



**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN TINGKAT  
STRESS PADA PASIEN PENDERITA COVID-19 YANG  
MENJALANI ISOLASI MANDIRI DI KOTA SERANG**

**LAPORAN SKRIPSI**

**DONY CAESAR  
46117120091**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2023**



**HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN TINGKAT  
STRESS PADA PASIEN PENDERITA COVID-19 YANG  
MENJALANI ISOLASI MANDIRI DI KOTA SERANG**

**LAPORAN SKRIPSI**

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana  
(S1) Pada Studi Program Studi Psikologi**

**UNIVERSITAS  
DONY CAESAR  
46117120091  
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dony Caesar

NIM : 46117120091

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Tingkat Stress Pada Pasien Penderita Covid-19 yang Menjalani Isolasi Mandiri di Kota Serang

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 23 Agustus 2023



Dony Caesar

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Dony Caesar

NIM : 46117120091

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : HUBUNGAN ANTARA PENERIMAAN DIRI DAN TINGKAT STRESS PADA PASIEN COVID-19 YANG MENJALANI ISOLASI MANDIRI DI KOTA SERANG

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.

NIDN : 0308018301

(  )

Ketua Penguji : Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA.

NIDN : 0301108105

(  )

Penguji 1 : Masyhar, MA.

NIDN : 0317117703

(  )

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 23 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmad dan hidayah nya sehingga penulis dapat menuntut ilmu hingga saat ini dan memberikan nikmat serta kemudahan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini yang berjudul **“Hubungan Antara Penerimaan Diri Dan Tingkat Stress Pada Pasien Penderita Covid-19 Yang Menjalani Isolasi Mandiri Di Kota Serang”**.

Tugas akhir ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan program studi strata satu (S1) pada Fakultas Psikologi di Universitas Mercu Buana. Banyak pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan karya tugas akhir ini, oleh karena itu izinkan penulis untuk mengucapkan terimakasih yang tidak terhingga kepada :

1. Kepada Restu Mayla Arsita, selaku istri penulis yang telah memberikan kasih sayang dan semangat yang luar biasa.
2. Kepada kedua orangtua, yang selalu memberikan doa dan support yang tiada henti.
3. Kepada Bapak Dhani Irmawan S.Psi., M.Sc selaku Dosen Pembimbing tugas akhir ini yang telah memerikan arahan, meluangkan waktu dan mendukung penulis dalam proses pembuatan serta penyelesaian tugas akhir ini.
4. Kepada Bapak Firman Alamsyah Ario Buntaran, MA selaku Ketua Sidang
5. Kepada Ibu Masyhar, MA selaku Dosen penguji
6. Kepada Imas Komala, Citra, Silva, yang selalu memberikan dukungan semangat kepada penulis serta percaya akan kemampuan penulis
7. Kepada Responden dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga penelitian pada tugas akhir ini dapat memberikan informasi dan manfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Penulis





## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Dony Caesar  
NIM : 46117120091  
Program Studi : Psikologi  
Judul Laporan Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Tingkat Stress Pada Pasien Penderita Covid-19 yang Menjalani Isolasi Mandiri di Kota Serang

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 penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Yang menyatakan,



(Dony Caesar)

## ABSTRAK

Nama : Dony Caesar  
NIM : 46117120091  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Tingkat Stress Pada Pasien Penderita Covid-19 yang Menjalani Isolasi Mandiri di Kota Serang  
Pembimbing : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.

Tujuan dari penelitian ini yaitu menjawab rumusan permasalahan yang telah ditetapkan adalah untuk mengetahui pengaruh penerimaan diri penderita Covid-19 yang menjalani isolasi mandiri terhadap tingkat stress pasien di kota Serang. Data diambil dari sampel sebanyak 100 partisipan baik laki-laki maupun perempuan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data primer dalam penelitian ini adalah kuesioner. Hasil uji hipotesis diatas menunjukkan adanya korelasi yang negatif antara Penerimaan diri dengan Tingkat stres Penyintas covid-19 pada pada penyintas Covid-19 dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Artinya terdapat korelasi yang signifikan antara Penerimaan diri dengan Tingkat stres Penyintas covid-19 pada pada penyintas Covid-19. Nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0.861, menunjukkan nilai hubungan yang dimiliki oleh Penerimaan diri dengan Tingkat stres Penyintas covid-19 termasuk dalam kategori sangat kuat (0,800 - 1,000).

**Kata Kunci:** *penerimaan diri, tingkat stres, penyintas covid-19*



## ***ABSTRACT***

Name : Dony Caesar  
NIM : 46117120091  
Study program : Psychology  
Thesis title : The Relationship Between Self-Acceptance and Stress Levels in Covid-19 Patients Undergoing Self-Isolation in Serang City  
Advisor : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.

The purpose of this study is to answer the formulation of the problem that has been determined, which is to determine the effect of self-acceptance of Covid-19 sufferers who undergo self-isolation on the stress level of patients in the city of Serang. Data were taken from a sample of 100 participants, both male and female. The type of research used is quantitative research. The tool used to collect primary data in this research is a questionnaire. The results of the hypothesis test above show a negative correlation between self-acceptance and the stress level of Covid-19 survivors on Covid-19 survivors with a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). This means that there is a significant correlation between self-acceptance and the stress level of Covid-19 survivors on Covid-19 survivors. The value of the correlation coefficient ( $r$ ) is -0.861, indicating the value of the relationship that self-acceptance has with the stress level of Covid-19 survivors is included in the very strong category (0.800 - 1,000).

**Keywords:** self-acceptance, stress levels, covid-19 survivors

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	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.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Stres .....	8
2.1.1 Definisi Stres.....	8
2.1.2 Penyebab dan Dampak Stres .....	9
2.2 Penerimaan Diri.....	12
2.3 <i>Covid-19</i> .....	17
2.4 Isolasi Mandiri.....	18
2.5 Skala HARS .....	19
2.6 Penelitian Terdahulu.....	20
2.7 Dinamika Variabel Penelitian .....	23
2.8 Kerangka Penelitian .....	24

2.9	Hipotesis .....	25
<b>BAB 3</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
3.1	Desain Penelitian .....	26
3.2	Jenis Penelitian .....	26
3.3	Definisi Operasional .....	26
3.3.1	Definisi Operasional Penerimaan Diri .....	26
3.3.2	Definisi Operasional Stres.....	27
3.4	Populasi dan Sampel .....	27
3.4.1	Populasi Penelitian .....	27
3.4.2	Sampel Penelitian.....	28
3.5	Teknik dan Prosedur Pengumpul Data .....	28
3.5.1	Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.6	Teknik Pengukuran Variabel.....	29
3.7	Teknik Analisis Data .....	30
3.8	Uji Keabsahan Data.....	31
3.8.1	Uji Reabilitas.....	31
3.8.2	Uji Validitas .....	32
<b>BAB 4</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
4.1	Deskripsi Pelaksanaan Penelitian.....	34
4.2	Deskripsi Partisipan.....	35
4.2.1	Deskripsi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	35
4.2.2	Deskripsi Partisipan Berdasarkan Usia .....	35
4.2.3	Deskripsi Partisipan Berdasarkan Pendidikan .....	36
4.3	Hasil Analisis Data .....	37
4.3.1	Hasil Analisa Deskriptif Data Penelitian .....	37
4.4	Uji Asumsi.....	41
4.4.1	Uji Normalitas .....	41
4.4.2	Uji Linearitas.....	41
4.5	Pengujian hipotesis .....	42
4.6	Pembahasan .....	43
<b>BAB 5</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
5.1	Kesimpulan.....	50
5.2	Keterbatasan Penelitian .....	50
5.3	Saran .....	50
5.3.1	Saran Teoritis .....	50

5.3.2 Saran Praktis .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>61</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	20
Tabel 3.1 Nilai Respons Penerimaan Diri.....	30
Tabel 3.2 Nilai Respons Tingkat Stres.....	30
Tabel 3.3 Kriteria Penilaian Korelasi.....	31
Tabel 4.1 Frekuensi Jenis Kelamin .....	35
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Rentang Usia .....	36
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan .....	36
Tabel 4.4 Hasil Deskriptif Variabel Penerimaan Diri dan Tingkat Stres Penyintas <i>Covid</i> .....	37
Tabel 4.5 Kategori Penerimaan Diri Responden.....	38
Tabel 4.6 Kategori Stres pada Penyintas <i>Covid-19</i> .....	40
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian.....	41
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas Data Penelitian .....	42
Tabel 4.9 Hasil Analisis Korelasi .....	42



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Penelitian .....	25
--------------------------------------	----





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Hasil Frekuensi Data Demografi Partisipan .....	62
Lampiran 2: Hasil Uji Deskriptif Statistik .....	63
Lampiran 3 : Hasil Uji Normalitas .....	64
Lampiran 4: Hasil Uji Hipotesis .....	64
Lampiran 5 : Hasil Analisa Tambahan Regresi .....	65

