



**Hubungan Antara Dukungan Sosial Online Terhadap Stres Kerja Pada
Karyawan Di Daerah Jakarta**

TUGAS AKHIR

ABDILLAH FATKHURROHMAN HAKIM

46119210038

MERCU BUANA

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2023

HALAMAN JUDUL



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL ONLINE TERHADAP
STRES KERJA PADA KARYAWAN DI DAERAH JAKARTA**

TUGAS AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S1)
Pada Program Studi Psikologi**

Disusun Oleh :

ABDILLAH FATKHURROHMAN HAKIM

46119210038

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2023

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tugas Akhir ini :

Judul : **HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ONLINE DAN STRES KERJA PADA KARYAWAN DI DAERAH JAKARTA**

Nama : Abdillah Fatkhurrohman Hakim

NIM : 46119210038

Program : Psikologi

Tanggal : 24 Januari 2024

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya **Saya sendiri** dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data dan hasil pengolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 24 Januari 2024



Abdillah Fatkhurrohman Hakim

UNIVERSITA
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Abdillah Fatkhurrohman Hakim

NIM : 46119210038

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Online Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Di

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dian Din Astuti Mulia, MA.
NIDN : 8935070023

()

Ketua Penguji : Dr. A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.
NIDN : 8929660023

()

Penguji I : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.
NIDN : 0316058002


()

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Jakarta, 25 Januari 2024
Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap segala puji untuk Allah Swt, yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah-nya dalam penyusunan karya Tugas Akhir dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL ONLINE TERHADAP STRES KERJA KARYAWAN DI DAERAH JAKARTA”** ini dapat diselesaikan guna memenuhi sebagai persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.

Banyak hambatan yang dihadapi dalam penyusunannya, namun berkat kehendak Allah Swt sehingga peneliti mampu menyelesaikan penulisan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesainya Tugas Akhir peneliti dengan baik. Oleh karena itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

Bapak Prof. Dr. Andi Adriansyah, M. Eng, selaku Rektor Universitas Mercu Buana.

1. Allah SWT yang telah memberikan karunia kepada hambanya untuk dapat menyelesaikan salah satu dari proses pendidikan hidup peneliti.
2. Kedua orang tua yang selalu memberikan motivasi, semangat, dukungan materi maupun doa yang tidak henti selama proses penyusunan Tugas Akhir.
3. Ibu Laila Meillyandrie Indah Wardani, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog, selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc dan Ibu Prahastia Kurnia Putri, M.Psi, Psikolog, selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Dian Din Astuti Mulia, S.Psi, MA. Selaku dosen Pembimbing Akademik dan Pembimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Ibu Dina Syakina, S.Si., M.Si, yang telah meluangkan waktunya untuk mereview dan melakukan *Expert Judgement* alat ukur penelitian yang digunakan peneliti.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan mengenai psikologi kepada peneliti.
9. Seluruh staf dan civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
10. Rekan-rekan Fakultas Psikologi Kranggan 2019 angkatan 34 yang telah memberikan dukungan moral untuk terus menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Teman – teman dan saudara yang selalu memberikan dukungan dari jarak jauh
12. Terakhir, the process and the end product are equally as valuable, i embrace imperfection as much as i embrace the pursuit of perferction.

Semoga Allah SWT membalas kebaikan dan selalu mencurahkan Hidayah serta Taufik Nya, Aamiin.

Jakarta, 24 Januari, 2024

Peneliti



UNIVERSITAS
MERCU BUANA
Abdillah
Fatkhurrohman Hakim

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abdillah Fatkhurrohman Hakim
NIM : 46119210038
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Online
Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan di Daerah
Jakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Januari 2024

Yang menyatakan,



Abdillah Fatkhurrohman Hakim

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Stres Kerja (<i>Job Stress</i>)	11
2.1.1 Definisi Stres Kerja.....	11
2.1.2 Dimensi Stres Kerja.....	12

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja.....	13
2.2 Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>).....	15
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial Online	15
2.2.2 Dimensi Dukungan Sosial Online	17
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial Online	18
2.3 Penelitian Terdahulu	18
2.4 Dinamika Penelitian	23
2.5 Kerangka Berpikir	25
2.6 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Desain Penelitian.....	26
3.2 Definisi Operasional.....	26
3.2.1 Stress Kerja (<i>Job Stress</i>).....	26
3.2.2 Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>).....	27
3.3 Populasi dan Sampel	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel	28
3.4 Teknik Sampling	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.6 Instrumen Penelitian.....	29
3.6.1 Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>).....	29
3.6.2 Stres Kerja (<i>Job Stres</i>).....	30
3.7 Uji Validitas dan Uji Reabilitas	31
3.7.1 Uji Validitas.....	31
3.7.2 Uji Reliabilitas.....	32

3.8 Uji Pilot	33
3.8.1 Uji Reliabilitas	33
3.8.2 Analisis Item	34
3.9 Hasil Uji Turun Lapangan	35
3.9.1 Uji Reliabilitas	35
3.9.2 Analisis Item	35
3.10 Kesimpulan Hasil Pengujian Alat Ukur	36
3.11 Metode Analisis Data	36
3.11.1 Analisis Data Deskriptif	36
3.11.2 Analisis Inferensial	36
3.11.3 Uji Independent T-test	37
3.11.4 Uji ANOVA	37
BAB IV HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN	38
4.1 Gambaran Umum Subjek	38
4.2 Analisis Data	39
4.2.1 Hasil Analisis Deskriptif Stres Kerja	39
4.2.2 Kategorisasi Variabel Stres Kerja	40
4.2.3 Hasil Analisis Deskriptif Dukungan Sosial Online	41
4.2.4 Kategorisasi Variabel Dukungan Sosial Online	41
4.3 Analisis Inferensial	42
4.3.1 Uji Normalitas	42
4.3.2 Uji Korelasional	43
4.4 Uji Beda	47
4.4.1 Uji <i>Independent T-Test</i>	47
4.4.2 Uji ANOVA	49

4.5 Pembahasan.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
5.1 Kesimpulan.....	61
5.2 Keterbatasan Penelitian	61
5.3 Saran.....	62
5.3.1 Saran Teoritis.....	62
5.3.2 Saran Praktis	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN	72



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Penelitian	27
Tabel 3. 2 Skala Likert Dukungan Sosial Online.....	29
Tabel 3. 3 <i>Blueprint</i> Pengukuran <i>Online Social Support</i>	29
Tabel 3. 4 Skala Likert Stres Kerja	30
Tabel 3. 5 <i>Blueprint</i> Pengukuran <i>Job Stres</i>	31
Tabel 3. 6 Norma Reliabilitas Guilford	33
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas	34
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas Turun Lapangan	35
Tabel 4. 1 Data Demografi.....	38
Tabel 4. 2 Data Deskriptif Statistik Stres Kerja.....	39
Tabel 4. 3 Data Kategorisasi Empirik Statistik Stres Kerja	40
Tabel 4. 4 Data Kategorisasi Hipotetik Statistik Stres Kerja	40
Tabel 4. 5 Data Deskriptif Statistik Variabel Dukungan Sosial Online.....	41
Tabel 4. 6 Data Kategorisasi Statistika Empirik Dukungan Sosial Online.....	41
Tabel 4. 7 Data Kategorisasi Statistika Hipotetik Dukungan Sosial Online.....	42
Tabel 4. 8 Uji Normalitas Dukungan Sosial Online	43
Tabel 4. 9 Uji Normalitas Stres Kerja.....	43
Tabel 4. 10 Hasil Uji Korelasi	44
Tabel 4. 11 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi OSSS Dengan JSS.....	44
Tabel 4. 12 Hasil Uji Korelasi Data Demografi Dengan JSS	46
Tabel 4. 13 Hasil Uji Korelasi Data Demografi Dengan OSSS.....	46
Tabel 4. 14 Uji Independent T-test Stres Kerja Dengan Jenis Kelamin	47
Tabel 4. 15 Uji Independent T-test Dukungan Sosial Online Dengan Jenis Kelamin.....	47
Tabel 4. 16 Hasil Uji Independent T-test Stres Kerja Dengan Kelompok Karyawan	48

Tabel 4. 17 Hasil Uji Independent T-test Dukungan Sosial Online Dengan Kelompok Karyawan	48
Tabel 4. 18 Hasil Uji Independent T-test Stres Kerja Dengan Status Karyawan	49
Tabel 4. 19 Hasil Uji Independent T-test Dukungan Sosial Online Dengan Status Karyawan ...	49
Tabel 4. 20 Hasil Uji ANOVA Stres Kerja Dengan Usia.....	50
Tabel 4. 21 Hasil Uji ANOVA Dukungan Sosial Online Dengan Usia	50
Tabel 4. 22 Hasil Uji ANOVA Stres Kerja Dengan Pendidikan	50
Tabel 4. 23 Hasil Uji ANOVA Dukungan Sosial Online Dengan Pendidikan.....	51
Tabel 4. 24 Hasil Uji ANOVA Stres Kerja Dengan Masa Kerja.....	51
Tabel 4. 25 Hasil Uji ANOVA Dukungan Sosial Online Dengan Masa Kerja	52
Tabel 4. 26 Hasil Uji ANOVA Stres Kerja Dengan Domisili Kerja	52
Tabel 4. 27 Hasil Uji ANOVA Dukungan Sosial Online Dengan Domisili Kerja.....	52
Tabel 4. 28 Hasil Uji ANOVA Stres Kerja Dengan Pendapatan.....	53
Tabel 4. 29 Hasil Uji ANOVA Dukungan Sosial Online Dengan Pendapatan	53



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir..... 25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Stres Kerja (<i>Job Stres</i>)	75
Lampiran 2 Alat Ukur Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>)	78
Lampiran 3 Kuesioner <i>google form</i>	84
Lampiran 4 Hasil Uji Reliabilitas Stres Kerja Pada Uji Pilot Terpakai	94
Lampiran 5 Hasil Analisis Item Uji Pilot Terpakai Stres Kerja Aspek <i>Job Stres</i>	94
Lampiran 6 Hasil Analisis Item Uji Pilot Terpakai Stres Kerja Aspek <i>Role Expectation Conflict</i>	95
Lampiran 7 Hasil Analisis Item Uji Pilot Terpakai Stres Kerja Aspek <i>CoWorker Support</i>	95
Lampiran 8 Hasil Analisis Item Uji Pilot Stres Kerja Aspek <i>Work-Life Balance</i>	96
Lampiran 9 Hasil Uji Reliabilitas Pada Uji Pilot Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>)	96
Lampiran 10 Hasil Analisis Item Uji Pilot Dukungan Sosial Online Aspek <i>Emotional Support</i>	97
Lampiran 11 Hasil Analisis Item Uji Pilot Dukungan Sosial Online Aspek <i>Social Companionship</i>	97
Lampiran 12 Hasil Analisis Item Uji Pilot Dukungan Sosial Online Aspek <i>Informational Support</i>	98
Lampiran 13 Hasil Analisis Item Uji Pilot Dukungan Sosial Online Aspek <i>Instrumental Support</i>	98
Lampiran 14 Hasil Uji Reliabilitas Turun Lapangan Dukungan Sosial Online	99
Lampiran 15 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Stres Kerja Aspek <i>Job Stres</i>	99
Lampiran 16 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Stres Kerja Aspek <i>Role Expectation Conflict</i>	100
Lampiran 17 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Stres Kerja Aspek <i>CoWorker Support</i>	100
Lampiran 18 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Stres Kerja Aspek <i>Work-Life Balance</i>	101
Lampiran 19 Hasil Uji Reliabilitas Turun Lapangan Dukungan Sosial Online	101
Lampiran 20 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Dukungan Sosial Online Aspek <i>Emotional Support</i>	102
Lampiran 21 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Dukungan Sosial Online Aspek <i>Social Companionship</i>	102
Lampiran 22 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Dukungan Sosial Online Aspek <i>Informational Support</i>	103
Lampiran 23 Hasil Analisis Item Turun Lapangan Dukungan Sosial Online Aspek <i>Instrumental Support</i>	103
Lampiran 24 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	104
Lampiran 25 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	104
Lampiran 26 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenjang Pendidikan.....	104
Lampiran 27 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Karyawan.....	105
Lampiran 28 Gambaran Subjek Berdasarkan Domisili Kerja	105
Lampiran 29 Gambaran Subjek Berdasarkan Masa Kerja	105
Lampiran 30 Gambaran Subjek Berdasarkan Status Karyawan.....	106
Lampiran 31 Gambaran Subjek Berdasarkan Pendapatan	106

Lampiran 32 Hasil Uji Normalitas Stres Kerja (<i>Job Stres</i>).....	107
Lampiran 33 Hasil Uji Normalitas Dukungan Sosial Online (<i>Online Social Support</i>).....	107
Lampiran 34 Hasil Uji Korelasi Antara Dukungan Sosial Online Dengan Stres Kerja	107
Lampiran 35 Uji Korelasi Data Demografi Stres Kerja	108
Lampiran 36 Uji Korelasi Data Demografi Dukungan Sosial Online.....	108
Lampiran 37 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Jenis Kelamin Dengan Stres Kerja	109
Lampiran 38 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Jenis Kelamin Dengan Dukungan Sosial Online.....	109
Lampiran 39 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Jenis Karyawan Dengan Stres Kerja.....	109
Lampiran 40 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Jenis Karyawan Dengan Dukungan Sosial Online	110
Lampiran 41 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Status Karyawan Dengan Stres Kerja.....	110
Lampiran 42 Hasil Uji <i>Independent T-test</i> Status Karyawan Dengan Dukungan Sosial Online	110
Lampiran 43 Hasil Uji ANOVA Usia Berdasarkan Stres Kerja	111
Lampiran 44 Hasil Uji ANOVA Usia Berdasarkan Dukungan Sosial Online	111
Lampiran 45 Hasil Uji ANOVA Jenjang Pendidikan Berdasarkan Stres Kerja.....	112
Lampiran 46 Hasil Uji ANOVA Jenjang Pendidikan Berdasarkan Dukungan Sosial Online	112
Lampiran 47 Hasil Uji ANOVA Masa Kerja Dengan Stres Kerja.....	113
Lampiran 48 Hasil Uji ANOVA Masa Kerja Dengan Dukungan Sosial Online	113
Lampiran 49 Hasil Uji ANOVA Domisili Kerja Dengan Stres Kerja.....	114
Lampiran 50 Hasil Uji ANOVA Domisili Kerja Dengan Dukungan Sosial Online	114
Lampiran 51 Hasil Uji ANOVA Pendapatan Dengan Stres Kerja.....	115
Lampiran 52 Hasil Uji ANOVA Pendapatan Berdasarkan Dengan Sosial Online.....	115

UNIVERSITAS
MERCU BUANA