A. S., & Santoso, A. (2017). *Hubungan konflik peran ganda (work family conflict) terhadap stres kerja perawat wanita di ruang rawat inap, intensive care dan IGD RSUD Tugurejo Semarang* (Doctoral dissertation, Faculty of Medicine).

Rosyad, Alfi Sabella. (2017). *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda (Work Family Conflict) Terhadap Stres Kerja Perawat Wanita Di Ruang Rawat Inap, Intensive Care dan IGD RSUD Tugurejo Semarang*. Universitas Diponegoro.

Ruslina. (2014). *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda dengan Stres Kerja pada Wanita Bekerja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Septiani, Keyko Asri. (2016). *Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Wanita*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

- SETYONINGRUM, Y., & Christiana, E. (2019). TEKNIK EXPRESSIVE WRITING UNTUK MENGURANGI STRES AKADEMIK PADA SISWA KELAS VIII. *Jurnal BK UNESA*, 10(2).
- Supriyatin, N. *Pengaruh stres, tekanan teman sebaya, dan self control terhadap perilaku penyalahgunaan obat tanpa resep pada anak jalanan di Jakarta Barat* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Psikologi, 2015).
- Widyasrini, J. U. S., & Lestari, S. (2016). *Konflik Peran Ganda, Coping Stress Dan Dukungan Sosial Sebagai Prediktor Kesejahteraan Hidup Pada Perawat* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Willyana, Aan Budhi. (2013). *Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial Terhadap Kinerja Perawat Wanita Dengan Stes Kerja Sebagai Variabel Intervening*. Universitas Terbuka Medan.
- Wulandari. (2012). *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda dengan Stres Kerja Karyawan Wanita Dipusat Administrasi Universitas Indonesia*. Universitas Indonesia.
- Wulandari Desi, Dwiyanti Retno. (2014). *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan stres kerja Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah*. *Jurnal Nasional*, 12, 2.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA DIRI

Nama : Lintang Mercury
Tempat/Tgl.Lahir : Bogor, 19 agustus 1998
Kebangsaan : Indonesia
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jalan mulya raya taman induk RT004/011 No. 28
Kecamatan Cipayung Kelurahan Cipayung Kota Depok.

PENDIDIKAN FORMAL

SD : SDN Pondok Terong III (2004-2010)
SLTP : MTS NEGERI Cimanggis (2010-2013)
SMA : SMK Arrahman (2013-2016)
Perguruan Tinggi : Psikologi S-1 Universitas Tama Jagakarsa dari tahun 2016 - sampai dengan sekarang.

PENGALAMAN PEKERJAAN

- Mako Korps Brimob Polri (2015)
- Quality Consulting Firm (2018-2020)
- Psiko Fajar Elmaureen (2019)

Demikian daftar riwayat hidup ini dibuat dengan sebenarnya.

Jakarta, 04 Desember 2020

Yang membuat,



(Lintang Mercury)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lintang Mercury

Tempat/Tanggal Lahir : Bogor, 19 Agustus 1998

NPM : 16700048

Program Studi : Psikologi (S-1)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa keaslian isi skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Apabila dikemudian hari ternyata yang saya susun tidak asli, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan Ijazah Sarjana Strata Satu dari Universitas Tama Jagakarsa.

Jakarta, 04 Desember 2020

Yang Menyatakan,



(Lintang Mercury)

LAMPIRAN A

1. Skala Konflik Peran Ganda
2. Skala Stress

KUESIONER PENELITIAN

Salam Hormat

Perkenalkan, saya Lintang Mercury mahasiswa psikologi tingkat akhir dari Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa yang sedang melakukan tugas akhir untuk memenuhi syarat mendapat gelar sarjana strata satu psikologi. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan Anda untuk mengisi kuesioner ini agar kami dapat memperoleh data mengenai beberapa aspek yang terkait dengan hal itu. Adapun kriteria partisipan adalah sebagai berikut:

1. Berada diusia dewasa awal yang berusia 20-40 tahun .
2. Sudah menikah.
3. Memiliki status ibu bekerja secara formal/informal.
4. Sudah bekerja minimal 1 tahun.
5. Memiliki anak yang bersekolah dalam rentan usia 5-12 tahun.
6. Berdomisili di JABODETABEK.

Saya meminta kesediaan Anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan cara mengisi pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam kuesioner ini. Keikutsertaan Anda bersifat sukarela. Saya harap Anda menjawab sesuai dengan apa yang Anda alami dan rasakan. Jawaban Anda tidak akan dinilai benar atau salah. Jawaban yang Anda berikan sangat penting untuk keberhasilan penelitian ini. Pastikan Anda tidak mengosongkan isian manapun. Identitas Anda akan dijaga kerahasiaannya tidak akan disebarluaskan dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Terimakasih atas partisipasi Anda yang telah meluangkan waktunya guna membantu terwujudnya proses penelitian ini.

Jakarta, 10 September 2020

Peneliti

SKALA KONFLIK PERAN GANDA

Data responden

1.	Nama (boleh inisial)	
2.	Usia	
3.	Jenis pekerjaan	<input type="radio"/> BUMN
		<input type="radio"/> Swasta
		<input type="radio"/> Wirasasta
		<input type="radio"/> Lain-lain
		Yang Lain _____
4.	Jumlah anak	
5.	Jumlah anak yang bersekolah	
6.	Usia anak yang bersekolah	
7.	Kegiatan pembelajaran jarak jauh/ online selama pandemic	<input type="radio"/> Mengurus sendiri
		<input type="radio"/> Menggunakan jasa ART
		<input type="radio"/> Menggunakan jasa guru privat
		<input type="radio"/> Lain-lain
		Yang lain _____
8.	Domisili	<input type="radio"/> Jakarta Selatan
		<input type="radio"/> Jakarta Utara
		<input type="radio"/> Jakarta Timur

	<input type="radio"/> Jakarta Barat
	<input type="radio"/> Jakarta Pusat
	<input type="radio"/> BODETABEK

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan berbagai hal dari diri Anda. Anda diminta untuk menyatakan apakah pernyataan berikut ini sesuai dengan keadaan diri Anda. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, oleh karena itu pilihlah yang paling sesuai dengan diri Anda. Beri tanda (X) pada kolom jawaban yang Anda pilih. Pada setiap pernyataan disediakan 5 alternatif jawaban. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah sebagai berikut:

SS : Sangat Sesuai terhadap pernyataan tersebut

S : Sesuai terhadap pernyataan tersebut

N : Netral terhadap pernyataan tersebut

TS : Tidak Sesuai terhadap pernyataan tersebut

STS : Sangat Tidak Sesuai terhadap pernyataan tersebut

Contoh:

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya sering merasa lelah dengan rutinitas yang saya jalani.	X				

Jawaban diatas (pada huruf SS) berarti menyatakan bahwa anda **Sangat Setuju** terhadap pernyataan No 1. Mohon Anda teliti kembali dalam mengisi kuesioner ini sehingga tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

Bagian 1 Multidimensional Scale :

No.	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Pekerjaan saya menjauhkan saya dari kegiatan keluarga					
2.	Waktu yang harus saya luangkan untuk pekerjaan membuat saya tidak bisa mengikuti aktivitas dari tanggung jawab rumah tangga					
3.	Saya kehilangan aktivitas dengan keluarga karena waktu yang saya habiskan untuk pekerjaan					
4.	Waktu yang saya habiskan untuk melakukan tanggung jawab keluarga mengganggu tanggung jawab pekerjaan saya					
5.	Waktu yang saya habiskan dengan keluarga menyebabkan saya tidak bisa menghabiskan lebih banyak waktu untuk perkembangan karir saya					
6.	Saya harus meninggalkan pekerjaan karena banyak waktu yang harus saya luangkan demi keluarga					
7.	Ketika saya selesai bekerja, saya sering					

	kali merasa kelelahan untuk mengerjakan kegiatan/ tanggung jawab keluarga					
8.	Saya sering kelelahan secara emosional ketika selesai bekerja sehingga saya tidak bisa berkumpul dengan keluarga					
9.	Karena tekanan dari pekerjaan, terkadang saya terlalu lelah untuk mengerjakan hal-hal yang saya sukai di rumah					
10.	Akibat stress di rumah, sering kali saya memikirkan masalah keluarga saat bekerja					
11.	Karena saya sering stress mengenai urusan rumah, saya jadi sulit berkonsentrasi mengerjakan pekerjaan					
12.	Tekanan dan kecemasan dari kehidupan keluarga sering melemahkan kemampuan saya dalam bekerja					
13.	Kemampuan pemecahan masalah yang saya gunakan dalam bekerja tidak dapat digunakan dalam pemecahan masalah rumah tangga					
14.	Perilaku dan kemampuan yang saya miliki di pekerjaan belum tentu dibutuhkan ketika di rumah					
15.	Perilaku efektif saya dalam melakukan pekerjaan tidak membantu saya menjadi orang tua dan pasangan yang baik					

16.	Perilaku yang biasa dilakukan dirumah tidak efektif dilakukan saat bekerja					
17.	Perilaku dan keahlian yang penting dan berguna saat saya dirumah mungkin tidak berlaku saat bekerja					
18.	Cara saya memecahkan masalah saat dirumah tidak efektif jika digunakan saat bekerja					

KUESIONER PENELITIAN

Salam Hormat

Perkenalkan, saya Lintang Mercury mahasiswa psikologi tingkat akhir dari Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa yang sedang melakukan tugas akhir untuk memenuhi syarat mendapat gelar sarjana strata satu psikologi. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan Anda untuk mengisi kuesioner ini agar kami dapat memperoleh data mengenai beberapa aspek yang terkait dengan hal itu. Adapun kriteria partisipan adalah sebagai berikut:

7. Berada diusia dewasa awal yang berusia 20-40 tahun .
8. Sudah menikah.
9. Memiliki status ibu bekerja secara formal/informal.
10. Sudah bekerja minimal 1 tahun.
11. Memiliki anak yang bersekolah dalam rentan usia 5-12 tahun.
12. Berdomisili di JABODETABEK.

Saya meminta kesediaan Anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan cara mengisi pertanyaan-pertanyaan yang ada di dalam kuesioner ini. Keikutsertaan Anda bersifat sukarela. Saya harap Anda menjawab sesuai dengan apa yang Anda alami dan rasakan. Jawaban Anda tidak akan dinilai benar atau salah. Jawaban yang Anda berikan sangat penting untuk keberhasilan penelitian ini. Pastikan Anda tidak mengosongkan isian manapun. Identitas Anda akan dijaga kerahasiaannya tidak akan disebarluaskan dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian.

Terimakasih atas partisipasi Anda yang telah meluangkan waktunya guna membantu terwujudnya proses penelitian ini.

Jakarta, 10 September 2020

Peneliti

SKALA STRESS

Data responden

1.	Nama (boleh inisial)	
2.	Usia	
3.	Jenis pekerjaan	<input type="radio"/> BUMN
		<input type="radio"/> Swasta
		<input type="radio"/> Wirasasta
		<input type="radio"/> Lain-lain
		Yang Lain _____
4.	Jumlah anak	
5.	Jumlah anak yang bersekolah	
6.	Usia anak yang bersekolah	
7.	Kegiatan pembelajaran jarak jauh/ online selama pandemi	<input type="radio"/> Mengurus sendiri
		<input type="radio"/> Menggunakan jasa ART
		<input type="radio"/> Menggunakan jasa guru privat
		<input type="radio"/> Lain-lain
		Yang lain _____
8.	Domisili	<input type="radio"/> Jakarta Selatan
		<input type="radio"/> Jakarta Utara
		<input type="radio"/> Jakarta Timur

	<input type="radio"/> Jakarta Barat
	<input type="radio"/> Jakarta Pusat
	<input type="radio"/> BODETABEK

PETUNJUK PENGISIAN

Dibawah ini terdapat sejumlah pernyataan yang berhubungan dengan perasaan dan pikiran selama **sebulan terakhir**. Anda diminta untuk menyatakan apakah pernyataan berikut ini sesuai dengan keadaan diri Anda. Setiap orang memiliki jawaban yang berbeda, oleh karena itu pilihlah yang paling sesuai dengan diri Anda. Beri tanda (X) pada kolom jawaban yang Anda pilih. Pada setiap pernyataan disediakan 5 alternatif jawaban. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah sebagai berikut:

0 : Tidak pernah

1 : Hampir tidak pernah (1-2 kali)

2 : Kadang-kadang (3-4 kali)

3 : Hampir sering (5-6 kali)

4 : Sangat sering (lebih dari 6 kali)

Contoh:

No.	Pernyataan	0	1	2	3	4
1	Saya sering merasa lelah dengan rutinitas yang saya jalani.	X				

Jawaban diatas (pada huruf 0) berarti menyatakan bahwa anda **Tidak Pernah** terhadap pernyataan No 1. Mohon Anda teliti kembali dalam mengisi kuesioner ini sehingga tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

No.	Pernyataan	0	1	2	3	4
1.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda marah karena sesuatu yang tidak terduga*					
2.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan Anda					
3.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa gelisah dan tertekan					
4.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi					
5.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan Anda					
6.	Selama sebulan terakhir, srberapa sering Anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan					
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam hidup Anda					
8.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasa lebih mampu mengatasi					

	masalah jika dibandingkan dengan orang lain					
9.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda marah karena ada masalah yang tidak dapat Anda kendalikan.					
10.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga Anda tidak mampu untuk mengatasinya.					

Tanda (*) dan Bold : item gugur

LAMPIRAN B

1. Uji Daya Beda

a. Skala Konflik Peran Ganda

b. Skala Stres

2. Validitas

a. Skala Konflik Peran Ganda

b. Skala Stres

3. Reliabilitas

a. Skala Konflik Peran Ganda

b. Skala Stres

1. Uji Daya Beda

a. Skala Konflik Peran Ganda

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	46.53	132.533	.479	.908
x2	46.37	126.033	.729	.901
x3	46.57	129.771	.602	.905
x4	46.50	128.810	.745	.901
x5	46.40	129.007	.566	.906
x6	46.30	132.769	.463	.909
x7	45.67	127.885	.680	.903
x8	45.90	129.403	.554	.906
x9	46.00	129.448	.565	.906
x10	46.00	129.862	.630	.904
x11	46.13	127.913	.518	.908
x12	46.33	130.299	.588	.905
x13	46.10	134.714	.396	.910
x14	45.93	134.547	.385	.911
x15	46.43	127.909	.696	.902
x16	45.90	130.093	.602	.905
x17	45.93	131.926	.605	.905
x18	45.73	133.237	.606	.905

b. Skala Stress

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	23.67	21.816	.016	.753
y2	23.83	20.626	.305	.708
y3	23.80	19.200	.333	.704
y4	24.40	19.490	.331	.704
y5	23.97	19.551	.271	.715
y6	23.83	17.937	.597	.662
y7	24.07	19.030	.378	.696
y8	23.93	16.547	.566	.659
y9	23.70	18.493	.453	.684
y10	23.90	17.817	.600	.661

2. Validitas

a. Skala Konflik Peran Ganda

Component Matrix^a

	Component
	1
x1	.561
x2	.788
x3	.678
x4	.805
x5	.634
x6	.537
x7	.740
x8	.632
x9	.607
x10	.672
x11	.546
x12	.628
x13	.422
x14	.416
x15	.757
x16	.663
x17	.654
x18	.667

Extraction Method:
Principal Component
Analysis.
a. 1 components
extracted.

b. Skala Stess

Component Matrix^a

	Component
	1
y1	-.585
y2	.778
y3	.817
y4	.569
y5	.752
y6	.610
y7	.698
y8	.455
y9	.659
y10	.511

Extraction Method:
Principal Component
Analysis.

a. 1 components
extracted.

3. Reliabilitas

a. Skala Konflik Peran Ganda

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.910	18

b. Skala Stess

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.718	10

LAMPIRAN C

Tabulasi Hasil Penelitian

- a. Skala Konflik Peran Ganda
- b. Skala Stess

Tabulasi Hasil Penelitian

a. Skala Konflik Peran Ganda

N o.	x 1	x 2	x 3	x 4	x 5	x 6	x 7	x 8	x 9	x1 0	x1 1	x1 2	x1 3	x1 4	x1 5	x1 6	x1 7	x1 8
1	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	3
3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	1	2	4	2	3	2	4
4	3	3	2	2	2	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3
5	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	5	4	3	3	1	2	3	3
6	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	5	4	3	3	1	2	3	3
7	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3
8	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
9	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3
10	2	2	2	2	1	1	4	4	4	4	5	1	4	4	1	2	1	2
11	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
12	4	4	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4
13	2	2	1	3	1	1	4	4	5	4	4	3	2	3	3	4	3	4
14	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2	2	2
15	1	3	1	3	4	4	3	5	3	2	1	2	2	1	3	3	3	4
16	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
17	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	1	5	5	5	5	4	4
18	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	4	3	4	2	1	3	5	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4
20	5	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3
21	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	4	4
22	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	4	4	3
25	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3
26	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
27	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3

28	3	2	2	2	4	4	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	2
29	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2
30	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	4	4
31	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
32	4	3	4	1	3	3	4	4	5	2	3	2	2	3	2	4	4	3
33	5	5	4	3	3	2	4	5	4	3	2	1	2	2	1	3	1	1
34	1	2	2	1	2	3	3	4	1	1	2	3	2	5	4	3	4	4
35	4	4	3	1	2	2	5	4	3	1	2	2	3	3	4	2	1	2
36	2	3	3	4	3	3	4	4	2	2	3	4	3	3	1	2	3	1
37	3	3	2	1	3	2	3	4	2	3	2	1	3	1	4	3	3	4
38	5	5	5	1	2	2	4	5	3	4	2	3	3	2	4	3	5	2
39	4	4	3	2	4	1	3	4	3	2	2	2	1	3	3	2	5	3
40	4	4	2	3	4	3	3	4	2	4	2	4	2	2	2	4	2	3
41	2	4	4	4	4	1	4	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2
42	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4
43	4	4	3	3	2	2	5	4	3	3	4	2	2	5	4	3	4	5
44	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	4	2	1	1	1
45	2	2	1	1	3	2	4	3	4	5	4	3	3	4	5	4	2	2
46	4	5	4	3	3	4	4	5	3	4	1	1	2	3	3	2	3	2
47	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
48	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	4	5	5	3	4	2
49	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	2	2
50	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	2	2
51	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	2	1	1	2	2	3
52	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4
53	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	2	4	4	4
54	4	4	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4
55	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4
56	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	1	4	2	4	4	4
57	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4
58	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2
59	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2
60	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4

61	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
62	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	3
63	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	1	2	4	2	3	2	4
64	3	3	2	2	2	3	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3
65	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	5	4	3	3	1	2	3	3
66	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	5	4	3	3	1	2	3	3
67	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3
68	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
69	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3
70	2	2	2	2	1	1	4	4	4	4	5	1	4	4	1	2	1	2
71	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
72	4	4	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4
73	2	2	1	3	1	1	4	4	5	4	4	3	2	3	3	4	3	4
74	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2	2	2
75	1	3	1	3	4	4	3	5	3	2	1	2	2	1	3	3	3	4
76	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
77	4	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	1	5	5	5	5	4	4
78	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
79	4	3	4	2	1	3	5	4	2	4	1	2	1	2	2	3	3	4
80	5	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3
81	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	4	4	4
82	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
83	2	2	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	2	2	2	4	4	4
84	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	4	4	3
85	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3
86	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
87	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3
88	3	2	2	2	4	4	2	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	2
89	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2
90	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4	4	4
91	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
92	4	3	4	1	3	3	4	4	5	2	3	2	2	3	2	4	4	3
93	5	5	4	3	3	2	4	5	4	3	2	1	2	2	1	3	1	1

94	1	2	2	1	2	3	3	4	1	1	2	3	2	5	4	3	4	4
95	4	4	3	1	2	2	5	4	3	1	2	2	3	3	4	2	1	2
96	2	3	3	4	3	3	4	4	2	2	3	4	3	3	1	2	3	1
97	3	3	2	1	3	2	3	4	2	3	2	1	3	1	4	3	3	4
98	5	5	5	1	2	2	4	5	3	4	2	3	3	2	4	3	5	2
99	4	4	3	2	4	1	3	4	3	2	2	2	1	3	3	2	5	3
100	4	4	2	3	4	3	3	4	2	4	2	4	2	2	2	4	2	3
101	2	4	4	4	4	1	4	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4	2
102	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4
103	4	4	3	3	2	2	5	4	3	3	4	2	2	5	4	3	4	5
104	2	4	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	4	2	1	1	1
105	2	2	1	1	3	2	4	3	4	5	4	3	3	4	5	4	2	2
106	4	5	4	3	3	4	4	5	3	4	1	1	2	3	3	2	3	2
107	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
108	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	4	5	5	3	4	2
109	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	2	2
110	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	2	2
111	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	2	1	1	2	2	3
112	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4
113	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	2	4	4	4

3																			
11	4	4	4	4	2	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4
11	5	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4
11	6	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2	1	4	2	4	4	4
11	7	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4
11	8	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2
11	9	4	4	4	4	5	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	2
12	0	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
12	1	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4
12	2	4	4	2	3	2	3	2	1	2	3	4	4	5	5	4	4	4	4
12	3	2	2	1	3	1	1	4	4	5	4	4	3	2	3	3	4	3	4
12	4	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2	2	2
12	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	4	4	3
12	6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3
12	7	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3
12	8	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3
12	9	2	2	1	1	3	2	4	3	4	5	4	3	3	4	5	4	2	2

13																		
0	4	5	4	3	3	4	4	5	3	4	1	1	2	3	3	2	3	2

b. Skala Stess

No.	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	4	4	3	3	4	3	1	4	4
3	3	4	4	3	3	4	3	3	2
4	3	3	4	4	3	4	3	3	3
5	3	4	5	5	4	5	4	4	4
6	3	4	5	5	4	5	4	4	4
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	2	2	5	4	2	5	4	4	2
9	3	3	3	2	3	3	2	3	3
10	4	2	5	4	2	4	4	2	2
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	3	4	5	4	2	3	4	2	4
13	3	2	4	3	2	3	1	3	3
14	2	2	4	4	4	3	2	1	2
15	2	1	5	3	3	2	4	3	2
16	3	4	4	3	3	3	2	3	3
17	2	3	4	3	2	4	4	2	2
18	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	2	1	3	1	2	3	5	3	3
20	1	2	3	2	4	3	5	5	4
21	2	3	4	4	2	4	4	2	2
22	3	4	5	4	2	5	4	3	2
23	3	3	3	4	3	4	4	2	2
24	3	2	4	4	2	4	4	2	2
25	2	1	5	5	1	5	5	1	1
26	3	3	3	2	4	2	2	4	4
27	3	3	3	4	2	3	4	3	2
28	3	2	3	4	2	4	4	3	2
29	3	3	4	4	3	3	3	3	3
30	3	3	4	3	3	3	4	3	2

31	3	4	5	4	2	5	4	3	2
32	3	2	5	5	2	4	5	1	3
33	4	4	3	2	1	1	5	1	2
34	2	1	5	4	3	3	3	2	3
35	3	3	2	5	4	2	5	2	3
36	4	5	4	3	2	1	3	2	1
37	3	5	5	3	2	3	3	2	1
38	4	3	4	4	2	1	3	3	1
39	2	1	3	4	3	1	5	5	4
40	3	4	3	3	3	3	4	2	4
41	4	4	4	4	4	4	4	5	5
42	4	4	4	5	4	3	4	3	4
43	4	5	3	4	4	2	3	5	5
44	1	1	4	4	2	3	4	2	2
45	1	3	3	2	4	5	2	4	3
46	1	2	3	2	3	1	1	2	3
47	1	1	4	4	2	4	4	1	1
48	2	3	1	4	4	2	3	1	3
49	2	2	4	4	2	4	4	2	1
50	2	2	4	4	2	4	4	2	1
51	1	3	5	4	3	2	3	4	4
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4
53	4	4	3	3	4	4	3	3	3
54	3	4	3	4	4	4	4	4	3
55	3	4	3	4	3	4	3	4	3
56	4	4	4	3	4	3	4	3	4
57	3	4	3	4	4	3	4	4	3
58	4	4	4	4	4	3	4	4	4
59	5	5	4	4	4	5	5	4	5
60	4	4	3	3	3	4	4	3	4
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3
62	4	4	3	3	4	3	1	4	4
63	3	4	4	3	3	4	3	3	2

64	3	3	4	4	3	4	3	3	3
65	3	4	5	5	4	5	4	4	4
66	3	4	5	5	4	5	4	4	4
67	3	3	3	3	3	3	3	3	3
68	2	2	5	4	2	5	4	4	2
69	3	3	3	2	3	3	2	3	3
70	4	2	5	4	2	4	4	2	2
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3
72	3	4	5	4	2	3	4	2	4
73	3	2	4	3	2	3	1	3	3
74	2	2	4	4	4	3	2	1	2
75	2	1	5	3	3	2	4	3	2
76	3	4	4	3	3	3	2	3	3
77	2	3	4	3	2	4	4	2	2
78	2	2	2	2	2	2	2	2	2
79	2	1	3	1	2	3	5	3	3
80	1	2	3	2	4	3	5	5	4
81	2	3	4	4	2	4	4	2	2
82	3	4	5	4	2	5	4	3	2
83	3	3	3	4	3	4	4	2	2
84	3	2	4	4	2	4	4	2	2
85	2	1	5	5	1	5	5	1	1
86	3	3	3	2	4	2	2	4	4
87	3	3	3	4	2	3	4	3	2
88	3	2	3	4	2	4	4	3	2
89	3	3	4	4	3	3	3	3	3
90	3	3	4	3	3	3	4	3	2
91	3	4	5	4	2	5	4	3	2
92	3	2	5	5	2	4	5	1	3
93	4	4	3	2	1	1	5	1	2
94	2	1	5	4	3	3	3	2	3
95	3	3	2	5	4	2	5	2	3
96	4	5	4	3	2	1	3	2	1

97	3	5	5	3	2	3	3	2	1
98	4	3	4	4	2	1	3	3	1
99	2	1	3	4	3	1	5	5	4
100	3	4	3	3	3	3	4	2	4
101	4	4	4	4	4	4	4	5	5
102	4	4	4	5	4	3	4	3	4
103	4	5	3	4	4	2	3	5	5
104	1	1	4	4	2	3	4	2	2
105	1	3	3	2	4	5	2	4	3
106	1	2	3	2	3	1	1	2	3
107	1	1	4	4	2	4	4	1	1
108	2	3	1	4	4	2	3	1	3
109	2	2	4	4	2	4	4	2	1
110	2	2	4	4	2	4	4	2	1
111	1	3	5	4	3	2	3	4	4
112	4	4	4	4	4	4	4	4	4
113	4	4	3	3	4	4	3	3	3
114	3	4	3	4	4	4	4	4	3
115	3	4	3	4	3	4	3	4	3
116	4	4	4	3	4	3	4	3	4
117	3	4	3	4	4	3	4	4	3
118	4	4	4	4	4	3	4	4	4
119	5	5	4	4	4	5	5	4	5
120	4	4	3	3	3	4	4	3	4
121	2	2	5	4	2	5	4	4	2
122	3	3	3	2	3	3	2	3	3
123	4	2	5	4	2	4	4	2	2
124	2	2	4	4	2	4	4	2	1
125	2	2	4	4	2	4	4	2	1
126	1	3	5	4	3	2	3	4	4
127	3	4	4	3	3	4	3	3	2
128	3	3	4	4	3	4	3	3	3
129	3	4	5	5	4	5	4	4	4

130	3	4	5	5	4	5	4	4	4
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---

LAMPIRAN D

1. Uji normalitas
2. Uji Korelasi
3. Uji Kategorisasi

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Konflikperanganda	Stress
N		130	130
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	50.30	24.78
	Std. Deviation	12.389	4.985
Most Extreme Differences	Absolute	.096	.117
	Positive	.064	.107
	Negative	-.096	-.117
Kolmogorov-Smirnov Z		1.094	1.337
Asymp. Sig. (2-tailed)		.183	.056

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

2. Uji Korelasi

Correlations

		Konflik Peran Ganda	Stress
Konflik Peran Ganda	Pearson Correlation	1	.587**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	130	130
Stress	Pearson Correlation	.587**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	130	130

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

3. Uji Kategorisasi

a. Kategorisasi Konflik Peran Ganda

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	24	18.5	18.5	18.5
	2	101	77.7	77.7	96.2
	3	5	3.8	3.8	100.0
	Total	130	100.0	100.0	

b. Stress

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	28	21.5	21.5	21.5
	2	96	73.8	73.8	95.4
	3	6	4.6	4.6	100.0
	Total	130	100.0	100.0	