

***HIGHLY SENSITIVE PERSON* DAN STRES DIMODERASI  
DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**Skripsi**



Oleh:

**Rizky Miranda**

**NIM. 16410149**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG  
2020**

***HIGHLY SENSITIVE PERSON* DAN STRES DIMODERASI  
DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana  
Malik Ibrahim Malang untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh:

**Rizky Miranda**

**NIM. 16410149**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG  
2020**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

***HIGHLY SENSITIVE PERSON* DAN STRES DIMODERASI  
DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL PADA MAHASISWA  
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**SKRIPSI**

Oleh :

Rizky Miranda

NIM. 16410149

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing



Umdatul Khoirot, M.Psi., Psikolog

NIP. 199005012019032017

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Drs. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 1971029 199403 001

HALAMAN PENGESAHAN

**S K R I P S I**

***HIGHLY SENSITIVE PERSON* DAN STRES DIMODERASI DENGAN  
KETERAMPILAN SOSIAL PADA MAHASISWA UIN MAULANA  
MALIK IBRAHIM MALANG**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 19 Januari 2021

Susunan Dewan Penguji

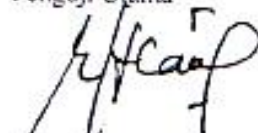
Dosen Pembimbing



Umdatul Khoirot, M.Psi., Psikolog

NIP. 199005012019032017

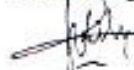
Penguji Utama



Dr. Elok Halimatus sakdiyah, M.Si

NIP. 19740518 200501 2002

Ketua-Penguji



Abd. Hamid Cholili, M.Psi., Psikolog

NIDT. 19890602201911201270

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal, ....., 20...

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 1971029 199403 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizky Miranda

NIM : 16410149

Fakultas : Psikologi


Judul Skripsi : *Highly Sensitive Person, Stres, dan Keterampilan Sosial*

Menyatakan bahwa penelitian dengan judul tersebut merupakan karya sendiri dan bukan karya orang lain baik sebagian ataupun keseluruhan, kecuali dalam kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 27 November 2020

Peneliti



  
Rizky Miranda

NIM. 16410149

## **MOTTO**

*“Barangsiapa belum pernah merasakan pahitnya menuntut ilmu walau sesaat, ia akan menelan hinanya kebodohan sepanjang hidupnya” – Imam Syafi’i*

*“Perjalanan sejauh 1000 mil dimulai dengan 1 langkah”*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*Dengan menyebut nama Allah atas segala nikmat yang berlipah dan atas kasih-Nya serta keagungan-Nya*

*Teruntuk:*

*Mama-ku **Mutiatul Khiroh***

Yang tanpa henti memanjatkan doa untuk kebaikan-kebaikan putri-putrinya

*Ayah-ku **Sumardi***

Yang menjadi inspirasi dalam keteguhan serta kerja kerasnya untuk membahagiakan keluarga serta kehangatan yang selalu dilimpahkan didalam jiwa

***Yenny Dewi Karimah & Evelyn Dytia Nabilah***

Kakak dan adik saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya dengan cara-cara yang berbeda, dan yang selalu menemani saya ketika sedang tidak dalam kondisi terbaik

*Serta*

Kepada para pendidik saya; guru-guru dan dosen saya yang selalu melimpahkan keilmuannya kepada saya, dan tak lupa berbagai nasehat untuk kebaikan saya.

Keluarga besar yang selalu memberika semangat, dan juga doa. Serta sahabat-sahabat saya yang selalu ada baik senang maupun duka. Dan kepada orang lain

yang tak jarang dapat memberikan motivasi kepada saya. Serta dosen pembimbing saya ibu Umdatul Khoirot, M.Psi.,Psikolog yang memberikan semangat serta bimbingan dengan penuh kesabaran, juga bapak ibu dosen lain yang telah membantu saya dalam memberikan arahan serta bimbingan dalam menuntaskan tugas akhir saya.

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji Syukur Kehadirat Allah yang Maha Esa, atas berkat, rahmat, nikmat, limpahan taufiq & Hidayah-Nya, tuntunan dan harapan kehidupan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul '*Highly Sensitive Person, Stres, dan Keterampilan Soisial*' dengan baik.

Shalawat serta salam tak lupa penulis haturkan kepada Nabi kita, Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wassalam beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya, yang telah membimbing kita menuju zaman perubahan untuk terus berada di JalanNya.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menuliskan penelitian ini sebagai penyelesaian tugas akhir guna menyelesaikan Pendidikan strata satu dan untuk menyanggah gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Tentunya dalam menyelesaikan perjalanan pendidikan ini, banyak ucapan dan beribu terima kasih kepada segala pihak yang membantu. Kepada:

1. Bapak Prof. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku desan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

3. Ibu Umdatul Khoirot, M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah mempercayakan saya untuk menyelesaikan skripsi dengan baik.



4. Ibu Dr. Elok Halimatus Sa'diah, M.Psi selaku dosen penasehat akademik semester satu hingga semester sembilan.

5. Bapak ibu dosen yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang telah mengajarkan saya baik secara akademik maupun bimbingan kehidupan dunia dan akhirat, semoga tercurahkan segala kebaikan dan keberkahan.

6. Mama, Ayah, adek, kakak & suami yang telah memanjatkan doa dan menjadi penyemangat utama dalam kehidupan saya dalam menjalani setiap proses kehidupan.

7. Sahabat-sahabat seperjuangan saya, yakni Dinda herwita, Nova Arisandy, Mufidatun Nuha.Fauziah Sabilah, Lintang Budi Kencana Sari, Salisya Ambar Wati, Najiyahatun Nikmatil A'la, Ruliyana Firdausi, dan nama-nama lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

8. Sahabat-sahabat saya menemani hari-hari saya di kota Malang, yakni mbak Irma, Nasha, Safirah, Tarin, Novita, Sephia, Nuy, widya, Putri, Burko, Dara, mbak dewi kamila, dan lainnya yang selalu memberikan kebahagiaan yang tak akan pernah terlupakan dan akan selalu saya rindukan.

9. Serta pihak-pihak lainnya yakni para responden, bagian administrasi Fakultas Psikologi dan Universitas UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, bapak ibu pemilik kos yang saya tinggali yang telah memberikan kelancaran dan kemudahan bagi saya untuk menyelesaikan kewajiban saya guna menyelesaikan tugas akhir saya.

Semoga tercurahkan rasa kasih dan sayang serta dukungan yang dirasakan peneliti, agar sekiranya dapat pula terbalaskan akan kenikmatan dan karunia tersebut oleh Allah SWT.

Malang, 20 November 2020

Peneliti

Rizky Miranda

---

NIM. 16410149

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUT.....	I
HALAMAN JUDUL .....	II
HALAMAN PERSETUJUAN.....	III
HALAMAN PENGESAHAN .....	IV
SURAT PERNYATAAN .....	IV
MOTTO .....	VI
KATA PENGANTAR.....	VIII
DAFTAR GAMBAR.....	XIV
DAFTAR TABEL .....	XV
DAFTAR LAMPIRAN .....	XVI
ABSTRAK.....	XVII
ABSTRACT.....	XIX
المخلص .....	XXI
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Tujuan Penelitian .....	13
D. Manfaat Penelitian .....	14
BAB II.....	15
KAJIAN TEORI .....	15
A. <i>Highly Sensitive Person</i> (HSP) .....	15
1. Definisi <i>Highly Sensitive Person</i> (HSP) .....	15
2. Dimensi Kepribadian <i>Highly Sensitive Person</i> (HSP) .....	17
3. Sumber rangsangan .....	19
B. Stress .....	20
1. Definisi stress .....	20
2. Jenis- jenis stress .....	23
3. Dimensi stress .....	24
4. Gejala stress .....	25
5. Faktor pemicu stress .....	25
6. Respon terhadap stress .....	27
C. Keterampilan social.....	28
1. Definisi keterampilan sosial.....	28

2. Dimensi keterampilan sosial .....	30
3. Faktor yang mempengaruhi keterampilan social .....	32
4. Manfaat keterampilan sosial .....	33
D. Hubungan <i>Highly Sensitive Person</i> terhadap tingkat stress yang dimoderasi dengan keterampilan sosial.....	35
E. Hipotesis Penelitian .....	40
<b>BAB III .....</b>	<b>41</b>
<b>METODELOGI PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
A. Rancangan Penelitian.....	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	42
1. Variabel terikat .....	42
2. Variabel bebas .....	42
3. Variabel moderasi .....	42
C. Definisi Operasional .....	43
1. Highly Sensitive Person (HSP) .....	43
2. Stress .....	45
3. Keterampilan sosial.....	45
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	46
1. Populasi.....	46
2. Sampel.....	46
E. Teknik Pengumpulan Data.....	47
1. Skala atau kuesioner .....	48
2. Instrument pengumpulan data.....	51
F. Teknik Uji Instrumen Penelitian.....	53
1. Uji validitas .....	54
2. Uji reliabilitas .....	57
G. Analisis Data .....	58
<b>BAB IV.....</b>	<b>59</b>
<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>59</b>
A. Pelaksanaan Penelitian .....	59
B. Hasil Penelitian.....	61
C. Uji Hipotesis.....	69
D. Analisis Data (Pembahasan Diskusi Hasil).....	71
<b>BAB V .....</b>	<b>77</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan .....	77

<b>B. Saran .....</b>	<b>78</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>87</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Hubungan Antar Variabel.....	43
Gambar 3. 2 Garis Likert Instrumen HSPs.....	49

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skoring Favorable Skala PSS-10 .....	49
Tabel 3. 2 Skoring Unfavorable Skala PSS-10 .....	50
Tabel 3. 3 Skor Favorable Skala Keterampilan Sosial .....	50
Tabel 3. 4 Skor Unfavorable Skala Keterampilan Sosial .....	51
Tabel 3. 5 Blueprint Instrumen HSPs .....	51
Tabel 3. 6 Blueprint Instrumen PSS-10 .....	52
Tabel 3. 7 Blueprint Instrumen Skala Keterampilan Sosial .....	53
Tabel 3. 8 Daftar Subjek Matter Expert .....	56
Tabel 3. 9 Hasil CVR instrumen Penelitian .....	56
Tabel 3. 10 Hasil Cronbach's Alpha .....	57
Tabel 4. 1 Sebaran Data Hasil Penelitian .....	62
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	63
Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi Data .....	63
Tabel 4. 4 Kategori Responden Pada Variabel HSP .....	64
Tabel 4. 5 Kategori Subjek Pada Variabel Stress .....	65
Tabel 4. 6 Kategori Responden pada Variabel Keterampilan Sosial .....	65
Tabel 4. 7 Hasil Uji Multikolinieritas .....	67
Tabel 4. 8 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	67
Tabel 4. 9 Hasil Uji Homogenitas .....	68
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi (R Square) dengan Variabel Moderasi .....	70
Tabel 4. 11 Nilai Signifikansi Hasil Uji Regresi Moderasi .....	70

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Bukti Konsultasi .....	88
LAMPIRAN 2 Skala Penelitian .....	90
LAMPIRAN 3 Keseluruhan Skor Item Variabel HSP.....	97
LAMPIRAN 4 Keseluruhan Skor Item Variabel Stress .....	109
LAMPIRAN 5 Keseluruhan Skor Item Variabel Keterampilan Sosial.....	117
LAMPIRAN 6 Hasil Uji Reliabilitas.....	129
LAMPIRAN 7 Hasil Uji Validitas.....	130
LAMPIRAN 8 Hasil Uji Normalitas.....	156
LAMPIRAN 9 Hasil Uji Linieritas .....	157
LAMPIRAN 10 Hasil Uji Multikolonieritas.....	158
LAMPIRAN 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	159
LAMPIRAN 12 Hasil Uji Homogenitas.....	160
LAMPIRAN 13 Hasil Uji Regresi Parsial dan Regresi Variabel Moderasi (MRA) .....	162



## ABSTRAK

Miranda, Rizky. *Highly Sensitive Person*, Stres dan Keterampilan Sosial. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Umdatul Khoirot, M. Psi., Psikolog

---

Kata Kunci : *Highly Sensitive Person*, Stres, Keterampilan Sosial

*Highly Sensitive Person* adalah individu yang memiliki kecenderungan yang kuat dalam menangkap adanya stimulus, juga memprosesnya secara mendalam sebagai bentuk respon dari diterimanya stimulus tersebut dengan kemampuan kognisi yang dimiliki individu. Sehingga dikatakan bahwa HSP adalah individu yang memiliki fenotip dari sifat SPS (*Sensori Processing Sensitivity*). Sifat SPS diklasifikasikan sebagai sifat yang ditentukan secara genetik, namun demikian lingkungan tetap bertanggung jawab terhadap pengaruh emosi yang dimiliki HSP. Tingginya kemampuan dalam menangkap adanya reseptor disekitar mereka akan mengakibatkan HSP menerima adanya kelebihan stimulus sehingga tingkat stress yang diderita juga akan semakin tinggi. Pengaruh eksternal memberikan perannya untuk mereduksi stress sehingga dapat mengakomodasikan nilai positif pada diri HSP. Oleh karena alasan tersebut penting bagi HSP untuk memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang baik. Keterampilan sosial yang baik pada diri individu sering kali mampu memberikan manfaat apabila individu tengah mengalami stress, mengingat pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial, sehingga interaksi sosial akan efektif untuk mengalihkan ataupun memecahkan masalah yang menjadi pemicu munculnya stress pada individu.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif, dengan jumlah responden sebanyak 183 mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai sampel penelitian. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Dalam pengambilan data penelitian, dilakukan menggunakan instrument penelitian berupa skala untuk mengukur tingkat stress dan juga keterampilan sosial HSP. Untuk menentukan apakah individu tersebut masuk kategori HSP atau Non HSP dilakukan pengukuran menggunakan *HSP scale*. Sedangkan untuk mengukur tingkat stress menggunakan PSS-10, dan skala keterampilan sosial milik Ramadhani untuk mengukur tingkat keterampilan sosial. Setelah divalidasi dan dilihat nilai reliabilitas item, didapatkan item sebanyak 64 item total, dimana 27 item menggambarkan tingkat sensitivitas individu, 9 item untuk mengukur tingkat stress, dan 28 item untuk menentukan tingkat keterampilan sosial. Selanjutnya analisis data dilakukan dengan bantuan

*Microsoft Excel 2010 for Windows dan IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 20.*

Dari analisis data, didapatkan jika tingkat stress mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang paling banyak ada pada kategori sedang, dimana menunjukkan persentase sebesar 70.9%. Demikian juga pada tingkat keterampilan sosial mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang paling banyak berada pada kategori sedang, dimana persentasenya sebesar 86.4%. Hasil uji hipotesa menggunakan uji regresi dengan variabel moderasi didapatkan hasil jika variabel moderasi pada penelitian ini memberikan sumbangsih sebesar 14% terhadap tingkat stress HSP.

## ABSTRACT

Miranda, Rizky. *Highly Sensitive Person, Stress and Social Skill*. Thesis, Faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang.

Advisor : Umdatul Khoirot, M. Psi., Psikolog

---

Keywords: Highly Sensitive People, Stress, Social Skills

Highly Sensitive Person is an individual who has a strong tendency to perceive the presence of a stimulus, as well as to process it deeply in response to receiving the stimulus with the cognitive abilities of the individual. So that says that HSP is an individual who has the phenotype of the SPS (Sensory Processing Sensitivity) trait. The nature of SPS is classified as being genetically determined, however, the environment is still responsible for the emotional influence that HSP has. The high ability to perceive the receptors around them will result in HSP receiving a stimulus so that the stress level suffered will also be higher. External influence plays a role in reducing stress so that it can accommodate positive values for HSP. Therefore, it is important for HSP to have good social skills. Good social skills in individuals are often able to provide benefits to individuals who are experiencing stress, considering that humans are social creatures, so that social interaction will be effective in solving problems that trigger stress in individuals.

This research was conducted using quantitative methods, with the respondents as many as 183 active students of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang as the research sample. Sampling was done using non-probability sampling method with purposive sampling technique. Data collection was carried out using a research instrument in the form of a profit scale measuring stress levels and HSP social skills. To determine whether the individual is in the HSP or non-HSP category, measurements are made using HSPscale. Meanwhile, to measure the level of stress using the PSS-10, and the Ramadhani social skills scale to measure the level of social skills. After being validated and looking at the item reliability value, there were 64 items obtained, of which 27 items described the level of individual sensitivity, 9 items for measuring stress levels, and 28 items for determining the level of social skills. Furthermore, data analysis was performed with the help of Microsoft Excel 2010 for Windows and IBM Statistics Package for the Social Sciences (SPSS) version 20.

From the data analysis, it was found that the stress level of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang students was mostly in the medium category, which showed a proportion of 70.9%. Likewise, the level of social skills of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang students was mostly in the medium category, where the percentage was 86.4%. Hypothesis test results using regression test with moderating variables

obtained results if the moderating variable in this study contributed 14% to the stress level of HSP.

## المخلص

ميراندا ، رزقي. شخص شديد الحساسية والتوتر والمهارات الاجتماعية. مقال. كلية علم النفس جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك ابراهيم مالانج.

المستشار: عمدة الخبرات، م. فسي. فيسيفالوع

الكلمات المفتاحية: شخص شديد الحساسية ، ضغوط ، مهارات اجتماعية

الشخص شديد الحساسية هو الفرد الذي لديه ميل قوي لإدراك وجود الحافز ، وكذلك معالجته بعمق كرد الفعل على تلقي الحافز مع القدرات المعرفية للفرد. لذلك يقال إن هسف هو فرد لديه النمط الظاهري لسمة سفس (حساسية المعالجة الحسية). يتم تصنيف سمة سفس على أنها سمة محددة وراثيًا ، ومع ذلك ، لا تزال البيئة مسؤولة عن التأثير العاطفي الذي يتمتع به هسف. ستؤدي القدرة العالية على النقاط المستقبلات من حولهم إلى تلقي هسف لتحفيز زائد بحيث يكون مستوى الإجهاد الذي يعاني منه أعلى أيضًا. إن سهولة الإثارة التي يتمتع بها هسف ستؤدي أيضًا إلى تفاقم الحالة العقلية لـ هسف. ومع ذلك ، يمكن أيضًا توقع هذه الحالة أو التقليل منها عن طريق تحفيز الثقة في الأشخاص الذين يعانون من الحساسية تجاه الأشخاص الذين يمكنهم التعامل مع الضغوط بشكل جيد من خلال افتراض أن هذه الضغوطات ستعطي معنى لحياة هؤلاء الأشخاص ، بحيث تقلل من مشاعر العجز أو الانعكاسات السلبية على المواقف السلبية التي يمرون بها. تلعب التأثيرات الخارجية دورًا في استيعاب القيم الإيجابية لـ هسف ، بحيث يجب القيام بالتفاعل الاجتماعي الجيد في أقرب وقت ممكن. لذلك ، من المهم أن يكون لدى هسف

مهارات تفاعل اجتماعي جيدة. غالبًا ما تكون المهارات الاجتماعية الجيدة لدى الأفراد قادرة على تقديم فوائد عندما يعاني الأفراد من الإجهاد ، مع الأخذ في الاعتبار أن البشر كائنات اجتماعية في الأساس ، لذلك ستكون التفاعلات الاجتماعية فعالة في تحويل أو حل المشكلات التي تثير التوتر لدى الأفراد.

تم إجراء هذا البحث باستخدام الأساليب الكمية ، حيث بلغ عدد المستجيبين ما يصل إلى ١٨٣ طالبًا نشطًا في جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك ابراهيم مالانج كعينة بحث. تم أخذ العينات باستخدام طريقة أخذ العينات غير الاحتمالية بتقنية أخذ العينات الهادفة. عند جمع بيانات البحث ، تم إجراؤه باستخدام أداة بحث في شكل مقياس ربح يقيس مستويات الإجهاد وأيضًا المهارات الاجتماعية هسف. لتحديد ما إذا كان الفرد في فئة هسف أم لا ، يتم إجراء القياسات باستخدام مقياس هسف. وفي الوقت نفسه ، لقياس مستوى الإجهاد باستخدام فسس ١٠ ، ومقياس المهارات الاجتماعية لرمضاني لقياس مستوى المهارات الاجتماعية. بعد التحقق من صحتها والنظر إلى قيمة موثوقية العنصر ، كان هناك ٦٧ عنصرًا في المجموع ، منها ٢٧ عنصرًا وصفت مستوى الحساسية الفردية ، و ٩ عناصر لقياس مستويات التوتر ، و ٢٨ عنصرًا لتحديد مستوى المهارات الاجتماعية. علاوة على ذلك ، تم إجراء تحليل البيانات بمساعدة ميكروصف اكجل ٢٠١٠ من ويندوس والإصدار ٢٠ من حزمة ابيم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (سفسس)

من تحليل البيانات ، وجد أن مستوى الإجهاد لدى طلاب جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك ابراهيم مالانج كان في الغالب في الفئة المتوسطة ، والتي أظهرت نسبة ٩٠.٧٪. وبالمثل ، على مستوى المهارات الاجتماعية ، كان طلاب جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك ابراهيم مالانج في الغالب في الفئة المتوسطة ، حيث كانت النسبة ٨٦.٤٪. تم الحصول على نتائج اختبار الفرضية باستخدام اختبار الانحدار مع المتغيرات الوسيطة إذا كان المتغير الوسيط في هذه الدراسة قد ساهم بنسبة ١٤٪ في مستوى الإجهاد لهسف.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Saat ini masyarakat dunia telah hidup di era modernisasi, dimana modernisasi sendiri dalam ilmu sosial merupakan suatu bentuk perubahan transformasi dari kondisi yang kurang maju atau kurang berkembang menuju ke arah yang lebih maju, modernisasi dalam kehidupan masyarakat tidak hanya merujuk pada aspek materiil, namun juga aspek immaterial seperti halnya pola pikir, tingkah laku, dan lain sebagainya (Rosana, 2015). Black (1966) berpandangan bahwa masyarakat dikatakan modern ditandai dengan bertumbuhnya ilmu pengetahuan baru, yang dibarengi dengan meningkatnya kemampuan masyarakat dalam memahami rahasia-rahasia alam, dan kemudian mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Tidak dapat dipungkiri jika modernisasi akan membawa perubahan perubahan besar dalam berbagai bidang, seperti bidang demografi, sistem stratifikasi, pemerintahan, pendidikan, sistem keluarga, nilai, sikap, serta kepribadian (Rosana, 2012). Era modern membawa masyarakat untuk dapat mengakses dunia dengan sangat mudah, kondisi ini sering kali memicu adanya dampak negatif jika tidak diiringi dengan adanya kekuatan moral yang baik (Yusuf, 2018) Selain itu tiap individu juga akan sangat mudah mengakses tentang kehidupan pribadi individu lain, mengingat mudahnya akses yang tersedia, dan tak jarang hal tersebut memicu timbulnya konflik satu sama lain mengingat masyarakat modern yang lebih kritis (Febriyanti, 2018) .

Salah satu budaya baru sebagai akibat dari adanya modernisasi yang saat ini sering kali berujung pada munculnya konflik adalah sikap mengkritik yang tidak dibarengi dengan komunikasi yang baik dan semakin tidak manusiawinya hubungan diantara individu (Rusdi dalam Yusuf, 2018) Banyak diantara kita saat ini cenderung mudah mengkritik atau melakukan *judgement* antara satu dengan yang lainnya tanpa memedulikan perasaan individu lain yang menerima kritikan atau *judgement* tersebut. Kondisi tersebut bagi beberapa individu bukan suatu hal yang berarti, namun pada beberapa individu lain kondisi demikian akan memicu adanya konflik, baik bagi kedua belah pihak yang bersangkutan atau hanya disalah satu pihak saja. Beragam jenis budaya, status sosial, dan pengetahuan individu yang berbeda menjadi dasar bagaimana individu tersebut bersikap dalam menghadapi situasi. 20% dari populasi manusia di bumi memiliki proses kognisi yang dalam, sehingga satu diantara lima individu berpotensi untuk memiliki kesensitifitasan yang lebih tinggi sebagai bagian dari proses kognisis yang dalam (Aron, 1997).

Kondisi individu yang lebih sensitif terhadap rangsangan-rangsangan halus seringkali dikonotasikan negatif sebagai kelemahan, atau sebagai suatu gangguan bagi masyarakat (Sierra, 2013), mengingat hal ini hanya dimiliki oleh sebagian kecil dari populasi manusia di bumi sehingga akan sulit diterima oleh masyarakat luas yang tidak memahami adanya perbedaan diantara mereka. Bahkan banyak dari masyarakat modern saat ini memberikan julukan pada individu dengan kedalaman kognisi, emosional dan kesensitivitan yang tinggi tersebut dengan julukan '*si baper*'

atau individu yang *'alay'* (Kirnandita, 2017). Situasi tersebut menggambarkan bahwa masyarakat memberikan stigma pada individu-individu dengan pemrosesan kognitif yang dalam dan kesensitifitasan yang tinggi (Cooper, 2014). Kemudian, hal ini memperparah individu dengan karakteristik tersebut dalam menangani situasi yang ada, meskipun pada kebanyakan orang adalah sesuatu yang sederhana. Karakteristik individu yang berpikir secara mendalam, dan kesensitivan yang tinggi terhadap stimulus sederhana atau halus ini tidaklah dipahami secara luas atau diterima secara normatif (Aron, 2010; dalam Cooper, 2014). Serta seringkali tidak diketahui penyebabnya oleh orang lain (Natalia & Bernathsius, 2019).

Individu yang memiliki karakteristik sensitivitas tinggi terhadap stimulus, baik stimulus internal maupun eksternal dan biasanya memberikan respon yang lebih kompleks bagi individu tersebut. Kondisi individu dengan ciri kepribadian sensitive ini disebut dengan *Highly Sensitive Person* (HSP). Menurut Dr. Elaine Aron, HSP adalah individu yang memiliki kesadaran terhadap hal-hal kecil disekelilingnya dan kemudian akan menjadi mudah kuwalahan jika berada pada lingkungan yang sangat menstimulasi inderanya (Kirnandita, 2017).

*Highly Sensitive Person* merupakan istilah yang digunakan untuk individu dengan karakteristik sifat kepribadian *Sensory Processing Sensitivity* (SPS), yang merujuk pada sensitivitas individu terhadap munculnya stimulus, baik stimulus yang berasal dari luar maupun dari



dalam termasuk juga isyarat emosi dan sosial dengan ambang batas yang rendah namun lebih mudah terpengaruh terhadap suatu stimulus tersebut dibandingkan dengan non-HSP (Grimen & Diseth, 2016). Diperkuat dari penelitian Boterberg dan Warreyn (2016) bahwa HSP lebih mudah terstimulasi secara berlebihan oleh adanya rangsangan eksternal karena HSP memiliki ambang batas perseptual yang lebih rendah dan mengolah rangsangan kognitif secara mendalam. Pengolahan rangsangan secara mendalam dapat mengakibatkan peningkatan waktu reaksi karena dibutuhkan lebih banyak waktu yang digunakan untuk merespon isyarat yang ada di lingkungan, sehingga besar kemungkinan muncul perilaku hati-hati dan mengambil tindakan dengan resiko rendah. Dapat dikatakan jika HSP adalah wujud dari adanya sifat-sifat *Sensory Processing Sensitive* (SPS) (Etal, 2018 ; Aron, 1997)

Menurut O'Rourke & Walsh (2012) terbentuknya individu dengan sifat kepribadian SPS karena adanya perbedaan biologis pada syaraf pusat, dimana pada manusia umumnya (non-HSP) syaraf pusat (otak) akan menerima rangsangan/ stimulus yang nantinya akan diteruskan melalui filter-filter yang memberikan wawasan ataupun kesadaran, namun pada HSP filter-filter yang menyaring informasi dari stimulus yang kemudian diterima otak tersebut memiliki kuantitas yang lebih banyak, sehingga akan lebih meningkatkan wawasan dan kesadarannya. Hal tersebut jelas akan lebih banyak memakan waktu dan energi dalam menerima informasi dan juga keputusan (Natalia & Bernathsius, 2019).

Pernyataan tersebut diperkuat oleh seorang peneliti dari Munchen University, bahwa karakteristik HSP yang mudah kuwalahan karena memproses lebih banyak informasi daripada non-HSP, sehingga berakibat pada banyaknya waktu yang dibutuhkan untuk menarik diri agar dapat memproses informasi (Tillmann, 2019). Kondisi berbeda yang terdapat didalam saraf pusat menurut Rizzo & Sierra (dalam Natalia, & Bernathsius 2019) disebabkan oleh konsentrasi neurotransmitter yang ada didalam otak. Menurut Tillmann (2019) Selain karena faktor biologis, faktor lingkungan dan pola asuh juga mengambil peran dalam menciptakan kepribadian individu.

HSP memiliki daya fikir yang tinggi, karena mereka akan cenderung memikirkan detail-detail yang ada, terutama setelah terpapar cahaya yang terang, lingkungan yang ramai, suara yang kencang, ataupun bau yang menyengat. Menurut O'Rourke & Walsh (2012) Apabila stimulus yang diterima HSP terus terjadi secara berlebihan, maka mereka akan cenderung untuk menutup diri dan hal ini akan menyebabkan kecemasan, depresi, dan kemarahan. Namun demikian, HSP berbeda dengan tipe kepribadian Introvert ataupun ekstrovert, dimana introvert dan ekstrovert merupakan sifat yang pada dasarnya merupakan pengukur dari kemampuan individu dalam bersosialisasi (Cooper, 2014). Sehingga pada dasarnya tipe kepribadian ekstrovert dan introvert juga dimiliki oleh HSP. HSP dengan sifat kepribadian introvert menurut Bendersky dan Shaw (dalam Cooper, 2014) akan memiliki perilaku yang tenang dan cenderung berpikir sebelum bertindak. Sedangkan HSP dengan sifat kepribadian

ekstrovert menurut Aron (dalam Cooper, 2014) mungkin akan tampak mirip dengan ekstrovert non-HSP, namun HSP ekstrovert akan kuwalahan oleh adanya stimulus yang terlalu banyak. Pengalaman terhadap berbagai situasi juga sangat mempengaruhi bagaimana HSP nantinya dalam beraktifitas, disebabkan HSP yang dipengaruhi oleh pengalaman negatif maupun positif karena adanya pemrosesan kognitif yang dalam (Aron & Aron, 1997).

Proses kognisi yang dalam pada HSP karena persepsi tanpa henti oleh adanya stimulus disekitar mereka, mengakibatkan HSP rentan menderita stress yang konstan menurut Andresen, Goldman, & Volodina (dalam, Cieslik, n.d). Pada penelitian sebelumnya oleh Brindle (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara HSP (diukur menggunakan HSPs) dengan gejala emosi negatif seperti ansietas, depresi, dan juga stress (diukur dengan DASS) (Natalia & Bernathsius, 2019). Emosi negatif yang muncul seperti stress akan sering dirasakan oleh HSP, hal tersebut terjadi disebabkan karena HSP memiliki reaktivitas emosional yang lebih dalam yang didorong dari adanya pemrosesan kognitif yang lebih tinggi. Individu HSP sebenarnya tidak hanya reaktif secara berlebihan terhadap emosi negatif namun juga emosi positif menurut Ahadi & Bashpoor (Engelbertink, 2018). Namun pengalaman yang memancing emosi negatif memiliki dampak yang lebih besar dan menurunkan kesehatan mental individu, sehingga individu dengan HSP sering dinggap tidak stabil secara emosional dan distereotipkan sebagai individu yang lemah (Engelbertink, 2018). Kondisi stress merupakan

kondisi inheren dalam setiap individu dalam menjalani kehidupan sehari-harinya (Yusuf, 2018). Namun intensitas munculnya akan lebih tinggi pada individu HSP dibandingkan individu non-HSP (Aron dalam Tillmann, 2019)

Cannon (1932) mengemukakan jika manusia merespon peristiwa stress dengan fisik ataupun psikis untuk mempersiapkan diri diantara melawan atau mengatasinya, kemudian menghindar atau melarikan diri dari stress yang muncul (Yusuf, 2018). Stress pada individu memiliki dampak yang positif serta negatif. Pada sebagian individu stress akan mampu mendorong individu dalam melakukan sesuatu, membangkitkan kesadaran dan juga menghasilkan pengalaman baru. Sedangkan pengaruh negatif yang biasanya terjadi yaitu memicu perasaan-perasaan tidak percaya diri, penolakan, dan depresi. Sehingga stress akan dapat merugikan organisme karena mengganggu fungsi emosi dan fisik, serta menyebabkan masalah kesehatan (Yusuf, 2018).

Stress menurut A. Baum (dalam Yusuf, 2018) diartikan sebagai “pengalaman emosional yang negatif yang disertai perubahan-perubahan biokimia, fisik, kognitif, dan tingkah laku yang diarahkan untuk mengubah peristiwa stress tersebut atau mengakomodasi dampak-dampaknya”. Pada dasarnya stress disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya yaitu *stressor* fisik-biologis, *stressor* psikologis, *stressor* sosial (Yusuf, 2018) dan pada HSP hal tersebut akan disadarinya secara reaktif dan detail, sehingga mudah bagi HSP dalam menerima adanya stressor (Andresen, Goldman, &

Volodina dalam Cieslik, n.d.). Selain itu HSP juga bereaksi lebih parah terhadap stress daripada non-HSP (Aron; dalam Tillmann, 2019)

Stress yang dialami oleh individu baik HSP ataupun non-HSP haruslah segera ditangani ataupun dimanajemen sebelum menjadi penyebab adanya gangguan kesehatan mental ataupun fisik lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Johnson dan Johnson (1999) mengungkapkan jika keterampilan sosial dapat mengembangkan kemampuan individu dalam mengatasi stress. Terjalannya hubungan yang baik mampu membantu individu dalam mengatasi stress dengan memberikan suatu perhatian, informasi, dan *feedback* (Mayasari, 2014). Beberapa penelitian mengatakan jika keterampilan sosial yang tinggi dapat menjadi kunci bagi terciptanya kesejahteraan psikologis individu (Nugraini & Ramadhani, 2016). Salah satunya yakni penelitian yang dilakukan Leme, Del Prette, & Coimbra dimana mereka menemukan bahwa tingkat keterampilan sosial menentukan kesejahteraan psikologis individu (Nugraini & Ramadhani, 2016).

Salkind mengemukakan (dalam Nugraini & Ramadhani, 2016) bahwa keterampilan sosial merupakan salah satu aspek dari kecerdasan emosional yang dibutuhkan untuk melakukan interaksi sosial dalam rangka mengadopsi nilai moral dari budaya dan masyarakat. Keterampilan sosial merupakan kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain secara verbal ataupun non-verbal yang disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada pada saat itu, dimana keterampilan ini didapat dari proses

pembelajaran (Muyasari, 2014). Menurut Nurhidayat (2012) keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk berinteraksi sosial dengan orang lain menggunakan cara-cara tertentu, yang dapat diterima ataupun dihargai secara sosial serta membawa manfaat bagi individu tersebut, individu lain, ataupun kedua belah pihak (Muyasari, 2014). Individu yang memiliki keterampilan sosial yang baik memiliki rasa empati yang tinggi, tenggang rasa, dan kepedulian terhadap sesama. Selain itu individu dengan keterampilan sosial yang baik juga memiliki kemampuan berafiliasi dan resolusi konflik secara baik (Muyasari, 2014). Puncak dari terintegrasinya perkembangan sosial menurut Suntrock (2013) terdapat pada masa dewasa awal, dimana pada masa ini individu mengalami peralihan dari masa remaja yang cenderung egosentris.

Masa dewasa awal dicirikan sebagai masa yang penuh dengan ketegangan emosi, seringkali kondisi ini ditampakkan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran (Hurlock, 1986). Selain itu, pada masa ini, penentuan relasi sangat memegang peranan yang penting (Hurlock dalam Lestari, 2014) pada masa dewasa awal, terjadi perkembangan dan pembentukan sikap secara maksimum dan diharapkan pada tahap perkembangan ini, individu dapat mencapai tingkat kematangannya (Nurpratiwi, 2010). Kondisi dewasa awal pada masa perkembangan manusia menjadi menarik untuk dihubungkan dengan individu yang memiliki sifat kepribadian HSP, dimana kompleksitas konflik lebih sering terjadi di masa ini, mengingat pada masa dewasa awal sebagai masa dengan

ketegangan emosional dimana seseorang akan mengalami kebingungan dan mengalami keresahan emosional (Hurlock, 1999).

Pada penelitian sebelumnya ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara HSP dengan tingkat depresi atau stress. Namun menjadi menarik jika kemudian variabel tersebut dikaitkan dengan variabel lain berupa ketrampilan sosial, sebagai variabel yang memoderasi antara HSP dengan tingkat stress yang dialaminya. Penelitian ini penting untuk dilakukan mengingat semakin tingginya minat masyarakat terhadap perkembangan psikologi sebagai bentuk *awarnes* terhadap kesehatan mental seseorang. Terlebih saat ini banyak dari kalangan masyarakat yang tidak mengetahui mengenai HSP, bahkan seringkali HSP dikaitkan dengan gangguan psikologi. Kondisi ini semakin mengganggu bagi kesehatan mental HSP ketika masyarakat memberikan julukan atau istilah yang berkonotasi negatif bagi mereka, seperti “*si baper*” atau “*si alay*” karena sensitivitas dan kedalam emosi yang dimilikinya. Sehingga secara tidak langsung juga membantu HSP dalam manajemen tingkat stress sebagai aspek kesehatan mental. Pada penelitian ini nantinya diharapkan masyarakat menjadi lebih memahami sifat HSP dan menjadi terbuka atas kehadirannya dikelompok mereka.

Namun tidak hanya cukup sampai dengan pemahaman masyarakat untuk menjadi terbuka terhadap kondisi HSP, kemampuan personal HSP dalam kehidupan sosial juga harus dilatih agar dapat menyeimbangkan kebutuhan dasar manusia sebagai individu yang tidak mampu hidup sendiri

tanpa orang lain. Maka keterampilan sosial sebagai salah satu aspek penting bagi HSP dalam menentukan tingkat stress yang dideritanya. Diketahui melalui penelitian sebelumnya jika keterampilan sosial mampu untuk mempengaruhi tingkat stress yang dimiliki oleh individu. Dari adanya bukti penelitian sebelumnya yang mengungkapkan adanya keterkaitan diantara variabel HSP, stress, dan keterampilan sosial, maka peneliti bertujuan untuk mengetahui seberapa berpengaruh keterampilan sosial dalam memoderasi hubungan antara HSP dewasa awal dengan tingkat stress yang diderita.

Dewasa awal dipilih menjadi subjek penelitian mengingat pada masa ini menurut Ericson adalah masa dimana individu telah menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat, mengingat individu harus memulai untuk tidak lagi bergantung pada orang tua. Selanjutnya menurut Hurlock (2009) tugas perkembangan yang harus diselesaikan pada masa ini salah satunya adalah bergabung didalam suatu kelompok. Selain itu pada masa dewasa awal disimpulkan oleh Putri (2019) sebagai masa dimana individu telah siap untuk berperan dan bertanggung jawab serta menerima kedudukan didalam masyarakat dan terlibat dalam hubungan sosial. Namun hubungan sosial pada masa dewasa awal dilandasi minat sosial yang tidak lagi begitu saja dapat menikmati pergaulan spontanitas sebagaimana ketika masih bersekolah.

Oleh karenanya, pada penelitian ini individu pada masa dewasa awal dipilih sebagai subjek penelitian, dimana anggapan bahwa pada masa



dewasa awal adalah masa dimana individu lebih mandiri, dan keterikatan dengan lingkungan sosialnya semakin tinggi mengingat bahwa pada masa dewasa awal terdapat tugas perkembangan untuk bergabung dalam lingkungan sosialnya. Kondisi tersebut menarik untuk diteliti dengan menghubungkan tingkat sensitivitas pada HSP dewasa awal, karena dicirikan bahwa pada masa dewasa awal menurut Anderson (dalam Mappiare, 1983) adalah masa dimana individu lebih mampu untuk mengandalikan perasaan pribadi. Alasan tersebut menjadikan landasan dipilihnya masa dewasa awal sebagai subjek penelitian, ditambah dengan kriteria subjek yang berstatus sebagai mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dipilih mengingat pada institusi pendidikan ini, mahasiswa baru diwajibkan untuk bertempat tinggal selama satu tahun didalam mahad sebagai persyaratan wajib untuk melanjutkan masa pendidikannya. Tuntutan untuk tinggal didalam mahad dengan ikut serta menjalani aktivitas keseharian sebagaimana yang telah diatur oleh pihak yang berwenang, memungkinkan adanya interaksi primer antar mahasiswa, yang mana interaksi ini berlangsung secara intens, sehingga penting bagi mahasiswa untuk menempatkan dirinya secara baik didalam lingkungan sosialnya, hal ini jelas akan berpengaruh pada kemampuan interaksi sosial yang dimiliki tiap mahasiswa. Pengalaman serupa yang dimiliki seluruh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim yang berkaitan dengan wajib tinggal didalam mahad menjadi menarik untuk diketahui mengenai keterikatannya dengan

kemampuan berinteraksi sosial yang dimiliki oleh tiap mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## **B. Rumusan Masalah**

Pada penelitian ini nantinya terdapat tiga rumusan masalah yang akan diteliti, diantaranya yaitu :

1. Bagaimana tingkat stress pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Bagaimana keterampilan sosial pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana keterampilan sosial mempengaruhi tingkat stress pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan didalam penelitian ini dijabarkan sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat stress pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa/i di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Mengetahui tingkat keterampilan sosial pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa/i di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang..
3. Mengetahui pengaruh keterampilan sosial terhadap tingkat stress pada HSP yang berstatus sebagai mahasiswa/i di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang..

#### **D. Manfaat Penelitian**

Pada penelitian ini nantinya diharapkan akan memberikan manfaat teoritis dan juga praktis bagi pembaca, diantaranya sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

a. Manfaat bagi individu

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan tambahan khasanah pengetahuan bagi individu dewasa dengan karakter kepribadian sensitive. Selanjutnya juga memberikan pengetahuan kepada masyarakat umum tentang sifat sensitive yang dimiliki oleh sebgaiian individu dilingkungan masyarakat, sehingga akan lebih mampu menerima keberadaan HSP, dan tidak menganggap kelompok HSP adalah kelompok dengan gangguan psikologis.

b. Manfaat bagi penelitian selanjutnya

Secara teoritis hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi di Indonesia. Selain itu dapat menjadi salahsatu rujukan bagi penelitian selanjutnya, mengingat sedikitnya literasi yang membahas mengenai HSP sebagai variabel penelitian.

2. Manfaat praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan masukan atau acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang meneliti mengenai HSP serta kondisi kesehatan mental (stess). Selain itu, diharapkan nantinya pembaca dapat memahami serta menjadi terbuka atau menerima akan keberadaan HSP dilingkungan sekelilingnya.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Highly Sensitive Person (HSP)*

##### 1. Definisi *Highly Sensitive Person (HSP)*

*Highly Sensitive Person (HSP)* merupakan perwujudan dari sifat SPS (Tillmann, 2019). *Sensory Processing Sensitivity (SPS)* adalah sifat fenotip yang mendasari (Greven et al.; dalam Tillmann, 2019) adanya perbedaan antar individu pada kedalaman pemrosesan informasi (Aron & Aron ; dalam Tillmann, 2019).

*Highly Sensitive Person (HSP)* mengartikan kondisi individu yang memiliki sensitivitas tinggi terhadap stimulus. Menurut Aron (dalam Engelbertink, 2018) SPS adalah sifat genetik yang ditandai dengan sensitivitas sensorik yang meningkat serta pemrosesan rangsangan kognitif yang lebih dalam dan kemudian menghasilkan stimulasi yang berlebihan atau respon emosional yang kuat. Proses kognitif internal seperti pikiran, fantasi, dan ide akan lebih merangsang sistem saraf HSP daripada sistem saraf non-HSP (Sierra, 2013).

Sensitivitas terhadap rangsangan ini ditemukan pada 15-20% dari jumlah populasi manusia di dunia (Avecedo, 2014; dalam Natalia & Bernatsius, 2019). Kondisi tersebut terjadi hanya pada sebagian populasi manusia dikarenakan adanya perbedaan biologis pada sistem saraf pusat. Pada manusia umumnya informasi yang diterima di otak akan diproses melalui filter yang akan memberikan wawasan serta

kesadaran pada individu tersebut. Namun berbeda pada HSP, dimana nantinya akan ditemukan lebih banyak filter didalam otaknya, sehingga wawasan dan kesadaran yang diterima oleh HSP akan lebih banyak.

Menurut O'rourke & Wals (dalam Natalia & Bernatsius, 2019) Hal tersebut berdampak pada rentang waktu yang lebih lama dan kebutuhan energi yang lebih banyak dalam mengambil keputusan bagi HSP. Kondisi biologis tersebut menurut Avecedo (dalam Cieslik, n.d) kemudian mempengaruhi bagaimana individu dalam mempresepsikan lingkungan, yang mana akan menghasilkan sensitivitas lebih tinggi terhadap rangsangan internal dan eksternal.

Individu dengan karakter SPS akan mudah dalam menyatukan informasi (Jogiellowicz, 2010), mengingat bahwa HSP memiliki sensitivitas sesorik yang tinggi bahkan pada rangsangan halus (Cieslik, n.d.), serta memiliki kesiapan dalam membandingkan input sensorik yang baru dengan input sensorik lama (Baron, 2008; dalam Cieslik, n.d.). sensitivitas sensorik sendiri berfungsi untuk mengatur jumlah informasi sensorik yang diterima versus jumlah informasi yang dirasakan (Martanuska, 2012; dalam Cooper, 2014).

HSP digambarkan oleh Hartman (2011) sebagai individu yang memiliki keterbukaan terhadap pemikiran yang berbeda, karena adanya input rangsangan yang tinggi pada dirinya (Cooper, 2014). Kemampuan tersebut menjadikan HSP cenderung menjadi empatik, intuitif, kreatif, dan teliti (Aron, 2010; dalam Cooper 2014). Selain dampak positif,

terdapat pula dampak negative yang mana hal tersebut lebih menstimuli kondisi individu HSP (Aron, 2010).

Responsifitas yang tinggi terutama setelah paparan cahaya terang, lingkungan yang ramai, suara yang kencang, atau bau yang menyengat menyebabkan system saraf memproses informasi sensoris ke otak secara berlebihan, sehingga otak akan bekerja secara maksimal. Akibatnya HSP akan mudah merasa lelah dan kuwalahan, untuk mengembalikan kondisi tubuhnya, akibatnya HSP membutuhkan waktu tidur yang lebih lama dibandingkan non-HSP (Natalia & Bernathsius, 2019). Apabila terus terjadi stimulus berlebih yang diterima oleh HSP, mereka akan cenderung menutup diri dan memicu munculnya kecemasan, depresi, kemarahan pada HSP yang seringkali penyebab tersebut tidak diketahui oleh orang lain (O'Rourke & Wals, 2012; dalam natalia & Bernathsius, 2019). Diperkuat oleh pernyataan Aron (dalam Cooper, 2014) bahwa kondisi HSP tidak dipahami secara luas atau diterima sebagai normative, akibatnya persepsi bias terhadap HSP secara keliru dikaitkan dengan kelemahan (Sierra, 2013).

## 2. Dimensi Kepribadian *Highly Sensitive Person* (HSP)

Pada dasarnya HSP memiliki karakteristik yang membedakannya dengan non- HSP, dimana terdapat empat karakteristik yang dijelaskan oleh Aron, dkk. (dalam Tillman, dkk., 2019). Empat karakteristik HSP menurut Aron yaitu :

a. Penghambatan perilaku

HSP memiliki kecenderungan untuk menhaan diri sebelum bertinda. Namun penghambatan perilaku tidak terjadi pada semua situasi melainkan pada sebagian besar situasi yang dialami oleh HSP. Hal ini terjadi karena adanya situasi yang sudah dikenali oleh HSP sehingga tidak perlu adanya proses pemeriksaan.

Menurut Carl Jung (dalam Tillman, 2019) bahwasannya penghambatan perilaku merupakan preferensi untuk mengamati, sehingga akan ada kecenderungan untuk merefleksikan dan kemudian menghungkan situasi dengan pengalaman sebelumnya. Penghambatan perilaku terjadi bukan karena adanya perasaan takut, melainkan perwakilan dari responsivitas HSP.

b. Sensitifitas terhadap rangsangan

HSP memiliki ambang batas stimuli yang lebih rendah, sehingga akan menjadikan HSP mudah kuwalahan oleh berbagai rangsangan yang lebih halus. Secara kusus sensitivitas rangsangan pada HSP dapat dipengaruhi oleh dua hal, yaitu dalam diri (internal) seperti adanya bau menyengat, suara keras, ataupun rangsangan visual dan luar dirinya (eksternal) seperti rasa sakit, lapar, kafein, dan juga obat-obatan (Aron & Aron, 1997)

c. Kedalaman pemrosesan

Merujuk pada studi Pattovson & Newman (dalam Tillman, 2019) bahwa introvert membutuhkan lebih banyak waktu setelah mengerjakan tugas untuk mencerminkan umpan balik dari apa yang

mereka dapatkan, namun menghasilkan hal yang lebih baik di akhir. Karakteristik tersebut sejalan dengan aspek SPS menurut Tillman (2019), yang secara khusus diasumsikan kepada HSP yang memiliki kedalaman proses informasi mencakup proses berpikir yang panjang tentang hal-hal yang terjadi pada mereka dan pengalaman tentang sesuatu yang tidak aktif dipikirkan untuk beberapa waktu namun kemudian muncul kembali.

d. Reaktifitas emosional atau fisiologis

Reaktifitas yang lebih besar mendukung proses belajar tentang bagaimana bereaksi dalam situasi tertentu dan berinteraksi pada sensitivitas umumnya. Reaktifitas emosional atau fisiologis dapat terjadi untuk alasan adanya gangguan stress pasca traumatic / neurotis, selain itu juga menjelaskan karakter perilaku kehati-hatian, rasa malu/introversi (Aron, 2012)

3. Sumber rangsangan

Menurut Greven, et al. (2019) sumber rangsangan HSP dapat dibedakan menjadi dua, yaitu :

a. Eksternal

- 1) Lingkungan fisik (makanan dan asupan kalsium)
- 2) Lingkungan sosial (perjalanan masa kecil, suasana hati orang lain, keramaian)
- 3) Lingkungan sensorik (pendengaran, penglihatan, taktil, dan penciuman)



b. Internal

- 1) Pikiran
- 2) Perasaan
- 3) Sensasi dalam tubuh (missal rasa lapar dan sakit)

**B. Stress**

1. Definisi stress

Menurut Arumwardhani (2011) stress merupakan bentuk tekanan yang dialami oleh individu dalam usaha pencapaian tujuan terhadap standar pemenuhan kebutuhan kehidupan manusia. Sedangkan menurut Kartono dan Gulo (2000) dalam Safaria & Saputra (2009) mendefinisikan stress sebagai berikut :

- a. Suatu stimulus yang meningkatkan kapasitas ketegangan dari psikologis maupun fisiologis organisme.
- b. Sejenis frustrasi, dengan aktivitas yang terarah pada pencapaian tujuan telah terganggu atau dipersukar, tetapi tidak terhalang-halangi; perasaan ini biasanya dibarengi dengan perasaan was-was khawatir dalam pencapaian tujuan.
- c. Kekuatan yang diterapkan pada suatu system; tekanan- tekanan fisik dan psikologis yang dikenakan pada tubuh dan pribadi.
- d. Suatu kondisi ketegangan fisik atau psikologis disebabkan oleh adanya persepsi ketakutan dan kecemasan.

Selye (1976) mendefinisikan bahwa stress adalah respon yang diberikan manusia dan bersifat nonspesifik terhadap adanya tuntutan kebutuhan yang ada dalam dirinya. Kemudian ditahun 1998 Wolfee dan Dryden menyimpulkan teori dasar stress kedalam tiga variabel pokok (Yusuf, 2018) yaitu :

- a. Variabel stimulus (*engineering approach* / pendekatan kerekayasaan)

Variabel stimulus mengkonsepsikan stress sebagai stimulus yang mengancam, dimana terjadi karena tekanan dari luar terhadap individu yang menyebabkan gangguan kesehatan.

- b. Variabel respon (*physiological approach* / pendekatan fisiologis)

Variabel ini didasari oleh model *triphase* hasil penelitian Selye yang dinamakan GAS (*General Adaptation Syndrome*). GAS adalah bentuk mekanisme respon tipikal tubuh dalam merespon adanya rasa sakit, ancaman, atau stressor lainnya. GAS terdiri atas tiga tahapan, yaitu: (a) reaksi alarm, yang terjadi ketika organisme merasakan adanya ancaman, yang kemudian direspon secara “*figh*” atau “*flight*”; (b)*resistance*, yang terjadi apabila stress yang dirasakan terjadi secara berkelanjutan, pada saat ini akan terjadi perubahan fisiologi sebagai bentuk penyeimbang untuk mengatasi ancaman; dan (c) *exhaustion*, terjadi ketika stress terus terjadi secara berkelanjutan direntang waktu tertentu, sehingga organisme akan mengalami sakit.

c. Variabel interaktif

Variabel interaktif meliputi dua teori, yaitu teori interaksional dan teori transaksional. Teori interaksional adalah konsep yang mengfokuskan pembahasannya pada aspek keterkaitan antara individu dengan lingkungannya, serta hakikat hubungan antara tuntutan pekerjaan dengan kebebasan mengambil keputusan. Sedangkan teori transaksional berfokus pada aspek-aspek kognitif dan afektif individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, serta bagaimana individu memiliki kecenderungan dalam melakukan *coping stress*.

Salah satu teori terkenal yang didasari oleh teori transaksional adalah teori stress karya Lazarus dan Folkman (1984). Mereka mendefinisikan stress sebagai suatu akibat dari adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dengan kemampuan, dimana hal tersebut mengimplikasi adanya tuntutan yang lebih tinggi daripada kemampuan atau sumber daya yang ada (Tillmann, 2019).

Baum juga turut memberikan sumbangsinya terhadap definisi stress, dimana ia mengartikan sebagai “pengalaman emosional negatif yang disertai perubahan-perubahan biokimia, fisik, kognitif, dan tingkah laku yang diarahkan untuk mengubah peristiwa stress tersebut atau mengkomodasikan dampak-dampaknya” (Yusuf, 2018).

Lovibond & Lovibond (1995) mendefinisikan stress sebagai suatu respon emosi yang muncul akibat adanya kejadian-kejadian yang menekan dalam hidup individu. Ia menjelaskan bahwa saat individu

mengalami stress maka aindividu tersebut akan memiliki kecenderungan menjadi lebih mudah marah, sulit menenangkan diri, dan menjadi tidak sabar dalam menghadapi situasi.

menurut Cohen dan Herbert (1996) stress adalah gambaran dari adanya stimulus yang muncul di lingkungan sekitar individu yang kemudian diinterpretasikan kedalam pengalaman individu tersebut, sehingga memunculkan respon emosional baik secara biologis (fisik), psikologis, dan perilaku

## 2. Jenis- jenis stress

Selye (1980) membagi stress menjadi tiga jenis, yaitu :

### a. Stress positif (eustress)

Eustress merupakan respon stress ringan yang menimbulkan perasaan senang, bahagia, menantang, dan menggairahkan. Eustress akan mampu menciptakan dorongan atau motivasi individu terhadap suatu hal.

### b. Stress negative (distress)

Distress merupakan bentuk dari stress yang tidak menyenangkan. Distress adalah gambaran dari suatu keadaan dimana individu mengalami kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, ataupun kegelisahan.

### c. Neustress

Neustress adalah bentuk stress diantara eustress dan distress, yang mana merupakan respon stress yang menekan namun masih

seimbang, sehingga seseorang merasa tertantang untuk menghadapi masalah dan memacu diri untuk menjadi lebih baik.

### 3. Dimensi stress

Menurut Cohen, Kamarck, dan Mermelstein (1983) munculnya stress dalam diri individu karena adanya pengalaman dan persepsi individu tentang apa yang dirasakan dalam kehidupan mereka, diantaranya yaitu :

a. Perasaan tidak terprediksi (*feeling of unpredictability*)

Adalah keadaan dimana individu tidak mampu memprediksi peristiwa yang terjadi didalam kehidupannya secara tiba-tiba, sehingga mengakibatkan individu tidak berdaya dan merasa putus asa.

b. Perasaan tidak terkontrol (*feeling of uncontrollability*)

Adalah perasaan tidak terkontrol yang terjadi Ketika individu tidak mampu menendalikan diri terhadap berbagai tuntutan diluar dirinya termasuk lingkungannya , sehingga memberikan efek pada perilaku individu yang dijadikan sebagai pengalaman individu.

c. Perasaan tertekan (*feeling of overloaded*)

Adalah perasaan tertekan yang ditandai dengan munculnya berbagai gejala, diantaranya seperti rasa benci, harga diri yang rendah, perasaan sedih, cemas, gejala psikosomatis dan lain sebagainya.

#### 4. Gejala stress

Stress dapat diidentifikasi melalui adanya gejala-gejala yang terjadi pada individu. Yusuf (2018) meklasifikasikannya menjadi dua gejala stress, diantaranya yaitu :

- a. Gejala Fisik, meliputi sakit kepala, sakit lambung, hipertensi, sakit jantung atau jantung berdebar, insomnia, mudah Lelah, keluar keringat dingin, kurang selera makan, dan sering buang air kecil.
- b. Gejala psikis, meliputi gelisah atau cemas, kurang berkonsentrasi terhadap pekerjaannya, sikap apatis, sikap pesimis, hilang selera humor, menjadi pendiam, sering melamun, dan agresif.

Selain itu Lovibond & Lovibond (1995) juga menjelaskan lebih spesifik mengenai gejala yang mengindikasi individu mengalami stress, diantaranya yaitu :

- a. Kesulitan untuk santai (*difficult relaxing*)
- b. Kegugupan (*nervous arousal*)
- c. Mudah marah (*easly upset/ agitated*)
- d. Mengganggu/ lebih reaktif (*irritable/ over-reactive*)
- e. Sulit menjadi sabar (*impatient*)

#### 5. Faktor pemicu stress

Menurut Yusuf (2018) faktor pemicu stress dapat dikelompokkan menjadi tiga, diantaranya yaitu :

- a. *Stressor* fisik-biologis, seperti sakit yang sulit disembuhkan, cacat fisik atau kurang berfungsinya salah satu anggota tubuh, postur tubuh yang dipersepsikan tidak ideal.

- b. *Stressor* psikologis, seperti *negative thinking* atau berburuk sangka, frustrasi, sikap permusuhan, dan adanya keinginan diluar kemampuan.
- c. *Stressor* social, dibedakan lagi menjadi 3 faktor yaitu; (a) iklim kehidupan keluarga, seperti tidak harmonisnya hubungan didalam keluarga, adanya perselingkuhan, meninggalnya salah satu anggota keluarga, perceraian; (b) faktor pekerjaan, seperti adanya pemutusan hubungan kerja, kesulitan mencari perjaan, perselisihan, dan jenis pekerjaan yang tidak sesuai dengan minat dan kemampuan; (c) iklim lingkungan, seperti maraknya kriminalitas, tawuran antar kelompok, dan harga kebutuhan pokok yang mahal.

Selain tiga faktor pemicu diatas, Greenwood (1976) dalam Yusuf (2018) mengemukakan bahwa manusia merupakan sitem terbuka, yang dilengkapi dengan adanya mekanisme homeostatis, dimana akan ada kecenderungan untuk secara otomatis memelihara kestabilan tubuh, terutama setelah adanya gangguan. Faktor yang mengganggu kestabilan tersebut, terbagi menjadi dua yaitu faktor internal (biologis dan psikologis) dan faktor eksternal (lingkungan).

- a. Faktor biologis, meliputi faktor-faktor genetetika, ritme biologis, tidur, maknan, postur tubuh, kelelahan, penyakit, dan abnormalitas adaptasi.
- b. Faktor psikologis, meliputi adanya persepsi bagi individu terhadap suatu kondisi atau dtimulus, perasaan dan emosi, dan pengalaman hidup.

- c. Faktor lingkungan, meliputi kondisi sekeliling individu baik lingkungan fisik (cuaca, peristiwa alam, kondisi lingkungan kerja), biotik (virus dan bakteri), dan sosial.

#### 6. Respon terhadap stress

Menurut Walter Cannon dalam Paramitha (2012) menjelaskan dasar bagaimana tubuh bereaksi terhadap adanya stress, reaksi tersebut dikenal dengan istilah *fight-or-flight*. Reaksi tersebut memungkinkan tubuh untuk memilih diantara melawan atau menghindari dari adanya ancaman. Ketika individu mempersepsikan adanya ancaman, maka system saraf simpatik menstimulasi kelenjar adrenalin dari system endokrin untuk mensekresikan epinefrin yang menstimulasikan tubuh. Cannon dalam Paramitha (2012) mengemukakan jika stimulus tersebut dapat memberikan efek positif maupun efek negatif. Respon *fight-or-flight* bersifat adaptif dikarenakan mampu memunculkan respon yang cepat terhadap situasi yang berbahaya pada individu. Jika kondisi perlawanan berlangsung cukup tinggi, maka hal tersebut akan membahayakan bagi Kesehatan individu dalam jangka waktu yang lama (Paramitha, 2012).

Menurut Sarafino (dalam Paramitha, 2012) saat individu mengalami stress dalam jangka waktu yang relative lama, maka respon *fight-or-flight* menjadi tahap pertama dari rangkaian reaksi tubuh dalam melawan stress. Rangkaian reaksi fisiologis dalam melawan stress dikenal sebagai *General Adaptation Syndrome (GAS)*. Tahapan GAS terdiri dari 3 tahap, yaitu :



a. Tahap Peringatan

Pada tahap ini tubuh akan mulai mendorong untuk tetap bertahan melawan adanya *stressor*.

b. Tahap Resistansi

Selanjutnya ketika *stressor* menjadi sangat kuat, namun tidak cukup kuat untuk menyebabkan terjadinya kematian maka tubuh akan memasuki tahap resistensi. Pada tahap ini menurut Selye (1985) tubuh akan sangat rentan terkena penyakit karena menurunnya tingkan daya tahan tubuh atau imunitas individu.

c. Tahap kelelahan

Ketika tubuh mengalami kelelahan disebabkan oleh adanya tekanan yang berkepanjangan sehingga kemampuan tubuh dalam melawan *stressor* menurun secara drastis

### **C. Keterampilan social**

1. Definisi keterampilan sosial

Michelson (dalam Hertinjung, 2008) mengungkapkan bahwasannya keterampilan sosial berkaitan dengan proses interpersonal dan digunakan dalam berinteraksi dengan orang lain, artian tersebut adalah pemaknaan dari kata sosial. Sedangkan arti dari terampil dari istilah keterampilan sosial karena mengandung kemampuan membedakan respon yang tepat dan dibutuhkan dalam berinteraksi dengan orang lain. Keterampilan sosial merupakan kemampuan yang diperleh dan akan berkembang melalui proses belajar. Menurut Michelson, Sugai, Wood, Kazdin (dalam Nugraini & Ramdhani, 2016)

Keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk melakukan interaksi sosial baik secara verbal, ataupun non-verbal, dan pola pikir yang positif.

Keterampilan sosial adalah kemampuan individu untuk berkomunikasi efektif dengan orang lain, baik komunikasi secara verbal maupun non-verbal yang kemudian disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada pada saat itu, keterampilan ini diperoleh dari hasil belajar individu (Mayasari, 2014).

Menurut Nurhidayat (2012) keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dengan cara-cara tertentu, yang dapat diterima atau dihargai secara sosial dan membawa manfaat bagi diri sendiri, orang lain, maupun kedua belah pihak (Mayasari, 2014).

Adapun beberapa definisi yang dikemukakan oleh beberapa ahli mengenai definisi dari keterampilan sosial, diantaranya yaitu menurut Combs & Slaby ( dalam Mayasari, 2014) “keterampilan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dengan cara-cara yang dapat diterima secara sosial dan membawa manfaat bagi diri sendiri maupun orang lain secara timbal balik”. Sedangkan menurut Curtis (dalam Mayasari, 2014) “ketrampilan sosial adalah strategi yang digunakan seseorang ketika seseorang memulai ataupun mempertahankan suatu interaksi sosial”. Kemudian menurut Spance (2003) keterampilan sosial merupakan kemampuan untuk melakukan perilaku-perilaku yang memungkinkan seseorang untuk mencapai

kompetensi sosial. Keterampilan yang dimaksud meliputi respon verbal dan non verbal.

Riggio (dalam Agustini, 2017) mengemukakan bahwa “keterampilan sosial sebagai kemampuan dasar dalam menyampaikan serta menerima informasi dari orang lain yang direpresentasikan kedalam dua dimensi yaitu : emotional (non-verbal) dan social (verbal)”. Kedua dimensi tersebut kemudian dievaluasi berdasarkan tiga aspek, yaitu *expressivity*, *sensitivity*, dan *control*. Berdasarkan dari dua dimensi dan tiga aspek dari keterampilan tersebut kemudian terdapat enam domain keterampilan sosial menurut Riggio, yakni; 1) *Emotional Expressivity*, 2) *Emotional Sensitivity*, 3) *Emotional Control*, 4) *Social Expressivity*, 5) *Social Sensitivity*, 6) *Social Expressivity*.

## 2. Dimensi keterampilan sosial

Michelson, Sugai, Wood, & Kazdin (dalam Nugraini, 2015) mengungkapkan bahwa keterampilan sosial adalah sebuah proses yang terjardo secara interpersonal dan terjadi diantara dua atau lebih, dari bentuk interaksi yang sederhana hingga yang paling kompleks. Sehingga dibutuhkan media komunikasi yang melibatkan respon verbal, non-verbal, dan proses kognisi.

### a. Respon Verbal

Respon verbal merupakan komunikasi antar individu yang menggunakan bahasa lisan tanpa melibatkan adanya Bahasa non-verbal, biasanya berbentuk perbincangan.

b. Respon non-verbal

Respon non-verbal merupakan bentuk dari komunikasi antar individu tanpa melibatkan isi bahasan lisan, namun sebaliknya menggunakan bahasa non-lisan melalui ekspresi wajah, kontak mata, dan bahasa tubuh (Baron & Byrne dalam Nugraini, 2015). Komunikasi ini dapat digunakan untuk memahami bahasa emosi seseorang, meskipun ekspresi wajah tidak dapat selamanya universal, namun menjadi sumber informasi yang penting untuk mengetahui keadaan emosi seseorang (Baron & Byrne dalam Nugraini, 2015)

c. Proses kognisi

Proses kognisi yang terjadi pada individu biasanya melibatkan proses mengolah atau memanipulasi informasi dari lingkungan. Symbol-simbol yang digunakan dalam proses kognitif pada umumnya berupa kata-kata atau bahasa sehingga proses kognitif yang terjadi akan mempengaruhi kemampuan individu dalam melakukan komunikasi verbal maupun non-verbal (Walgito, dalam Nugraini, 2015)

Michelson, Wood, Sugai, dan Kazdin (dalam Nugraini, 2015) dalam hal ini keterampilan sosial sebagai sarana untuk berinteraksi dengan orang lain yang berbentuk berupa keterampilan untuk saling berinteraksi dengan orang lain yang dalam bentuknya berupa keterampilan untuk saling berinteraksi satu sama lain, saling bertukar respon lisan, pikiran dan pengalaman sehingga tercipta suasana yang menyenangkan bagi setiap anggota kelompok.

### 3. Faktor yang mempengaruhi keterampilan social

Hasil studi Davis dan Forsythe (dalam Rini, 2014) terdapat empat faktor yang mempengaruhi keterampilan sosial pada individu, diantaranya yaitu :

#### a. Keluarga

Keluarga merupakan tempat pertama bagi individu dalam mendapatkan Pendidikan. Kepuasan psikis yang diperoleh bagi tiap individu akan menentukan bagaimana kemudian ia bereaksi terhadap lingkungannya. Individu yang dibesarkan dalam keluarga yang tidak kondusif, maka individu tersebut cenderung tidak memiliki kepuasan psikis yang kemudian berdampak pada pengembangan keterampilan sosialnya. Penting bagi orangtua untuk menciptakan kondisi yang demokratis didalam rumah sehingga anak akan lebih mampu untuk berkomunikasi secara baik didalam rumah, yang mana kemudian anak juga akan memiliki kemampuan dalam menjalin komunikasi diluar rumah atau lingkungan sosialnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan anak terhadap anggota keluarga menjadi dasar bagaimana sikap anak terhadap orang lain, benda, dan juga kehidupan secara umum. Demikian pula dengan keterampilan sosial yang menjadi pelajaran pertama bagi anak yang diperolehnya didalam keluarga.

#### b. Lingkungan

Sejak dini anak-anak haruslah diperkenalkan dengan lingkungan, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan fisik (rumah, pekarangan) dan juga lingkungan sosial (tetangga). Dengan

mengenalkan lingkungan kepada anak, maka anak akan mengetahui bahwa ia memiliki lingkungan sosial yang luas, tidak hanya terdiri dari orangtua, dan saudara saja.

c. Kepribadian

Karakteristik individu yang mempengaruhi perkembangan keterampilan sosial yaitu keterampilan berbahasa dan berkomunikasi, kepercayaan diri, kemampuan untuk mengatasi gangguan dan kemampuan personal lainnya.

d. Kemampuan penyesuaian diri

Untuk membantu menumbuhkan kemampuan penyesuaian diri, anak haruslah dilatih untuk memahami dirinya sendiri, agar kemudian memiliki kemampuan dalam pengendalian diri. Apabila individu dimasa awal dan saat berjalan proses penyesuaian dirinya dapat menempatkan diri secara baik dan tepat sesuai dengan bagaimana kondisi serta iklim yang ada di dalam lingkungan dimana ia berada, dapat membaaur dengan baik kepada semua anggota yang ada didalamnya, serta berusaha untuk tidak memunculkan berbagai permasalahan selama proses penyesuaian diri, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki suatu keterampilan sosial yang cukup untuk dapat menyelesaikan penyesuaian dirinya dengan sempurna (Muryani, 2012; dalam Prayudha, 2018)

4. Manfaat keterampilan sosial

Menurut Johnson & Johnson (1999) terdapat enam manfaat yang akan didapatkan dari individu yang memiliki kemampuan keterampilan sosial yang baik, diantaranya yaitu :

a. Perkembangan kepribadian dan identitas

Keterampilan social yang baik akan membantu dalam pengembangan kepribadian dan identitas, karena kebanyakan dari identitas terbentuk dari adanya hubungan antar individu. Hal tersebut merupakan hasil dari berinteraksi dengan orang lain, sehingga individu mempunyai kemampuan dalam pemahaman yang lebih baik tentang dirinya, individu yang rendah dalam keterampilan interpersonal akan mampu merubah hubungannya dengan orang lain dan cenderung untuk berpandangan yang tidak akurat dan juga tidak tepat akan dirinya.

b. Mengembangkan kemampuan kerja, produktivitas, dan kesuksesan karir

Keterampilan sosial juga akan memiliki kecenderungan mengembangkan kemampuan dalam hal pekerjaan, produktivitas, dan kesuksesan karir, yang mana hal tersebut masuk dalam keterampilan umum yang dibutuhkan didalam dunia kerja. Dikatakan jika keterampilan sosial adalah jenis keterampilan yang paling penting, karena dapat digunakan untuk bayaran kerja yang lebih tinggi, seperti halnya sebagai dasar dalam *partnership* dengan berbagai mitra, kemampuan dalam memimpin orang lain, kemampuan dalam mengatasi situasi yang kompleks, serta menolong untuk mengatasi masalah orang lain yang berhubungan dnegan dunia kerja.

c. Meningkatkan kualitas hidup

Kualitas hidup individu akan menjadi semakin meningkat, karena keterampilan sosial yang baik dibutuhkan dalam menjalin hubungan yang baik, dekat, dan intim dengan individu lainnya.

d. Meningkatkan kesehatan fisik

Hubungan yang baik diantara individu serta adanya sikap saling mendukung akan mempengaruhi kesehatan fisik individu yang bersangkutan.

e. Meningkatkan kesehatan fisiologis

Penelitian menunjukkan bahwa kesehatan psikologis yang kuat dipengaruhi oleh hubungan positif dan dukungan dari orang lain. Ketidakmampuan dalam mengembangkan dan mempertahankan hubungan yang positif dengan orang lain, akan berdampak pada munculnya kecemasan, depresi, frustrasi ataupun rasa kesepian.

f. Kemampuan mengatasi stress

Memiliki keterampilan sosial yang baik juga berdampak pada kemampuan dalam mengatasi stress. Hubungan saling mendukung diantara individu yang bersangkutan akan mengurangi jumlah penderita stress dan mengurangi kecemasan. Hubungan yang baik dapat membantu individu dalam mengatasi stress dengan memberikan perhatian, informasi, serta umpan balik.

**D. Hubungan *Highly Sensitive Person* terhadap tingkat stress yang dimoderasi dengan keterampilan sosial**

*Highly Sensitive Person* secara garis besar menurut Aron (1997) adalah individu yang memiliki kecenderungan kuat dan mendalam dalam proses rangsangan sensorik yang berbeda (Ahadi & Basharpour, 2010). Kecenderungan sifat yang dimiliki oleh HSP adalah karakteristik dari SPS (*Sensory Processing Sensitivity*). Artinya SPS adalah sifat fenotip



(tempramen) yang mendasari HSP (Greven et al., 2018). Sifat SPS ditemukan sebanyak 15-20% dari populasi manusia (Avecedo dalam Natalia & Bernathsius, 2019). SPS diklasifikasikan sebagai sifat yang ditentukan secara genetik yang melibatkan pemrosesan kognitif lebih dalam terhadap rangsangan, yang kemudian didorong oleh reaktifitas emosional yang lebih tinggi (Aron dalam Cieslik n.d.).

Namun demikian lingkungan tetap bertanggung jawab atas pengaruh negatif ataupun emosi dari sifat yang didapatkan secara genetik tersebut (Aron dalam Tillman, 2019). Dari penelitian Aron & Aron (1997) menunjukkan bahwa 1/3 dari HSP pada masa kanak-kanan tidak mendapatkan kebahagiaan maka akan menjadikan mereka menderita depresi, cemas, dan masalah psikologis lainnya. Sedangkan 2/3 dari HSP mengalami masa kanak-kanak yang bahagia dan menjadikan mereka terlihat tidak berbeda dari individu lain (non-HSP) kecuali pada kesensitivan yang mereka miliki (Aron dalam Cooper, 2014)

HSP adalah individu yang memiliki sensitivitas terhadap stimulus internal maupun eksternal, didalamnya termasuk isyarat emosi dan sosial dengan ambang batas yang rendah dan juga lebih mudah terpengaruh oleh adanya stimulus tersebut dibandingkan dengan individu lain (non-HSP) (Grimen, dalam Natalia & Bernathsius, 2019). Diperkuat dengan penelitian Avecedo (2014) bahwa sifat SPS yang dimiliki oleh HSP akan mempengaruhi persepsi dari individu tersebut tentang lingkungan, yang menghasilkan sensitivitas yang lebih tinggi terhadap rangsangan internal dan eksternal. Hal ini disebabkan oleh berbagai wilayah otak yang

menjadi sasaran aktivasi ketika dihadapkan dengan informasi pada individu HSP (Avicedo dalam Cieslik, n.d.)

Kondisi HSP yang lebih mudah terangsang oleh adanya stimulus halus berdampak pada kemampuannya dalam mempresepsikan sesuatu, artinya akan terjadi proses yang lebih banyak dalam pengolahan informasi yang diterima (Forgas & George dalam Cieslik, n.d.). Hartman (2011) menggambarkan bahwa HSP dengan asupan tinggi terhadap adanya rangsangan, diikuti dengan kesadaran yang tinggi akan menjadikan mereka lebih terbuka terhadap adanya perbedaan pemikiran dengan individu lain (Hartman dalam Cooper, 2014). Selain itu menurut Jogiellowicz “HSP tidak hanya merasakan lebih banyak rangsangan tetapi juga mampu menyatukan informasi dengan lebih mudah” (Cieslik, n.d.).

Sayangnya kecenderungan HSP terhadap stimulasi berlebih mengakibatkan tingkat stress yang lebih tinggi dan berakibat pada masalah kesehatan mental yang buruk (Ahadi & Basharpoo dalam Engelbertink, 2018). Andresen et al. juga berpendapat serupa, dimana karena persepsi tanpa henti terhadap adanya stimulus disekitar mereka, maka HSP akan menderita stress secara konstan (Andresen, Goldman, & Volodina dalam Cieslik, n.d.). Reaksi terhadap stress yang diderita HSP lebih parah daripada individu lain (non-HSP) (Aron dalam Tillmann, 2019).

Stress sendiri merupakan respon yang diberikan manusia dan bersifat non-spesifik terhadap adanya tuntutan kebutuhan yang ada dalam dirinya (Selye, 1976). Menurut Wolfee dan Dryden teori dasar tentang

stress disimpulkan kedalam tiga variabel yaitu, variabel stimulus, variabel respon, dan variabel interaktif (dalam Yusuf, 2018). Namun stress menurut Prawitasari (dalam Handono, 2013) tidak hanya merujuk pada variabel stimulus, variabel respon, dan variabel interaktif, melainkan adanya keterkaitan diantara ketiga variabel tersebut. ini memiliki arti bahwa ada transaksi antara sumber stress dengan kapasitas diri untuk menentukan reaksi stress.

Stress pada individu dapat diidentifikasi melalui gejala yang muncul, Yusuf (2018) mengklasifikasikannya menjadi 2 kategori, yaitu gejala fisik dan gejala psikis. Gejala fisik meliputi munculnya rasa sakit dikepala (pusing), sakit lambung, hipertensi, sakit jantung atau jantung berdebar, insomnia, mudah Lelah, keluar keringat dingin, selera makan menurun, serta sering buar air kecil. Sedangkan gejala psikis meliputi adanya perasaan gelisah atau cemas, kurang berkonsentrasi terhadap pekerjaan yang dilakukan, muncul sikap apatis atau pesimis, hilangnya selera humor, menjadi pendiam, sering melamun dan lebih agresif.

Stress yang dialami oleh individu dapat terjadi karena berbagai hal yang diraskannya. Menurut Yusuf (2018) faktor pemicu adanya stress pada individu adalah stressor fisik/ biologis, stressor psikologis, dan stressor sosial. Dari adanya stress yang muncul, tiap individu memiliki pilihan untuk melarikan diri atau melawan sebagai bentuk respon individu terhadap stress. Cannon (dalam Yusuf, 2018) mengistilahkan sebagai respon *fight* atau *flight*.

Kemampuan dan keterampilan tiap individu dalam menghadapi situasi stress yang dihadapinya akan berbeda-beda. Salah satu keterampilan yang membantu dalam mengatasi stress yaitu keterampilan sosial. Johnson & Johnson (1999) dalam penemuannya mengemukakan bahwa keterampilan sosial dapat memberikan mafaat dalam menagani stress pada individu.

Keterampilan sosial sendiri menurut Riggio (1986) adalah kemampuan komunikasi verbal dan non-verbal termasuk ekspresivitas, sensitivitas, dan control. Ekspresivitas menjelaskan tentang kemampuan dalam mengirim pesan atau berkomunikasi dengan individu lain. Dan sensitivitas mengacu pada kemampuan individu dalam menerima dan menafsirkan informasi yang dikomunikasikan oleh orang lian. Sedangkan control yang dimaksud dalam keterampilan sosial adalah kemampuan dalam mengatur dan mengelola proses didalam berkomunikasi. Seperi halnya Michelson, Wood, Sugai, & Kazdin (dalam Nugraini,& Ramdhani, 2015) bahwasannya keterampilan sosial adalah kemampuan berinteraksi sosial, baik dengan salah satu pihak atau banyak pihak, yang dilakukan secara verbal atau non- verbal dan menggunakan pola pikiran.

Keterampilan sosial terdiri dari tiga aspek, yakni (1) Verbal, (2) Non- Verbal, (3) Kognitif. Keterampilan sosial individu tidak terlepas dari berbagai factor yang mempengaruhinya, menurut Davis & Forsythe (dalam Rini, 2014) terdapat empat factor yang akan mempengaruhi keterampilan sosial individu, diantaranya yaitu keluarga, lingkungan, kepribadian, dan kemampuan dalam penyesuaian diri.

## **E. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis yang diajukan didalam penelitian ini adalah :

a. Uji hipotesis 1

Tingkat stress pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa/I di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk pada kategori tinggi.

b. Uji hipotesis 2

Tingkat keterampilan sosial pada *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa/I di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk pada kategori rendah.

c. Uji hipotesis 3

Keterampilan sosial berpengaruh pada tingkat stress *Highly Sensitive Person* yang berstatus sebagai mahasiswa/I di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

## BAB III

### METODELOGI PENELITIAN

#### A. Rancangan Penelitian

Rancangan pada penelitian ini yaitu menggunakan metode pendekatan kuantitatif, dimana penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menyediakan data sehingga nantinya data tersebut dapat dikuantifikasi, ditabulasi, lalu disimpulkan dan dianalisa (Burton, dalam Kusumadewi, 2009). Penelitian kuantitatif ini bersifat non-eksperimental, karena pengambilan data berlangsung secara alamiah tanpa adanya rekayasa terhadap situasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap variabel- variabel penelitian.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian regresi dengan variabel moderasi, dimana analisis ini berguna untuk mengukur besarnya pengaruh antara variabel independent dengan variabel dependen sebelum adanya variabel moderasi dan setelah variabel moderasi ada didalam hubungan antara variabel independent dan variabel dependen (Raharjo, 2018)

Jenis penelitian ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui pengaruh variabel  $X_1$  (*Highly sensitive Person*) terhadap variabel Y (tingkat stress) setelah dan sebelum adanya variabel moderasi (keterampilan sosial). Sehingga nantinya peneliti menggunakan analisis regresi untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel.

## B. Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel adalah langkah-langkah yang digunakan untuk menetapkan variabel-variabel utama dalam penelitian serta menentukan peran atau fungsi dari masing-masing variabel (Azwar, 2007). Variabel dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan didalam penelitian (Suryabrata, 2014). Didalam penelitian ini digunakan tiga variabel penelitian, diantaranya yaitu :

### 1. Variabel terikat

Variabel terikat (*dependent variabel*) adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2015) variabel terikat dalam penelitian ini adalah stress.

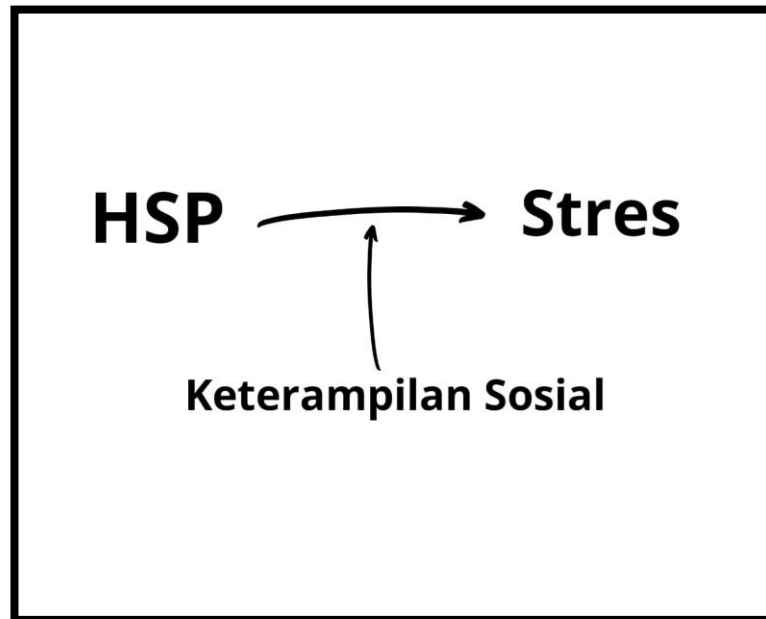
### 2. Variabel bebas

Variabel bebas (*independent variabel*) adalah variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain (Azwar, 2015). Variabel bebas nantinya akan memberikan pengaruh baik positif maupun negatif terhadap variabel lain. Variabel bebas didalam penelitian ini adalah HSP (*highly sensitive person*).

### 3. Variabel moderasi

Variabel moderasi (*moderating variabel*) adalah variabel bebas bukan utama yang juga diamati oleh peneliti untuk menentukan sejauh mana efeknya ikut mempengaruhi hubungan diantara variabel bebas dan variabel terikat (Azwar, 2105). Variabel moderasi dalam penelitian ini adalah keterampilan sosial.

**Gambar 3. 1 Hubungan Antar Variabel**



### **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai suatu variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2011). Sedangkan menurut Nazir (1999) definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu konstruk atau variabel dengan cara memberikan arti, menspesifikasikan kegiatan, dan memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstruk atau variabel tersebut. Terdapat tiga variabel yang didefinisikan secara operasional pada penelitian ini yaitu:

#### **1. Highly Sensitive Person (HSP)**

*Highly sensitive person* (HSP) adalah individu yang memiliki karakteristik kepribadian *sensory processing sensitivity* (SPS) dimana ia memiliki sensitifitas yang tinggi terhadap stimulus-stimulus halus yang



ada disekitarnya, dan juga memiliki kedalaman kognisi dalam mengelola informasi yang diterimanya.

HSP memiliki empat aspek sebagai karakteristik utamanya, yang pertama yaitu aspek penghambatan perilaku. Aspek ini menerangkan bahwa HSP memiliki kecenderungan untuk berpikir dahulu sebelum bertindak pada situasi-situasi yang dianggap baru oleh dirinya. Kedua, aspek sensitifitas terhadap rangsangan, HSP memiliki ciri sensitifitas yang tinggi terhadap rangsangan-rangsangan halus yang menstimulasi dirinya. Ketiga, aspek kedalaman pemrosesan, dimana HSP memiliki kedalaman dalam mengelola informasi di otaknya, sehingga ia akan mendapatkan informasi secara detail. Keempat, yaitu aspek reaktifitas emosional/fisiologis, dimana HSP akan lebih reaktif terhadap emosional atau masalah fisiologis, hal ini mendukung HSP untuk belajar bereaksi terhadap situasi-situasi yang ada.

Individu yang tergolong sebagai HSP dapat diketahui dengan menggunakan skala yang diciptakan oleh Aron. Skala ini disebut dengan HSPs (*Highly Sensitive Person Scale*). Didalam HSPs, individu kemudian dapat dikategorikan menjadi individu HSP rendah, HSP sedang, dan HSP tinggi. Individu dengan tingkat sensitifitas yang tinggi akan memiliki kecenderungan menderita stress yang tinggi pula, karena banyaknya stimulasi yang ia respon, sehingga akan berdampak pada tekanan yang ia dapatkan.

## 2. Stress

Stress adalah bentuk dari adanya respon emosi terhadap kejadian kejadian yang menekan individu. Stress yang muncul pada individu terbagi menjadi tiga jenis, yaitu eustress, distress, dan neustress. Eustress merupakan bentuk stress yang lebih berdampak positif bagi individu, sedangkan distress adalah bentuk stress yang lebih cenderung berakibat negatif pada individu tersebut, dan neustress adalah bentuk stress dari adanya eustress dan distress.

Dimensi stress pada individu tersusun atas tiga aspek, yang pertama yaitu *feeling of unpredictability* dimana individu tidak mampu untuk memprediksi adanya peristiwa yang terjadi sehingga individu merasa tidak berdaya atau putus asa, yang kedua *feeling of uncontrollability* dimana individu tidak mampu mengontrol perasaan dirinya atas berbagai tuntutan eksternal, dan yang ketiga yaitu *feeling of overloaded* dimana terdapat perasaan tertekan yang ditandai dengan berbagai gejala seperti perasaan benci, harga diri rendah, perasaan sedih, cemas, dll.

Stress pada individu dapat diidentifikasi melalui skala yang disusun oleh Cohen, skala ini disebut dengan PSS-10 (*The Perceived Stress Scale*) dengan total item sebanyak 10 item. Pada alat ukur ini, terdapat 6 item berbentuk *favorable* dan 4 item *unfavorable*.

## 3. Keterampilan sosial

Keterampilan sosial adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam berinteraksi baik secara verbal maupun non-verbal secara efektif dengan menggunakan pola pikir, sesuai dengan situasi dan kondisi yang

ada pada individu, dan nantinya memberikan manfaat pada salah satu pihak atau semua pihak yang bersangkutan.

Keterampilan sosial terdiri atas tiga dimensi, yaitu: (1) verbal (2) non-verbal (3) kognitif. Dilandasi ketiga dimensi keterampilan sosial tersebut, Michelson, Wood, Sugai, & Kazdin menciptakan sebuah alat ukur keterampilan sosial yang nantinya dipergunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan sosial dari tiap individu.

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### 1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006). populasi menurut Sugiyono (2009) adalah obyek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya secara general. Senada dengan pendapat Azwar (2014) bahwa populasi yang merupakan kelompok subjek harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik-karakteristik yang sama, sehingga terdapat pembeda diantara kelompok subjek lainnya.

Adapun populasi didalam penelitian ini yaitu Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berjumlah 9613 dengan karakteristik rentang usia 20-25 tahun.

##### 2. Sampel

Menurut Azwar (2014) sampel penelitian adalah sebagian dari populasi, tentulah ia harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh

populasinya. suatu sampel merupakan representasi yang sesuai dan mencakup keseluruhan dari populasi, dan hal ini bergantung pada sejauh mana karakteristik sampel sama dengan karakteristik populasinya.

Dalam penelitian ini digunakan teknik *non-probability sampling*, dimana teknik *non-probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama terhadap setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2009). Dengan cara menggunakan *purposive sampling*, yaitu jenis teknik *non-probability sampling* yang digunakan jika dalam penelitian terdapat pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam proses pengambilan data (Idrus, 2009).

Didapatkan sebanyak 103 mahasiswa aktif yang berstatus sebagai HSP, dimana jumlah sampel didapatkan melalui penyesuaian karakteristik yang peneliti telah tetapkan, diantaranya yakni :

1. Mahasiswa UIN Malang dengan rentang usia 20-25 tahun yang sedang aktif menjalankan kegiatan akademik.
2. Memiliki karakteristik HSPs, dilihat dan diukur dengan skala adaptasi HSPs

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk menentukan dengan apa data akan dikumpulkan (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

## 1. Skala atau kuesioner

Skala atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau perihal yang ingin diketahui (Arikunto, 2006). Skala dapat berupa pertanyaan atau pernyataan yang bersifat tertutup atau terbuka. Skala tertutup digunakan untuk membatasi jawaban dari responden sehingga responden hanya memiliki jawaban yang telah disediakan. Selain itu digunakan pula pernyataan atau pertanyaan terbuka, untuk memberikan kesempatan kepada responden untuk menjawab dengan kalimatnya sendiri.

### a. *Skor skala HSP*

Untuk merponden skala HSP, responden diminta untuk memilih jawaban yang paling sesuai dengan dirinya. Pilihan terhadap masing-masing jawaban di setiap item diberi skor sebagai berikut:

- 1) Bobot nilai 5 berarti sangat setuju
- 2) Bobot nilai 4 berarti setuju
- 3) Bobot nilai 3 berarti kurang setuju
- 4) Bobot nilai 2 berarti tidak setuju
- 5) Bobot nilai 1 berarti sangat tidak setuju

Kemudian dari item tersebut dikategorikan dari hasil skala liker sebagai berikut :

- 1) Sangat setuju berarti pada tingkat sangat tinggi
- 2) Setuju berarti pada tingkat tinggi

- 3) Kurang setuju berarti berada pada tingkat sedang
- 4) Tidak setuju berarti berada pada tingkat rendah
- 5) Sangat tidak setuju berarti pada tingkat sangat rendah

Hasilnya akan digambarkan pada garis kontinum sebagai berikut:

**Gambar 3. 2 Garis Likert Instrumen HSPs**



b. *Skor skala stress*

Untuk merespon skala stress, responden diminta untuk memberikan tanda (x) pada kolom yang telah disediakan didalam instrumen. Setiap item memiliki empat kategori kesesuaian.

Responden dapat memilih jawaban dari setiap pernyataan dalam skala PSS, yaitu dengan keterangan sebagai berikut :

Tabel 3. 1 Skoring Favorable Skala PSS-10

Pilihan jawaban	Keterangan	Skor
1	Tidak / Tidak Pernah	5
2	Hampir tidak pernah	4
3	Sesuai dengan yang dialami sampai dengan tingkat tertentu, atau kadang-kadang	3

4	Sering	2
5	Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat	1

Tabel 3. 2 Skoring *Unfavorable* Skala PSS-10

Pilihan jawaban	Keterangan	Skor
1	Tidak / Tidak Pernah	1
2	Hampir tidak pernah	2
3	Sesuai dengan yang dialami sampai dengan tingkat tertentu, atau kadang-kadang	3
4	Sering	4
5	Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat	5

c. Skor skala keterampilan sosial

Untuk merespon skala keterampilan sosial, responden diminta untuk memberikan tanda (x) pada kolom yang tersedia disamping item. Responden diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap pernyataan dalam lima pilihan jawaban yang memungkinkan mendekati gambaran tentang dirinya. Terdapat item *favorable* dan *unfavorable* pada tiap dimensi didalam skala ini.

Tabel 3. 3 Skor Favorable Skala Keterampilan Sosial

Pilihan Jawaban	Keterangan	Skor
SS	Sangat Sering	5
S	Sering	4
K	Kadang	3
SE	Sesekali	2
TP	Tidak Pernah	1

Tabel 3. 4 Skor Unfavorable Skala Keterampilan Sosial

Pilihan Jawaban	Keterangan	Skor
SS	Sangat Sering	1
S	Sering	2
K	Kadang	3
SE	Sesekali	4
TP	Tidak Pernah	5

2. Instrument pengumpulan data

a. Skala HSP

Skala yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat sensitivitas (variabel SPS) pada HSP adalah skala HSPs milik Aron & Aron yang diciptakannya pada tahun 1997, yang kemudian diadaptasikan kedalam Bahasa Indonesia dengan bantuan tenaga profesional.

Tabel 3. 5 Blueprint Instrumen HSPs

No.	Aspek	Indikator	No. Item	Jumlah
1.	Kedalaman Pemrosesan	Pemikiran yang panjang	2, 21, 14, 16, 23, 24	6
		Pengalaman yang tidak aktif	17, 26, 27	3
2.	Sensitivitas Terhadap Rangsangan	Eksternal	6, 20, 4, 13	4
		Internal	25, 7, 9	3
3.	Reaktifitas emosional/ fisiologis	Kehati-hatian	18, 8, 12, 15	4
		Perasaan yang mendalam	22, 10	2
		Neurotis	19, 5	2
4.	Penghambatan perilaku	Responsivitas	1, 11, 3	3
Jumlah				27



b. *Skala stress*

Untuk mengukur tingkat stress responden, peneliti menggunakan skala adaptasi PSS-10 (*The Perceived Stress Scale*) yang dikembangkan oleh Cohen pada tahun 1994 dengan jumlah item sebanyak 10. Alat ukur PSS-10 telah banyak digunakan di Indonesia untuk mengukur tingkat stress pada manusia, dimana pada penelitian sebelumnya menunjukkan nilai Cronbach's alfa yang cukup tinggi, sehingga meminimalisir adanya nilai error pada skala penelitian. Namun dari 10 item skala PSS-10 terdapat 1 item yang tidak valid, sehingga dinyatakan 1 item (item nomor 8) gugur.

Tabel 3. 6 Blueprint Instrumen PSS-10

No.	Aspek	Indikator	No. item	<i>Favorabel/ Unfavorabel</i>	Jumlah
1.	Perasaan Tidak Terprediksi	Afeksi Negatif	1, 6	Favorable	2
		Afeksi Positif	4, 5	Unfavorable	2
2.	Perasaan tidak terkontrol	Kepercayaan diri	2, 10	Favorable	3
			7	Unfavorable	
3.	Perasaan Tertekan	Gejala Emosional	3	Favorable	1
		Gejala Perilaku	9	Favorable	1
Jumlah					9

c. *Skala keterampilan sosial*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala milik Michelson, Wood, Sugai & Kazdin yang kemudian dimodifikasi oleh Ramadhani (1994)

untuk menyesuaikan dengan budaya Indonesia serta aspek normative lainnya yang ada pada kehidupan sehari-hari individu. Jumlah item yang digunakan didalam penelitian ini sebanyak 28 butir pernyataan..

Tabel 3. 7 Blueprint Instrumen Skala Keterampilan Sosial

No.	Dimensi	Indikator	Aitem Pernyataan		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1.	Verbal	Individu mampu untuk berbicara atau menulis dan mampu untuk mendengarkan atau membaca	2, 4, 5, 8, 10	1, 3, 6, 7, 9	10
2.	Non-verbal	Individu mampu mengungkapkan perasaan melalui sentuhan, gerak tubuh, ataupun ekspresi visual	11, 13, 16, 17, 19	12, 14, 15, 18, 20	10
3.	Kognisi	Individu mampu untuk mengolah informasi sebagai petunjuk berkomunikasi dengan pihak lain	21, 24, 25, 29	22, 23, 28, 30	8
<b>Jumlah</b>					<b>28</b>

## F. Teknik Uji Instrumen Penelitian

Sebuah skala dapat digunakan apabila dikatakan valid dan reliabel berdasarkan statistic dengan melalui beberapa tahap dan analisa data .selanjutnya dilakukanlah tahap skoring dan pengujian validitas dan reliabilitas dengan bantuan aplikasi *SPSS (Statistical Product and Service Solution ) for windows versi 20.*

## 1. Uji validitas

Menurut Azwar (2009) validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrument pengukuran (tes) dalam melakukan fungsi ukurannya. Suatu alat tes memiliki validitas yang tinggi ketika dapat menghasilkan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan tujuan alat tes tersebut.

Dalam penelitian ini, validitas diukur berdasarkan validitas butir item. Validitas butir item dilakukan dengan menguji konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala, atau dikenal dengan istilah konsistensi item-total. Menurut Azwar (2010), parameter uji beda item atau koefisien korelasi item-total memperlihatkan kesesuaian fungsi item dengan fungsi skala dengan menguji konsistensi antara fungsi item dengan fungsi skala. Uji validitas butir item yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode korelasi person. Teknik ini dilakukan dengan menggunakan bantuan komputerisasi *SPSS for Windows versi 20* dan program *excel* pada *windows 8*.

Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem-total, item dapat dikatakan valid jika terjadi korelasi yang signifikan dengan skor totalnya. Hal ini menunjukkan adanya dukungan item tersebut dalam mengungkapkan suatu yang ingin diungkapkan. Pengujian validasi item dengan korelasi person dilakukan dengan cara mengorelasi skor item dengan skor total aitem, selanjutnya pengujian signifikansi dilakukan dengan adanya kriteria menggunakan *r table* pada tingkat signifikansi 0,005 dengan uji dua sisi. Jika nilai positif dan  $r_{hitung} \geq r_{table}$  ( $N=103$ ,

r tabel 0.195) maka item dapat dinyatakan sebagai item yang valid. Sedangkan jika nilai r hitung < r tabel, maka item dinyatakan tidak valid. Adapun rumus dari korelasi produk momen untuk uji validitas butir aitem yaitu :

Rumus Korelasi Produk moment:

$$\frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(n \sum x^2)(n \sum y^2 - (\sum y)^2)}}$$

Keterangan :

N : jumlah responden/ sampel

$\sum x$  : jumlah skor item

$\sum y$  : jumlah skor total

$\sum xy$  : jumlah skor “x” dikalikan “y”

Pada uji validitas *product moment* dengan menggunakan SPSS v.20 for windows didapatkan 1 item gugur pada skala adaptasi PSS-10, dimana pada item no.8 mendapatkan skor -0.095 (<0.195) Sehingga disimpulkan jika item nomor 8 gugur dan jumlah item total skala adptasi PSS-10 menjadi 9 item

Pada penelitian ini juga menggunakan *Content Validity Ratio* (CVR) oleh Lawshe (1975) sebagai statistika validasi item pada skala peneliti yang mana cerminan ini didapatkan dari data empirik. Pada prosesnya digunakan pendekatan sebuah panel yang terdiri dari para ahli yang disebut dengan *Subject Matter Experts* (SME) diminta untuk menyatakan apakah item dalam tes sifatnya esensial bagi operasional konstrak teoritik terhadap tes yang bersangkutan (Azwar, 2015).

*Content Validity Ratio* (CVR) oleh Lawshe (1975) dirumuskan sebagai berikut :

$$\text{CVR} = (2ne / n) - 1$$

Keterangan :

ne = Banyaknya SME yang menilai suatu item ‘esensial’

n = Banyaknya SME yang melakukan penilaian

Berikut daftar *Subject Matter Experts* (SME) :

*Tabel 3. 8 Daftar Subjek Matter Expert*

No.	Nama	Pelaksanaan
1.	Dr. Ali Ridho, M.Si	07/09/2020 - 15/09/2020
2.	Dr. Yulia Sholichatun, M.Si	03/09/ 2020 - 14/09/2020
3.	Fuji Astutik, M.Psi	06/09/2020 - 28/09/2020
4.	Ainindhita Aghniacakti, M.Psi	17/09/2020 - 29/09/2020

Setelah dilakukannya penilaian oleh *Subject Matter Experts* (SME), dan kemudian dilakukan analisis terhadap data, didapatkan hasil validitas aitem sebagai berikut :

*Tabel 3. 9 Hasil CVR instrumen Penelitian*

No.	Variabel	N	Skor CVR	∑ Item Gugur	∑ Item Valid
1.	HSP	4	21,5	0	27
2.	Stress	4	7	0	9
3.	Keterampilan Sosial	4	24.5	2	28

## 2. Uji reliabilitas

Menurut Azwar (2010) reliabilitas diterjemahkan dari kata *reliability*. Reliabilitas adalah konsep yang memberikan pemahaman sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya, reliabilitas mengacu pada keterpercayaan, keterandalan, keajegan, konsistensi, kestabilan. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien yang mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2010).

Pada penelitian ini menggunakan *IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 22* sebagai aplikasi yang membantu dalam perhitungan reliabilitas item pada instrument penelitian. Dimana terdapat rumus alpha Cronbach sebagai berikut :

$$R_n = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2} \right]$$

Keterangan :

$R_n$  : Reliabilitas Instrumen

$k$  : Banyaknya Butir Soal

$\sum \sigma^2$  : Jumlah Varians Butir

$\sigma^2$  : Varians Total

Tabel 3. 10 Hasil Cronbach's Alpha

No.	Variabel	N item	Cronbach's Alpha
1.	Stress (PSS-10)	9	0.721
2.	HSP (HSPs)	27	0, 853

3.	Keterampilan Sosial	28	0,702
----	---------------------	----	-------

## G. Analisis Data

Pada penelitian analisis data dilakukan dengan menggunakan uji regresi dengan variabel moderasi. Uji regresi digunakan untuk mengetahui pengaruh diantara variabel independent terhadap variabel dependen. Sedangkan keberadaan variabel moderasi adalah variabel yang dapat memperkuat ataupun memperlemah hubungan diantara variabel independent dan variabel dependen.

Untuk mengetahui pengaruh dari variabel moderasi terhadap variabel independent dan variabel dependen dilakukan uji interaksi atau uji MRA (*Moderated Regression Analysis*) yang merupakan aplikasi khusus regresi linier berganda dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi yakni perkalian dua variabel independent (Raharjo, 2018). Analisis data yang dilakukan menggunakan bantuan komputerisasi SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) V. 20 for Windows.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Profil UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Lembaga Pendidikan ini dilegalisasi melalui Surat Keputusan Presiden No. 50 tanggal 21 Juni 2004. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang digagas oleh beberapa tokoh di Jawa Timur, yang menginginkan untuk mendirikan Lembaga Pendidikan dibawah naungan Departemen Agama. Dari gagasan tersebut menghasilkan Surat Keputusan Menteri Agama No. 17 tahun 1961 dan berisi atas kewenangan untuk mendirikan Fakultas Syariah di Surabaya dan Fakultas Tarbiyah di Malang dalam satu wewenang lingkup pendidikan IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Bersamaan dengan terbitnya Surat Keputusan Presiden no. 11 Tahun 1997 mengenai peralihan status IAIN Sunan Ampel Surabaya beralih menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang dan menjadikan STAIN malang sebagai Lembaga pendidikan tinggi islam otonom yang lepas dari IAIN Sunan Ampel.

Saat ini UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki 6 (enam) fakultas dan 1 (satu) program pascasarjana, yaitu : (1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, menyelenggarakan Jurusan Pendidikan Agama Islam (PAI), Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS), dan Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI), (2) Fakultas Syariah, meyenggarakan Jurusan Al- Ahwal Al- Syakhshiyah dan Hukum Bisnis Syariah, (3) Fakultas Humaniora, menyelenggarakan Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, dan Jurusan Bahasa dan Sastra



Inggris, dan Jurusan Pendidikan Bahasa Arab, (4) Fakultas Ekonomi, menyelenggarakan Jurusan Manajemen perbankan Syariah dan Akutansi, (5) Fakultas Psikologi, (6) Fakultas Sains dan Teknologi, menyelenggarakan Jurusan Matematika, Biologi, Fisika, Kimia, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur, dan Farmasi. Sedangkan Program Pascasarjana mengembangkan 6(enam) program studi magister, yaitu: (1) Program Magister Manajemen Pendidikan Islam, (2) Program Magister Pendidikan Bahasa Arab, (3) Program Magister Pendidikan Agama Islam, (4) Program Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, (5) Program Magister Agama Islam, (6) Program Magister Al- Ahwal Al- Syakhshiyah. Sedangkan program doctor dikembangkan dengan 2 (dua) program, yaitu (1) Program Doktor Manajemen Pendidikan Islam, dan (2) Program Doktor Pendidikan Bahasa Arab.

## 2. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan didalam Kawasan Lembaga pendidikan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, bertepatan pada tanggal 03 September 2020- 03 November 2020 namun karena adanya kondisi Pandemi *Covid-19* maka peneliti menggunakan media internet dalam proses pengambilan data pada responden, hal tersebut dilakukan mengingat situasi akademik yang mengharuskan para mahasiswa sebagai subjek penelitian untuk melakukan '*kuliah dari rumah*' atau online.

## 3. Jumlah subjek penelitian dan alasan menetapkan subjek

Jumlah subjek pada penelitian ini yaitu sebanyak 184 dimana para subjek penelitian ini berstatus sebagai mahasiswa aktif di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan rentang Usia 20-25 Tahun. Rentang usia tersebut dipilih mengingat pada usia tersebut individu sudah dikatakan sebagai individu yang dewasa. Pada rentang usia ini individu memiliki konflik diri yang lebih kompleks

karena adanya berbagai tuntutan tanggung jawab sebagai individu yang telah dikatakan dewasa. Pada fase tersebut individu akan lebih mampu untuk mengenal dirinya, baik kebutuhan personal, tanggung jawab personal, dan *problem solving* yang harus dilakukan pada berbagai situasi.

#### 4. Prosedur dan Administrasi Penelitian

Pada penelitian ini terdapat beberapa tahapan yang dilakukan peneliti guna mendapatkan data sebagai bahan analisis dalam memecahkan rumusan masalah yang telah dibuat oleh peneliti, diantaranya yakni :

- a. Mengadopsi instrument penelitian yang dibutuhkan peneliti
- b. Membuat *e-form* yang berisi instrument penelitian di portal *Google Form*
- c. Memberikan identitas diri sebagai peneliti, serta tujuan penelitian didalam *e-form* sebagai bentuk pengenalan diri kepada calon responden.
- d. Memberikan informasi mengenai kewajiban yang harus dilakukan oleh calon responden guna meminimalisir adanya bias didalam penelitian.
- e. Memberikan informasi tata cara pengisian pada tiap skala penelitian guna kelancaran proses pengisian *e-form*.
- f. Membagikan *e-form* pada subjek penelitian, yaitu mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan menyebarluaskan link portal melalui media maya (*Whatsapp*, dan *Instagram*).

## **B. Hasil Penelitian**

### 1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang bersatus aktif sebanyak 184. Berdasarkan table 4.1 diketahui bahwa subjek berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19%, sedangkan 81% lainnya berjenis kelamin perempuan. Urutan kelahiran 47,3% dari subjek adalah anak sulung, 53,7% merupakan anak

tengah, dan sisanya yaitu 18,5% berstatus sebagai anak bungsu. 40,4% subjek berdomisili di kota sedangkan 59,6% berdomisili di desa.

Tabel 4. 1 Sebaran Data Hasil Penelitian

No.	Data Demografi	Kriteria	Jumlah Subjek (N= 103)	Prosentase
1.	Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	11.7 %
		Perempuan	91	88.3 %
2.	Urutan Kelahiran	Anak Sulung	40	38.8 %
		Anak Tengah	39	37.9 %
		Anak Bungsu	24	23.3 %
3.	Domisili	Kota	41	39.8 %
		Desa	62	60.2 %

## 2. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian perlu dilakukan untuk dapat memberikan gambaran secara *universal* mengenai kondisi dari subjek penelitian pada tiap variabel yang diteliti. Hal tersebut dapat diperoleh dengan analisis statistic deskriptif dan distribusi data (Azwar, 2010). Dari banyaknya subjek dapat dilihat perbandingan skor hipotetik dan skor empirik, dalam hal ini terdapat 183 subjek penelitian. Skor hipotetik adalah keadaan yang mungkin terjadi dalam penelitian, sementara skor empirik adalah keadaan yang terjadi pada penelitian.

Berdasarkan hasil Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa nilai mean hipotetik semua variabel lebih rendah dibandingkan nilai mean empirik, maka secara statistic tingkat HSP, stress, dan keterampilan sosial responden cenderung tinggi.

Tabel 4. 2 Deskripsi Data Hasil Penelitian

No.	Variabel	N	Hipotetik			SD	Empirik			SD
			Min.	Max.	Mean		Min.	Max.	Mean	
1.	HSP	103	27	135	81	18	99	129	109.13	7.8
2.	Stress	103	9	45	27	6	19	41	29.3	4.9
3.	Keterampilan sosial	103	28	140	84	18.6	54	125	90.6	11.8

Data penelitian tersebut kemudian dapat digunakan untuk melakukan kategorisasi pada subjek penelitian agar skor yang diperoleh subjek dapat diinterpretasikan. Dalam penelitian ini kategorisasi terbagi menjadi tiga kelompok yaitu Tinggi, sedang, dan rendah. Adapun rumus yang digunakan untuk mengkategorisasikan subjek penelitian kedalam tiga kelompok dengan menggunakan mean hipotetik yang dijelaskan pada table berikut:

Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi Data

Kategorisasi	Rumus
Tinggi	$X > \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$
Sedang	$\text{Mean} - 1 \times \text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \times \text{SD}$
Rendah	$X < \text{Mean} - 1 \times \text{SD}$

Keterangan: X= Raw Score;  $\mu$ = Mean Empirik; SD = Standar Deviasi Empirik

a. *Highly Sensitive Person*

Kategorisasi data dilakukan dengan cara meinput nilai mean empirik dan standar deviasi empirik variabel *Highly Sensitive Person* kedalam rumus kategorisasi data pada tabel 4.3

Dari tabel 4.4 dapat diketahui jika 16.5% subjek dari penelitian masuk pada kategori tinggi, dan 70.9% tergolong pada kategori sedang, dan sisanya yaitu 12.6% pada kategori rendah. Kriteria kategori tinggi jika skor total mencapai lebih dari 117 (>117), dan kategori sedang dengan skor total 101-117, dan kategori rendah pada rentang skor kurang dari 101 (<101).

Tabel 4. 4 Kategori Responden Pada Variabel HSP

Ketogori	Kriteria	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	>117	17	16.5
Sedang	101-117	73	70.9
Rendah	<101	13	12.6

b. Stress

Kategorisasi data dilakukan dengan cara meinput nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik variabel stress kedalam rumus kategorisasi data pada tabel x.x

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel 4.5 dengan menggunakan aplikasi *SPSS versi 20 for windows* didapatkan kategorisasi data dimana 26.2% subjek masuk dalam kategori tinggi, sedangkan 70.9% masuk kedalam kategori sedang, dan sisanya yaitu 2.9 % masuk pada kategori rendah. Kriteria pada kategori tinggi berada pada kisaran nilai lebih dari 33 (>33), sedangkan kategori sedang memiliki kriteria nilai skor diantara 21 hingga 33, dan kategori rendah pada kriteria kurang dari 21 (<21). Dari data tersebut dapat disimpulkan jika tingkat stress subjek pada kategori sedang.

Tabel 4. 5 Kategori Subjek Pada Variabel Stress

Ketogori	Kriteria	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	>33	27	26.2
Sedang	21-33	73	70.9
Rendah	<21	3	2.9

c. Keterampilan Sosial

Kategorisasi data dilakukan dengan cara meinput nilai mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik variabel keterampilan sosial kedalam rumus kategorisasi data pada tabel 4.6

Dari hasil analisis data diketahui jika sebanyak 12.6% dari subjek masuk kedalam kategori tinggi, kemudian 86.4% masuk kategori sedang, dan sisanya yaitu 1% masuk pada kategori rendah.

Tabel 4. 6 Kategori Responden pada Variabel Keterampilan Sosial

Ketogori	Kriteria	Frekuensi	Presentase (%)
Tinggi	>102.6	13	12.6
Sedang	65.4-102.6	89	86.4
Rendah	<65.4	1	1

3. Uji Asumsi Data Penelitian

a. Uji Normalitas

Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah subjek penelitian berdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan Uji Kolmogorof-Smirnov. Pada pengujian ini suatu data dianggap memeiliki sebaran normal apabila nilai

*signifikasni* atau  $P > 0,05$ . Sedangkan jika nilai  $P < 0,05$  maka sebaran data dianggap tidak normal.

Dari hasil uji analisa dengan teknik Kolmogorof-Smirnof diketahui jika nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,200. Sehingga nilai *sig* tersebut lebih dari 0,05 ( $0,200 > 0,05$ ), maka nilai residual telah berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier secara signifikan, atau tidak signifikan. Korelasi hubungan antara variabel yang baik ditunjukkan dengan adanya hubungan yang linier.

Pada hasil uji linieritas dengan *SPSS* dapat dianalisis dengan nilai deviasi signifikansi  $> 0,05$  maka dapat disimpulkan jika ada hubungan yang linier secara signifikan antar variabel. Pada hubungan antara HSP dengan stress didapatkan nilai deviasi signifikansi sebesar 0.321, sehingga nilai *sig*  $> 0,05$ , maka disimpulkan jika hubungan antara HSP dengan stress yaitu linier. Sedangkan hubungan antara Stress dengan keterampilan sosial menghasilkan nilai *sig* 0.618. sehingga  $0.618 > 0,05$  maka dapat disimpulkan jika hubungan stress dengan keterampilan sosial berhubungan secara linier.

c. Uji Multikolinieritas

Uji Multikolinieritas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi sempurna pada hubungan antar variabel independent. Model regresi yang baik tidak menunjukkan adanya korelasi yang sempurna atau mendekati sempurna diantara variabel bebas.

Uji multikolinieritas dilakukan dengan melihat nilai tolerance dan inflation factor (Vif) pada model regresi. Dari hasil analiss data dapat dilihat jika nilai tolerance variabel penelitian lebih dari 0,10 dan nilai VIF kurang

dari 10. Sehingga dapat disimpulkan jika tidak terjadi adanya multikolinieritas pada model regresi.

Tabel 4. 7 Hasil Uji Multikolinieritas

No.	Variabel	Nilai tolerance	VIF	Keterangan
1.	HSP	0.962	1.04	Tidak terjadi Multikolinieritas
2.	Keterampilan Sosial	0.962	1.04	Tidak terjadi Multikolinieritas

d. Uji Heteroskedastisitas

Heteroskedastisitas adalah keadaan dimana pada model pengujian regresi terjadi ketidaksamaan varian dari nilai residual pada satu pengamatan ke pengamatan lainnya (Priyatno, 2012). Pada pengujian regresi apabila tidak terjadi kondisi heteroskedastisitas, maka pengujian dianggap baik. Adapun beberapa metode yang dapat digunakan dalam menguji heteroskedastisitas, diantaranya yaitu uji Glejser, melihat pola titik pada Scatterplots regresi, dan uji koefisien korelasi spearman's rho.

Dari hasil analisis dengan menggunakan uji koefisien korelasi Spearman's rho didapat nilai korelasi kedua variabel independent memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $>0,05$ ) sehingga dapat ditarik kesimpulan jika tidak terjadi adanya masalah heteroskedastisitas pada model regresi?

Tabel 4. 8 Hasil Uji Heteroskedastisitas

No.	Variabel	Nilai sig	Keterangan
1.	HSP	0.381	Tidak terjadi heterodkedastisitas
2.	Keterampilan Sosial	0.322	Tidak terjadi heterodkedastisitas



e. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui perbedaan nilai dari kelompok responden yang dilakukan dari data demografi, sehingga perlu dilakukan uji homogenitas. Uji homogenitas merupakan uji analisis yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah variasi beberapa data dari populasi memiliki varians yang sama atau tidak (Raharjo, 2019).

Tabel 4. 9 Hasil Uji Homogenitas

No.	Variabel	Varian	Nilai Sig	Keterangan
1.	HSP	Urutan Kelahiran	0.130	Homogen
		Domisili	0.176	Homogen
		Jenis Kelamin	0.555	Homogen
2.	Stress	Urutan Kelahiran	0.084	Homogen
		Domisili	0.794	Homogen
		Jenis Kelamin	0.292	Homogen
3.	Keterampilan Sosial	Urutan Kelahiran	0.917	Homogen
		Domisili	0.721	Homogen
		Jenis Kelamin	0.037	Tidak Homogen

Dari data di atas dapat diketahui jika HSP dengan dua varian sebagai data demografi memiliki nilai  $Sig > 0.05$  sehingga dapat disimpulkan jika pada kelompok varian data pada HSP yaitu homogen, sama halnya dengan variabel stress dengan dua varians yaitu Urutan kelahiran dan domisili responden bahwa kedua varians tersebut memiliki homogenitas terhadap kelompok varians, karena nilai  $Sig > 0.05$ .

4. Uji Tambahan

Dilakukan uji tambahan untuk mengetahui korelasi antar variabel penelitian. Pengujian dilakukan dengan bantuan *SPSS v.20 for windows*, dimana menghasilkan korelasi yang signifikan pada kedua hubungan antar variabel. Didapatkan nilai *sig (2-tailed)*. 0,00 ( $<0.05$ ) pada hubungan korelasi antara HSP terhadap stress, begitu juga pada hubungan korelasi antara keterampilan sosial terhadap stress yang mendapatkan nilai *sig (2-tailed)*. 0,00 ( $<0.05$ ).

### C. Uji Hipotesis

Uji hipotesis perlu dilakukan untuk mengetahui apakah hipotesis penelitian diterima atau ditolak, atau lebih tepatnya untuk mengetahui apakah variabel moderasi pada penelitian ini dapat memberikan pengaruh pada hubungan variabel independent dan variabel dependen. Analisis yang digunakan dalam menguji hipotesis penelitian yaitu dengan uji regresi parsial dan uji regresi moderasi (MRA) dengan bantuan *IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 20*.

Pada uji regresi parsial didapat nilai  $\text{sig} < 0.05$  ( $\text{Sig} = 0.026$ ) sehingga dapat disimpulkan jika variabel independent (HSP) berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen (stress), nilai  $t$  hitung ( $2.257$ )  $<$   $t$  tabel ( $-2.275$ ). diketahui nilai  $t$  hitung bernilai positif, sehingga hubungan pengaruhnya positif.

Pada uji regresi moderasi (MRA), diketahui nilai beta yang dihasilkan dari pengaruh interaksi variabel moderasi dengan variabel independent terhadap variabel dependen bernilai negatif ( $-0.121$ ) sehingga variabel moderasi memperlemah pengaruh variabel independent terhadap variabel dependen.

Nilai sig menunjukkan  $0.947 > 0.0$ , sehingga dapat disimpulkan jika pengaruh tersebut tidaklah signifikan.

Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi (R Square) dengan Variabel Moderasi

No.	Persamaan	Nilai R Square	Persentase
1.	$y = a + b1x1$	0.048	4.8%
2.	$y = a + b1x1 + b2x2 + b3x1x2$	0.140	14%

Dari table 4.11 dapat dilihat pada persamaan pertama (1) dihasilkan nilai r square adalah 0.014 yang artinya variabel independent dalam penelitian ini yaitu HSP memiliki pengaruh atau sumbangsih terhadap variabel dependen dalam hal ini yaitu stress sebesar 4.8%. Kemudian dari persamaan kedua (2) dihasilkan nilai r square sebesar 0.140 yang artinya pada penelitian ini variabel keterampilan sosial sebagai variabel moderasi memberikan sumbangsih diantara hubungan variabel HSP terhadap stress menjadi 14%

Untuk mengetahui jenis moderasi pada penelitian ini termasuk jenis pure moderasi, quasi moderasi, ataukah bukan merupakan moderasi dilihat dari nilai sig hasil uji regresi moderasi sebagai berikut:

Tabel 4. 11 Nilai Signifikansi Hasil Uji Regresi Moderasi

No	Model	Nilai Sig.
1.	Keterampilan Sosial (Variabel Moderasi)	0.002
2.	HSP (Variabel Independent)	0.097
3.	Interaksi HSP * Keterampilan Sosial	0.932

Dari Tabel 4.12 didapatkan nilai sig pada salah satu model bernilai signifikan ( $< 0.05$ ) maka dapat disimpulkan jika variabel moderasi masuk pada jenis pure moderasi

#### **D. Analisis Data (Pembahasan Diskusi Hasil)**

##### **1. Tingkat stress pada HSP yang bersatatus mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**

Hakikatnya semua manusia akan mengalami stress pada fase-fase kehidupannya, namun yang membedakannya adalah taraf atau tingkatan stress tersebut pada tiap individu sekalipun memiliki variabel stimulus yang sama. Banyak faktor yang mempengaruhi sensitivitas tiap individu dalam menghadapi stimulus stress dan meresponnya, salah satunya adalah factor genetikan dan lingkungan. Stress merupakan suatu respon emosi yang muncul akibat adanya kejadian-kejadian yang menekan didalam kehidupannya. Menurut Lovibond & Lovibond (1995) individu yang sedang mengalami stress akan cenderung untuk bersikap sensistimental, yaitu mudah marah, sulit menenangkan diri dan menjadi tidak sabar dalam menghadapi situasi. Terlebih pada individu dengan tingkat sensitivitas yang tinggi, dimana individu tersebut memiliki ambang batas toleransi terhadap tekanan yang cukup rendah, dikarenakan banyaknya stimulus atau reseptor yang ia terima melalui indera tubuhnya kondisi demikian dibuktikan mealui penelitian oleh Andresen dan teman-temannya (2017) bahwa persepsi tanpa henti yang dilakukan HSP pada setiap adanya stimulus di sekitar mereka menyebabkan HSP tersebut menderita stress secara konstan.

Kondisi HSP yang mudah mengalami kondisi eksitasi dapat menyebabkan masalah fisik dan gangguan fungsi sosial karena adanya induksi tingkat stress yang tinggi (Ahadi & Basharpoor, 2010). Hal tersebut menjadikan HSP cenderung bereaksi terhadap stress lenih parah daripada

non-HSP (Aron, 1997). Menurut Aron (dalam Smolewska, dkk., 2006) bahwa sifat sensitivitas yang tinggi mencerminkan fungsi penghambatan perilaku yang tinggi. Diperkuat didalam hasil penelitian Smolewska (2006) dimana analisis korelasi menunjukkan sikap penghambatan perilaku terkait dengan komponen reaktifitas emosional atau fisiologis. Sehingga motivasi berperilaku hati-hati yang dimiliki HSP dilakukan guna untuk mencegah konsekuensi negatif, seperti gangguan stress.

Didapat dari hasil penelitian yang telah dipaparkan pada poin sebelumnya, bahwa tingkat stress pada subjek penelitian dikategorikan menjadi 3 kelompok, yakni tinggi, sedang, dan rendah. Secara keseluruhan jumlah responden sebanyak 184 mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, namun kemudian didapatkan sebanyak 103 mahasiswa tergolong HSP, jumlah responden yang tergolong HSP sesuai dengan anjuran dari Cohen (1992) dimana ia merekomendasikan jika jumlah sampel yang dapat diterima baik yaitu sebanyak 100. Dari seleksi awal kemudian HSP digolongkan lagi menjadi 3 kelompok, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Didapatkan hasil 16.5% masuk kategori tinggi, 70.9% kategori sedang, dan 12.6% kategori rendah. Sehingga dapat ditarik kesimpulan jika tingkat stress pada HSP mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk kedalam kategori sedang.

Selanjutnya ketika dilihat dari uji homogenitas sampel menurut data demografi, yakni urutan kelahiran dan juga domisili didapatkan hasil jika data bersifat homogen. Artinya tidak ada perbedaan hasil tingkat stress pada

mahasiswa yang berdomisili di kota maupun kota, ataupun mahasiswa dengan urutan kelahiran pertama, kedua, dan terakhir.

Kondisi tingkat stress pada HSP yang berstatus mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong sedang, dimungkinkan terjadi, karena pada saat pengambilan data terjadi kondisi pandemic, sehingga memungkinkan tidak terjadi adanya interaksi terlalu banyak dengan orang lain ataupun minimnya variabel stimulus stress pada HSP yang rentan terhadap adanya stimulus dengan intensitas yang tinggi disekelilingnya.

## 2. Tingkat Keterampilan sosial pada HSP yang berstatus mahasiswa UIN Maulna Malik Ibrahim Malang

Keterampilan sosial adalah salah satu factor yang dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat stress individu. Kemampuan individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya dilakukan baik secara verbal maupun non-verbal. Seringkali jika individu tidak mampu untuk berinteraksi dengan lingkungannya, maka besar kemungkinan toleransi terhadap kondisi yang tidak terprediksi akan semakin tinggi, dan hal tersebut beresiko pada Kesehatan mental individu tersebut.

Sejalan dengan pendapat Johnson & Johnson (1999) bahwa keterampilan sosial bermanfaat untuk mengatasi stress. dimana hubungan yang baik dibangun dari kemampuan berinteraksi sosial, sehingga membantu individu tersebut dalam memahami informasi di sekitarnya, ataupun kebutuhan perhatian, dan juga umpan balik dalam sebuah komunikasi. Pemahaman masyarakat atau lingkungan terhadap HSP juga sangat diperlukan, dimana mayoritas masyarakat saat ini memberikan

stigma yang negatif terhadap HSP, maka jelas hal tersebut akan memperparah Kesehatan mental atau bahkan fisik HSP.

Kondisi yang memungkinkan bagi HSP untuk menganggap bahwa dirinya mampu mengatasi stress secara efektif atau anggapan bahwa stressor yang diterimanya bermakna bagi kehidupan mereka, maka akan cenderung untuk terhindar dari kondisi disfungsi kognisi, seperti halnya merasa ketidakberdayaan atau perenungan negatif terhadap situasi yang dialaminya.

Dari hasil analisis data yang telah dilakukan dan dipaparkan pada poin sebelumnya didapat kesimpulan jika tingkat keterampilan sosial pada HSP mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yakni rata-rata pada kategori sedang. Dari 184 responden 26.2% ada pada kategori tinggi, sedangkan 2.9% pada kategori rendah, dan persentase terbesar yaitu 70.9% pada kategori sedang.

Kondisi yang menunjukkan tingkat keterampilan sosial mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim masuk pada kategori sedang dimungkinkan terjadi, mengingat adanya tuntutan program wajib tinggal didalam ma'had pada tahun pertama dapat menjadi salah satu factor yang memungkinkan individu untuk berinteraksi sosial secara intens.

Pada pengujian homogenitas, didapatkan hasil jika data yang didapatkan pada kelompok responden yaitu homogen menurut urutan kelahiran dan juga domisilinya. Sehingga tidak didapatkan adanya perbedaan yang signifikan pada perbandingan kelompok tersebut terhadap tingkat keterampilan sosial yang dimiliki.

3. Pengaruh HSP terhadap tingkat stress dengan adanya keterampilan sosial sebagai variabel moderasi

Pada banyak penelitian terdahulu ditemukan jika tingkat stress pada HSP sangatlah tinggi jika dibandingkan dengan non-HSP, diantaranya yaitu penelitian oleh Ahadi & Basharpour (2010), Cieslik (n.d), Benham (2006) dan Juga Aron & Aron (2007). Ahadi & Basharpour (2010) menerangkan jika kecenderungan HSP terhadap stimulasi berlebihan mengakibatkan tingkat stress yang lebih tinggi dan akibatnya dalam masalah kesehatan mental yang buruk. Sama halnya dengan Cieslik ataupun Aron yang mengungkapkan jika sifat dasar yang dimiliki HSP seperti tingginya kepekaan HSP dalam menerima stimulus dan rendahnya toleransi dalam menangkap banyaknya stimulus tersebut cenderung akan memberikan lebih banyak tekanan dalam diri HSP yang mengakibatkan stress ataupun menurunnya kesehatan mental.

Kondisi HSP yang sedemikian sensitive akan cenderung menderita karena adanya stress, sehingga HSP akan mencoba melakukan penghindaran terhadap situasi yang tidak diketahui atau dikenalnya (Cieslik, n.d). Namun tingkat stress yang diderita juga dapat diminimalisir di mana jika HSP tersebut mempercayai anggapan bahwa dirinya mampu untuk mengatasi stress secara efektif atau stressor yang dapatkannya mampu untuk memberikan kebermaknaan bagi kehidupan mereka, maka besar kemungkinan mereka tidak akan mengalami disfungsi kognisi (Yano, Kase, & Oishi, 2019). Maka dapat ditarik kesimpulan jika kondisi disfungsi kognisi seperti ketidakberdayaan, dapat dihindari jika



individu memiliki kepercayaan diri dalam menghadapi stressor yang diterimanya. Kepercayaan diri tersebut didapatkan salah satunya jika interaksi sosial dengan lingkungannya berjalan dengan baik, mengingat HSP adalah kondisi yang dibawa sejak lahir, maka peran keluarga sangatlah diperlukan dalam membangun kemampuan diri dari HSP.

Dari hasil penelitian didapatkan jika tingkat stress individu dipengaruhi oleh HSP sebesar 4.8%, dan kemudian keterampilan sosial memberi pengaruh terhadap tingkat stress yang dialami oleh HSP dengan besaran 14% . sedangkan 86% lainnya dipengaruhi oleh factor lain yang memiliki peluang berkontribusi dalam meningkatnya tingkat stress HSP. variabel moderasi pada penelitian ini memberikan pengaruh pada variabel independent terhadap variabel dependen, dimana keterampilan sosial memperlemah tingkat stress pada hubungannya dengan HSP.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, didapatkan hasil penelitian dan analisa data penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya. Dari data penelitian yang telah dianalisis kemudian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stress pada HSP yang berstatus mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong menjadi tiga kategori, yaitu rendah sedang, dan tinggi. Sebanyak 2.9% mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang masuk kedalam kategori rendah, sedangkan 26.2% masuk pada kategori tinggi, dan sisanya yaitu sebanyak 70.9% responden tergolong pada kategori sedang. Dari persentase kategorisasi tersebut diketahui lebih dari setengah responden ada pada kondisi stress yang sedang.
2. Tingkat keterampilan sosial mahasiswa aktif UIN Maulana Malik Ibrahim Malang digolongkan menjadi tiga kategori, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Sebanyak 86.4% responden masuk kedalam kategori sedang sehingga dapat dikatakan jika hamper keseluruhan responden memiliki keterampilan sosial yang sedang. Sedangkan sisanya sebanyak 12.6% sebagai mahasiswa dengan keterampilan sosial yang tinggi dan 1% responden memiliki keterampilan sosial yang rendah.

3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan metode uji regresi dengan variabel moderasi (MRA) dengan bantuan *IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 20 for Windows* didapatkan nilai R Square sebesar 0.043 pada persamaan hubungan antara variabel independent (HSP) dengan variabel dependen (Stress) sehingga dapat disimpulkan jika variabel independent (HSP) memberikan sumbangsih sebesar 4.3% terhadap tingkat stress individu, dan sisanya dipengaruhi oleh factor diluar variabel independent. Kemudian didapatkan nilai R Square sebesar 0.140 pada persamaan variabel independen dengan variabel dependen ketika variabel moderasi dikaitkan, sehingga dapat dikatakan variabel moderasi dengan HSP memberikan sumbangsih sebesar 14% untuk memperlemah tingkat stress individu.

## **B. Saran**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat beberapa saran yang akan diajukan kepada mahasiswa HSP UIN Malukana Malik Ibrahim Malang dan juga peneliti selanjutnya yang akan mengangkat tema serupa dengan penelitian kali ini, diantaranya yaitu :

1. Untuk HSP yang sedang melakukan *study* di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
  - a. Tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong sedang, dapat diartikan jika manajemen pikiran yang dilakukan mahasiswa sudah cukup baik, terlebih pada saat penelitian dilakukan terjadi bencana global, yakni pandemic *Covid-19*. Sehingga akan lebih rendah stressor yang didapat responden dari lingkungan sekitar.

- b. Keterampilan sosial yang dimiliki mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tergolong sedang, sejalan dengan tingkat stress yang dialami oleh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Kebijakan pembatasan interaksi dengan sesama pada saat pandemic, memungkinkan individu tidak mampu untuk mengasah keterampilan sosialnya dengan baik, meskipun interaksi tersebut dapat berjalan secara daring, namun akan tetap menimbulkan efek yang berbeda.
  - c. Perlu adanya *self acceptance* bagi HSP karena hal tersebut dapat meminimalisir efek buruk dari sifat bawaan yang dimilikinya, selain itu penerimaan diri yang baik akan memicu individu untuk dapat mengetahui bagaimana kecenderungan regulasi dirinya terhadap berbagai situasi.
  - d. Meningkatkan berbagai keterampilan juga diperlukan, hal ini sebagai bekal HSP dalam menghadapi situasi diluar dari kendali dirinya, mengingat HSP cenderung akan tertekan terhadap situasi yang tidak terprediksi, maka bekal keterampilan yang dimiliki akan meminimalisir resiko buruk yang akan terjadi.
  - e. Bagi individu non-HSP juga akan lebih baik jika pemahaman mengenai kondisi alami yang dimiliki HSP dapat dipahami dan diterima secara luas mengingat HSP bukanlah individu dengan gangguan Kesehatan mental, maka penerimaan HSP oleh masyarakat luas juga akan membanu HSP itu sendiri dalam mengakomodir dirinya didalam lingkungan.
2. Untuk Peneliti selanjutnya
- a. Tingkat stress yang dimiliki oleh HSP cenderung lebih tinggi, mengingat kemampuan-kemampuan yang dimiliki HSP mendukung seringnya intensitas stress yang akan dialami HSP, sehingga akan lebih baik pada

penelitian selanjutnya, dilakukan analisi terhadap variabel-variabel lain yang memungkinkan dapat mempengaruhi tingkat stress pada HSP.

- b. Perlu dilakukan analisis yang lebih mendalam terhadap factor- factor yang menjadi pemicu rendahnya tingkat kesehatan mental bagi HSP, analisis ini akan lebih baik jika lebih berfokus pada faktor dalam diri HSP itu sendiri.
- c. Korelasi antara HSP dengan orangtua/ keluarga juga sangat menentukan bagaimana HSP mampu untuk meregulasi kondisi dalam dirinya, sehingga akan sangat baik jika pada penelitian selanjutnya dilakukan analisis secara kualitatif terhadap HSP dengan orangtua/ lingkungan sebagai substansi paling berperan dalam perkembangan kehidupan HSP.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, N.M.Y.A., & Andayani, B. (2017). Validasi modul 'cakap' untuk meningkatkan keterampilan sosial mahasiswa baru asal Bali. *Gadjah mada journal of professional psychology* 3, 1-13.
- Ahadi, B. & Basharpour. (2010). Relationship between SPS, personality dimention, and mental healt. *Journal of Applied Sciences*, 10, 570-574.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arumwardhani, A. (2011). Psikologi Kesehatan. Yogyakarta: Galangpress.
- Azwar, S. (2007). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2014). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi* (edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Black, C. E., (1966). *The dynamics of modernization: a study in comparative history*. New York: Harper & Row.
- Boterberg, S. (2016). Making sance of it all: the impact of sensory processing sensitivity on daily function of children. *Personality and Individual Differences*, 92, 80-86.
- Brindle, K., Moulding, R., Baker, K., Nedeljkovic, M. (2015). Is the relationship between SPS and negative mediated by emotional regulation. *Australian Journal of Psychology*, 67, 214-221.
- Cieslik, A. (n.d). what is the impact of SPS on entrepreneurial intent & opportunity recognition moderated by the entrepreneurial trait profil and the big five. *Thesis*. University of Twente: Berlin.

- Cohen, S., & Herbert, T.B. (1996). Health Psychology: Psychological factor and physical disease from the perspective of human psychoneuroimmunology. *Annual Review of Psychology*, 47, 113-142
- Cohen, S., Kamarck, T., & Marmelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.
- Cooper, T. M. (2014). The integral being: a qualitative investigation of HSP and temperament appropriate careers. *Disertasi*. The California Institute: San Francisco.
- Engelbertink, A. (2018). *The relationship between sensory processing sensitivity and entrepreneurship: the moderating role of the ETP, extraversion, agreeableness, and neuroticism*. Berlin: University of twente.
- Febriyanti, F. (2018, Jnauari). 11 perilaku masyarakat dalam perubahan social budaya di era global. 27 Februari, 2020. <https://materiips.com/perilaku-masyarakat-dalam-perubahan-sosial-budaya-di-era-global>
- Greven, C.u., Linotti,F., Booth, C., Aron, E.N. dkk. (2019). Neuroscience and biobehavioral reviews. *Journal Elsevier*, 98, 287-305.
- Grimen, H. L., & Diseth, A. (2016). Sensory Processing Sensitivity : Factors of the Highly Sensitive Person Scale and Their relationships to Personality and Subjective Health Complaints. *Comprehensive Psychology*, 5, 1–10.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stress lingkungan pada santri baru. *Jurnal Empathy*, 02, 79-89.
- Hertinjung, W.S., Pratisti, W.D. (2008). Keterampilan Sosial Anak Prasekolah Ditinjau dari Interaksi Guru- Siswa Model Mediated Learning Experience. *Jurnal penelitian Humaniora*, 9, 179-191.
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Istiwidayati & Soedjarwo, penerjemah). Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.

- Idrus, M. (2009). *Metode penelitian ilmu sosial, pendekatan kualitatif dan kuantitatif*. Jakarta: Erlangga.
- Johnson, D., & Johnson, R. (1999). *Learning together and alone: cooperative, competitive, and individual learning*. Boston: Allyn and Bacon.
- Kirandita, P. (2017, Februari). Memahami psikologi si baper. 10 Februari, 2020. <https://tirto.id/memahami-psikologi-si-baper-cipH>
- Kusumadewi, T.N. (2009). Skripsi. *Hubungan antara kecanduan internet game online dan keterampilan sosial pada remaja*. Universitas Indonesia, Fakultas Psikologi
- Lebih dekat dengan Highly sensitive person. (2014, Juli). 10 Februari 2020. <http://psikologid.com/lebih-dekat-dengan-highly-sensitive-person-hsp/>
- Lestari, N.F. (2014). Hubungan antara tingkat stress dengan frekuensi kekambuhan pada wanita penderita asma usia dewasa awal yang telah menikah. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 02, 7-15.
- Lovibond, S.H & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the depression anxiety stress scales*. The Psychology Foundation of Australia Inc.
- Mayasari, R. (2014). Pengaruh keterampilan social dan efikasi diri social terhadap kesejahteraan psikologis. *Al munzir*, 7, 98-113.
- Musa, Z. (2015). *Pengaruh keterampilan sosial dan kesepian terhadap kecenderungan adiksi internet pada remaja pengguna smartphone*. 27 April, 2015. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah, Fakultas Psikologi.
- Natalia, J. R. & Bernathsius, J. (2019). Highly sensitive person dan dampaknya terhadap kesehatan mental. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7, 317-327.
- Nazir. (1999). *Metode penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Novitasari, K. (2014). *Modernisasi dalam perkembangan budaya masyarakat*. 2 maret, 2014. Kompasiana, sosial budaya.



<https://www.kompasiana.com/www.kuntinovitasari.com/54f83b08a333113b618b4c29/modernisasi-dalam-perkembangan-budaya-masyarakat>

Nugraini, I. (2015). Skripsi. *Keterampilan sosial sebagai mediator antara hubungan kecanduan internet dan kesejahteraan psikologis pada remaja*. Universitas Gadjah Mada, Fakultas Psikologi.

Nugraini, I. & Ramadhani, N. (2016). Keterampilan sosial menjaga kesejahteraan psikologis pengguna internet. *Jurnal Psikologi*, 3, 183-193.

Nurpratiwi, A. (2010). Pengaruh kematangan emosi dan usia saat menikah terhadap kepuasan pernikahan pada dewasa awal. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Fakultas Psikologi.

Paramitha, N, M. (2012). Hubungan stress dan factor lainnya dengan konsumsi makanan mahasiswa departemen arsitektur fakultas teknik universitas Indonesia. *Skripsi*. Universitas Indonesia, Fakultas Kesehatan Masyarakat.

Prayudha, S. G. (2014) *hubungan antara adiksi game online dengan keterampilan sosial pada remaja*. 27 Desember, 2018. Skripsi. Universitas Mercubuana Yogyakarta, fakultas psikologi.

Priyatno, D. (2012). *Cara Kilat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Penerbit Andi: Yogyakarta

Putri, A.F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangan. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 3, 35-40

Raharjo, S. (2018, Februari 14). *Uji Regresi dengan Variabel Moderasi MRA dengan SPSS*. November 9, 2020.

<https://www.youtube.com/watch?v=Vz1fS8ftmoE&t=912s>

Ramdhani, N. (1994). *Pelatihan Keterampilan Sosial Pada Mahasiswa yang Sulit Bergaul*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.

Riggio, R. (1986). Assesment of basic social skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, 649-660.

- Rini, H.P. (2014). *Peningkatan keterampilan sosial anak tunarungu kelas VI SDLB melalui permainan tradisional pasaran di SLB-B wiyata dharma I tempel*. JULI, 2014. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta, Fakultas Ilmu Pendidikan.  
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/plb/article/view/6252/6004>
- Rosana, E. (2015). Modernisasi dalam perspektif perubahan social. *Jurnal al adyan*, 10, 67-82.
- Rosana, E. (2011). Modernisasi dan perubahan social. *Jurnal TAPIS*, 7, 31-47.
- Safaria, T., & Saputra, N.E. (2009). *Manajemen emosi: sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: McGraw hill Company
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan masa hidup*. (Benedictine Widyasinta, penerjemah). Edisi ketigabelas. Jakarta: Erlangga.
- Sensitivitas pengolahan sensorik. (2018, November). 10 Februari 2020.  
[https://id.wikipedia.org/wiki/Sensitivitas\\_pengolahan\\_sensorik](https://id.wikipedia.org/wiki/Sensitivitas_pengolahan_sensorik)
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugmadinata, N.S. (2013). *Metode penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Sunyoto, M. (2001). *Psikologi industry dan organisasi*. Jakarta: UI press
- Suryabrata, S. (2004). *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sierra, C. V. R. (2013). The human SPS: biological implication, for introversion, submission, and creativity. *Journal Hypotheses in clinical medicine*, 18. 265-274.

- Spence, S.H. (2003). Social Skills Training with Children and Young People: Theory, Evidence and Practice. *Child and Adolescent Mental Health*, 8, 84-96.
- Tillmann, T. (2019). SPS in the context of the teaching professional it's demands: blessing, curse or both?. *Disertasi*. University of Munchen: Jerman.
- Wardani, R.S. (2014). Hubungan antara resiliensi dengan stress pada lansia yang berada di panti Wreda. Naskah publikasi. UII :Yogyakarta
- Yano, K., Kase, T., & Oishi, K. (2019). The effect of SPS and sense of coherence on depressive symptoms in university students. *Journal of Sage*, 1-5.
- Yusuf, S. (2018). Kesehatan mental: perspektif psikologis dan agama. Bandung: Remaja Rosdakarya Offset.

# LAMPIRAN

### LAMPIRAN 1 Bukti Konsultasi

Nama : Rizky Miranda  
NIM : 16410149  
Pembimbing : Umdatul Khoirot, M.Psi.,Psikolog  
NIP : 199005012019032017  
Judul :HIGHLY SENSITIVE PERSON DAN STRES  
DIMODERASI DENGAN KETERAMPILAN SOSIAL  
PADA MAHASISWA UIN MAULANA MALIK  
IBRAHIM MALANG

No.	Tanggal	Media	Materi Konsultasi	TTD
1.	06/02/2020	Offline	Judul Skripsi	
2.	17/02/2020	Offline	Latar belakang penelitian	
3.	27/02/2020	Offline	Landasan teori penelitian	
4.	05/03/2020	Offline	Metode penelitian	
5.	06/ 06/2020	Online	Metode penelitian	
6.	15/ 07/2020	Offline	Metode penelitian	
7.	16/09/2020	Offline	Metode penelitian	
8.	01/10/2020	Offline	Metode penelitian	
9.	10/11/2020	Offline	Pengolahan data penelitian	
10.	16/11/2020	Offline	Hasil penelitian	

Mahasiswa yang bersangkutan telah selesai menjalani bimbingan skripsi dan telah memenuhi sks yang telah dipersyaratkan untuk dapat mengikuti ujian skripsi.

Malang, 27 November 2020

Pembimbing

Umdatul Khoirot, M.Psi.,Psikolog

## LAMPIRAN 2 Skala Penelitian

### SKALA PENELITIAN

#### Identitas Diri

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Urutan Kelahiran :  
Domisili :

#### Prosedur Pengerjaan

Dalam pernyataan dibawah ini tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang benar adalah yang sesuai dengan diri anda, pengerjaan dilakukan dengan cara:

- 1) Bacalah tiap pernyataan dengan teliti.
- 2) Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi diri anda, dengan pilihan jawaban sebagai berikut:  
**5 : Sangat Sesuai**  
**4 : Sesuai**  
**3 : Kadang-kadang**  
**2 : Hampir Tidak Sesuai**  
**1 : Tidak Sesuai**
- 3) Jawablah setiap pernyataan secara runtut!

Selamat mengerjakan!

#### Skala HSP

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1.	Apakah anda mudah kuwalahan oleh adanya rangsangan sensorik seperti suara keras?					
2.	Apakah anda menyadari hal-hal kecil yang terjadi di lingkungan anda?					
3.	Apakah suasana hati orang lain mempengaruhi anda?					

<b>4.</b>	Apakah anda cenderung lebih peka terhadap rasa sakit secara fisik atau mental?					
<b>5.</b>	Apakah anda merasa perlu untuk menarik diri pada hari-hari sibuk ketempat yang lebih nyaman untuk diri anda?					
<b>6.</b>	Apakah anda sensitive terhadap efek kafein?					
<b>7.</b>	Apakah anda merasa terganggu dengan segala sesuatu seperti lampu terang, bau yang kuat, kain kasar, atau suara sirine didekat anda?					
<b>8.</b>	Apakah anda sering merasakan munculnya berbagi macam perasaan dalam diri anda ketika menghadapi berbagai situasi disekeliling anda?					
<b>9.</b>	Apakah anda sangat tidak nyaman dengan suara keras?					
<b>10.</b>	Apakah anda merasa tersentuh ketika melihat suatu karya seni atau mendengar sebuah lagu?					
<b>11.</b>	Apakah anda sering merasa kelelahan pada system saraf tubuh anda sehingga anda membutuhkan waktu sendiri dalam mengerjakan suatu kegiatan?					
<b>12.</b>	Apakah anda teliti?					
<b>13.</b>	Apakah anda mudah terkejut?					
<b>14.</b>	Apakah anda merasa kebingungan ketika anda memiliki banyak hal yang harus dilakukan dalam waktu singkat?					
<b>15.</b>	Apakah anda cenderung mengetahui kebutuhan kenyamanan orang lain disekitar anda?					
<b>16.</b>	Apakah anda kesal ketika orang lain meminta anda melakukan terlalu banyak hal sekaligus?					
<b>17.</b>	Apakah anda berusaha keras untuk menghindari membuat kesalahan atau melupakan sesuatu?					



<b>18.</b>	Apakah anda berusaha untuk menghindari film dan acara TV yang mengandung kekerasan?					
<b>19.</b>	Apakah anda merasa tidak senang jika terstimuli oleh banyak hal yang terjadi disekitar anda?					
<b>20.</b>	Apakah konsentrasi dan suasana hati anda menjadi terganggu ketika anda sedang sangat lapar?					
<b>21.</b>	Apakah perubahan dalam hidup anda akhir-akhir ini mengguncang hidup anda?					
<b>22.</b>	Apakah anda memperhatikan dan menikmati aroma, rasa, suara, karya seni yang lembut dan halus?					
<b>23.</b>	Apakah anda memperhatikan dan menikmati aroma, rasa, suara, karya seni yang lembut dan halus?					
<b>24.</b>	Apakah anda membuat prioritas dalam menentukan kehidupan anda untuk menghindari situasi yang membebani dan menjengkelkan bagi anda?					
<b>25.</b>	Apakah anda terganggu oleh rangsangan yang kuat, seperti suara keras atau kekacauan disekeliling anda?					
<b>26.</b>	Apakah anda merasa tidak mendapatkan hasil yang sesuai harapan ketika anda mengerjakan suatu hal dengan adanya pengawasan?					
<b>27.</b>	Ketika anda masih kecil apakah orangtua, guru atau sosok lainnya memandang anda sebagai orang yang peka atau pemalu ?					

**Skala PSS- 10**

<b>NO.</b>	<b>Pertanyaan</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
------------	-------------------	----------	----------	----------	----------	----------

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 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, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan					
7.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa mampu mengontrol <i>rasa mudah tersinggung</i> dalam kehidupan anda					
8.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan					
9.	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya					

### Skala Keterampilan Sosial

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1.	Lebih banyak menjadi pendengar saja pada saat terlibat didalam sebuah diskusi					

2.	Biasanya memulai percakapan dengan orang lain					
3.	Tidak dapat menemukan bahan pembicaraan pada saat berada ditengah orang banyak					
4.	Hampir tidak pernah menemukan kesulitan dalam percakapan, walaupun dengan orang yang lebih tua					
5.	Senang menceritakan pengalaman dengan teman-teman saya					
6.	Lebih senang menghabiskan waktu diperjalanan dengan membaca buku atau majalah serta bermain <i>gedged</i> daripada mengobrol dengan orang yang belum saya kenal					
7.	Merasakan tegang dan gugup walaupun berbicara dengan orang yang sudah saya kenal					
8.	Merasa senang ngobrol dengan orang lain walaupun ditengah banyak orang					
9.	Merasakan sulit menceritakan pengalaman-pengalaman pada orang lain, termasuk hal-hal yang menyenangkan sekalipun					
10.	Tidak pernah kehabisan bahan pembicaraan					
11.	Berusaha mencari teman ngobrol pada saat dalam perjalanan jauh					
12.	Inginn sekali mendapatkan kenalan baru tetapi sulit mendapatkannya					

13.	Merasa senang menggunakan sentuhan saat berbicara dengan teman saya					
14.	Berkeringat dingin bila harus berbicara di depan orang					
15.	Menghabiskan waktu dengan berdiam diri, bila berada ditengah orang banyak					
16.	Suka berkumpul dengan teman-teman saya bila ada waktu luang					
17.	Tetap merasa rileks walaupun berada ditengah-tengah orang asing					
18.	Lebih senang <i>chatting</i> atau SMS daripada bertatap muka langsung dengan teman-teman					
19.	Tidak suka menyendiri					
20.	Merasa canggung bila berkumpul dengan orang-orang yang lebih tua					
21.	Berusaha menyesuaikan pemikiran dan perilaku dengan kelompok yang sedang Bersama saya saat ini					
22.	Merasa diri saya dinilai oleh teman-teman					
23.	Tidak betah berkumpul terlalu lama dengan orang banyak karena takut kehabisan bahan pembicaraan					
24.	Tidak merasa canggung walaupun berada diantara teman-teman yang berbeda jenis kelamin					

25.	Merasa yakin bahwa teman yang mengkritik justru karena mereka menyenangkan saya					
26.	Merasa sendirian walaupun berada diantara banyak orang					
27.	Menyatakan pendapat tanpa ragu-ragu					
28.	Ingin rasanya mengemukakan pendapat dalam rapat organisasi, tapi ada rasa takut dinilai orang lain					

LAMPIRAN 3 Keseluruhan Skor Item Variabel HSP

No.	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	i21	i22	i23	i24	i25	i26	i27	total
1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	2	129
2	3	4	5	1	2	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	5	4	2	3	1	3	2	4	3	3	2	84
3	5	5	3	3	4	5	5	3	5	5	5	3	4	3	4	4	3	2	3	3	5	2	2	3	3	3	4	99
4	3	3	2	4	4	2	4	2	3	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	89
5	4	4	3	4	1	2	1	3	4	3	5	2	5	2	4	5	5	3	3	5	5	5	3	4	4	3	4	96
6	3	4	5	4	3	4	4	4	5	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	2	3	4	4	94
7	2	5	3	5	4	2	3	4	4	5	1	5	4	2	4	3	4	4	3	3	1	4	2	4	3	3	4	91
8	4	3	3	4	5	3	4	4	3	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	2	3	2	4	89
9	3	4	5	5	3	5	4	3	3	4	3	3	4	5	3	5	3	5	3	4	2	4	4	4	4	4	5	104
10	4	4	2	4	3	4	2	4	5	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	4	2	3	4	2	4	92
11	4	5	4	5	4	5	5	3	4	3	4	4	3	5	4	2	4	5	1	4	4	3	4	3	4	4	4	104
12	4	3	5	5	4	2	3	4	3	4	5	3	4	3	4	5	4	5	3	3	1	4	4	3	4	2	1	95
13	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	3	3	4	3	4	5	1	4	5	5	3	3	3	4	2	5	106

14	5	2	3	5	4	5	5	4	5	4	4	2	5	4	3	3	4	3	3	3	5	4	3	4	5	4	5	106
15	5	3	1	4	5	3	5	5	5	4	5	1	4	4	4	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	1	108
16	3	4	4	4	4	5	3	4	2	4	2	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	96
17	3	4	5	5	5	3	5	5	3	5	5	4	4	4	4	5	5	3	4	1	5	5	3	5	3	4	1	108
18	2	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	4	2	4	4	4	5	1	3	4	5	5	4	5	4	3	1	106
19	3	3	3	1	5	4	3	3	3	3	2	3	5	3	4	3	5	4	2	3	2	5	3	5	3	3	5	91
20	3	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	3	5	5	4	3	121
21	3	3	2	4	5	2	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	5	2	3	5	5	4	3	5	3	3	2	91
22	4	5	5	5	5	4	5	4	5	5	2	3	5	4	4	4	4	5	4	5	4	2	3	3	5	5	2	111
23	3	3	4	3	3	3	4	5	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	1	92
24	3	4	3	4	3	5	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	96
25	4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	91
26	4	3	2	3	2	3	4	5	5	5	3	2	4	3	2	4	3	2	4	5	4	4	2	4	4	2	4	92
27	1	5	5	3	5	1	5	5	5	3	5	1	1	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	113
28	3	4	2	4	4	2	4	4	2	5	4	4	2	5	4	5	5	1	1	4	5	4	5	4	2	2	4	95
29	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	5	4	5	3	4	3	4	5	4	3	91

30	2	4	3	4	2	3	2	3	1	4	2	4	2	2	3	2	5	4	2	3	3	4	2	4	2	2	3	77
31	4	3	5	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	5	2	4	5	5	3	2	4	2	3	5	2	2	3	94
32	3	3	4	3	5	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	5	5	4	4	5	3	3	5	4	4	4	3	101
33	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	5	3	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	4	5	3	4	114
34	3	4	5	3	5	5	5	4	3	5	5	5	2	5	4	3	5	5	4	3	4	4	1	4	3	1	3	103
35	1	4	2	3	5	5	1	5	1	3	2	4	3	4	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	4	1	3	78
36	3	4	5	4	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	93
37	4	3	1	5	3	1	5	3	4	2	5	4	3	5	4	5	4	5	3	3	2	1	5	3	4	2	4	93
38	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	4	5	3	5	5	4	3	5	5	5	122
39	2	5	5	5	5	1	3	5	2	3	5	2	1	3	4	3	5	5	3	1	5	3	3	5	1	3	5	93
40	3	4	1	1	5	2	4	4	4	4	4	5	5	4	3	2	5	4	4	4	4	5	1	4	4	2	4	96
41	3	4	4	4	3	3	1	4	1	4	4	3	2	3	2	2	5	1	2	5	5	5	3	4	1	2	3	83
42	3	5	3	4	5	4	3	3	3	5	5	4	5	4	4	3	4	1	2	3	4	5	1	4	3	2	3	95
43	4	3	3	2	5	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	3	4	92
44	4	4	2	5	4	3	4	4	5	5	4	5	3	3	4	4	4	2	4	4	2	5	2	3	5	3	4	101
45	4	3	2	4	5	4	5	3	5	4	4	3	3	5	3	4	4	3	4	4	3	5	4	4	4	2	2	100



46	4	3	5	2	5	3	5	5	5	4	5	2	4	5	5	2	5	3	5	1	2	5	3	5	5	4	1	103
47	4	3	4	4	5	2	5	3	5	5	4	3	2	2	4	4	3	5	4	5	4	4	3	4	4	4	2	101
48	4	2	1	4	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4	5	5	4	2	3	5	3	5	4	3	5	5	4	109
49	2	4	5	5	4	5	3	4	2	5	4	3	3	4	4	4	3	5	3	4	4	5	3	4	3	2	4	101
50	4	4	3	3	4	4	5	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	97
51	5	3	5	4	5	5	5	4	5	3	5	3	4	5	3	3	5	5	3	3	5	4	5	4	5	4	5	115
52	3	4	4	4	5	1	3	5	4	4	2	4	3	1	2	4	3	1	4	3	4	4	3	5	5	1	3	89
53	3	5	4	4	3	5	5	5	5	5	3	2	3	5	5	4	5	5	4	3	5	3	4	5	5	4	2	111
54	2	3	4	4	4	4	3	5	3	3	4	4	5	5	2	4	5	1	4	4	4	2	4	3	3	3	4	96
55	5	3	5	5	3	2	4	5	5	2	3	3	3	4	4	4	5	3	3	4	2	5	3	5	5	2	2	99
56	3	3	4	4	3	2	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	2	5	96
57	5	3	4	3	5	5	3	3	5	4	3	5	5	5	1	4	5	2	1	4	4	5	2	5	5	5	1	102
58	5	5	5	4	2	2	4	2	4	4	2	5	2	1	4	4	5	4	4	2	2	4	4	5	4	2	4	95
59	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	90
60	2	5	4	3	5	2	5	4	3	5	4	3	3	4	4	3	4	2	3	4	4	5	3	2	3	4	4	97
61	4	4	5	3	2	2	2	3	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	2	3	3	2	4	4	4	4	4	94

62	2	5	4	5	5	1	3	4	3	5	4	4	3	2	4	4	5	3	3	4	5	5	4	5	3	5	4	104
63	2	1	3	1	5	1	2	3	1	5	4	3	5	4	5	5	4	1	3	2	1	5	5	2	2	5	5	85
64	4	3	2	4	5	2	5	5	5	5	5	2	5	5	3	3	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	4	114
65	1	3	3	4	4	4	1	5	1	5	5	4	1	4	4	3	4	5	4	1	3	5	3	4	4	4	4	93
66	4	4	4	4	4	2	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	2	4	4	5	4	2	4	113
67	3	3	2	5	2	5	4	3	3	4	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	5	2	2	2	3	5	3	85
68	3	4	4	4	5	4	5	3	2	4	5	4	2	4	3	3	5	1	5	4	4	3	2	5	3	3	3	97
69	5	3	4	4	5	2	4	4	5	5	5	3	3	3	2	3	4	5	5	5	4	4	3	3	5	5	4	107
70	4	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	3	4	4	4	5	4	5	3	4	4	5	4	5	4	3	5	109
71	1	5	3	5	3	3	2	3	2	4	3	4	2	3	3	3	4	2	2	3	3	5	3	4	2	2	1	80
72	1	4	1	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	5	3	3	4	5	5	5	5	3	3	2	91
73	5	5	4	5	5	1	4	5	5	4	5	3	5	4	4	4	4	5	4	5	5	3	4	4	5	1	5	113
74	1	3	5	4	5	1	4	5	5	4	2	2	3	5	4	5	5	1	5	4	2	2	3	5	5	1	1	92
75	4	5	3	4	2	1	3	4	4	5	3	5	3	1	4	4	5	5	3	5	3	5	3	5	4	4	1	98
76	3	4	4	3	5	5	2	2	2	3	2	3	3	4	3	4	4	5	3	4	3	3	3	4	4	2	1	88
77	3	4	5	4	5	4	4	5	3	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	106

78	3	3	2	4	5	2	3	4	5	4	5	3	2	4	4	4	5	5	4	4	4	5	3	3	5	2	5	102	
79	3	4	5	4	5	2	5	4	5	4	3	4	2	1	4	4	5	3	5	4	3	5	2	5	3	3	3	100	
80	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	1	5	5	5	4	5	5	1	5	5	2	1	110	
81	2	3	2	2	5	3	3	2	2	2	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	67	
82	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	129
83	3	3	3	3	4	4	5	1	4	2	3	5	2	3	4	3	5	2	3	5	3	2	3	4	5	3	2	89	
84	4	3	5	5	5	2	2	5	4	4	5	2	4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	113	
85	3	5	2	5	4	5	3	5	2	5	2	3	3	4	5	2	5	5	3	3	3	5	3	5	2	3	4	99	
86	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	4	3	3	5	5	4	4	4	4	4	3	5	111
87	5	5	3	2	5	1	4	5	5	5	5	4	5	4	4	3	2	2	1	5	4	5	4	5	5	5	5	108	
88	2	3	3	4	5	2	3	4	5	3	3	4	3	3	3	3	5	5	3	3	4	5	3	5	5	3	5	99	
89	3	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	1	4	2	3	4	3	3	3	3	3	5	4	3	3	4	5	103	
90	5	4	5	3	5	5	3	5	5	5	4	3	2	3	3	4	5	5	3	4	4	5	5	4	5	5	4	113	
91	3	4	4	4	5	5	2	4	3	5	4	3	2	3	3	3	5	3	3	3	4	5	2	3	3	3	2	93	
92	2	5	3	5	4	2	1	2	4	5	4	2	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	108
93	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	4	3	5	3	4	110

94	2	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	1	2	3	4	5	1	5	5	5	5	4	5	5	5	1	106	
95	3	4	4	4	5	1	5	3	5	5	5	5	4	4	4	1	5	5	3	3	1	5	4	4	4	4	4	104	
96	1	3	2	4	4	4	2	3	3	4	2	3	1	2	3	2	2	1	1	1	2	4	2	4	3	3	2	68	
97	2	1	3	4	5	2	2	5	2	5	3	4	3	2	2	3	4	5	3	1	3	5	3	4	2	4	4	86	
98	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	115	
99	4	5	5	3	5	1	3	4	5	5	5	4	5	5	3	4	4	4	3	5	5	3	4	4	4	4	5	111	
100	4	3	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	4	4	3	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	2	1	112
101	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	2	4	4	3	4	91	
102	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	91	
103	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	3	5	121	
104	4	4	3	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	3	3	5	4	3	4	4	3	4	104	
105	4	4	3	5	4	2	5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	3	3	4	3	4	5	4	5	4	4	5	112	
106	4	2	3	3	5	4	3	4	4	5	5	3	4	4	3	3	5	3	3	5	4	5	4	5	3	2	4	102	
107	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	3	5	121	
108	2	4	4	3	4	3	1	4	3	4	4	4	3	4	5	4	4	3	3	5	4	4	3	4	3	3	2	94	
109	3	4	4	4	4	1	4	3	5	4	2	4	4	4	4	3	5	3	1	1	3	2	2	3	4	4	2	87	

110	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	3	5	121
111	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	5	4	3	5	5	3	5	121
112	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	127
113	5	5	5	5	4	2	4	4	5	3	3	3	3	2	4	4	2	5	4	2	2	3	2	3	4	3	5	96
114	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	4	5	3	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	5	122
115	2	3	2	3	4	4	4	3	5	2	3	3	5	2	3	3	3	5	3	3	4	3	2	4	5	3	3	89
116	2	4	3	3	4	3	3	3	3	5	3	3	4	3	4	2	5	3	3	4	3	5	2	3	3	3	2	88
117	2	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	113
118	5	3	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	122
119	4	3	3	5	5	5	4	4	4	3	5	5	2	4	2	5	3	3	3	5	5	2	3	4	3	4	4	102
120	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	4	2	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	3	122
121	2	4	5	5	4	5	4	5	5	5	3	4	3	5	4	5	5	5	5	5	1	5	5	3	4	3	5	114
122	5	3	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	3	4	5	5	4	3	5	5	5	3	3	1	5	4	1	111
123	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	2	3	2	3	5	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	100
124	4	5	4	3	5	3	2	4	3	4	4	5	3	4	3	3	5	5	3	3	2	4	4	5	3	4	4	101
125	5	4	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	4	2	3	1	3	5	3	3	2	5	1	5	5	5	5	108

126	5	2	1	5	5	1	5	5	5	5	5	2	2	5	2	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5	1	109
127	3	3	2	4	4	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	5	4	4	4	1	3	4	3	4	3	4	89
128	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	129
129	4	4	4	3	4	5	3	5	5	4	2	3	3	4	3	4	3	5	3	4	4	4	3	3	4	3	3	99
130	2	4	5	5	5	5	1	5	1	5	5	3	2	4	2	2	4	4	3	5	2	5	2	5	1	5	5	97
131	3	5	3	4	5	5	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	97
132	5	4	2	5	5	5	4	4	2	4	1	3	2	4	3	4	5	1	4	5	3	4	4	4	5	3	3	98
133	2	5	3	2	5	3	5	4	4	5	4	4	3	5	3	5	5	3	5	5	4	5	5	5	4	3	3	109
134	3	5	4	3	5	3	5	5	5	5	5	3	5	1	3	5	5	3	5	5	5	5	2	5	5	5	1	111
135	3	4	4	3	5	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	4	88
136	1	4	5	3	3	5	4	5	3	5	5	4	2	3	2	4	5	4	5	2	5	5	3	4	3	3	4	101
137	4	4	2	3	5	3	4	5	5	4	5	3	3	4	3	4	5	5	4	2	4	5	5	4	4	5	5	109
138	4	5	5	4	5	4	3	3	4	5	3	3	4	4	4	5	4	2	4	5	4	4	4	4	4	4	4	108
139	4	3	4	3	5	2	5	4	5	4	5	2	3	5	3	5	4	4	5	4	4	3	5	4	4	5	4	108
140	1	1	2	3	4	1	5	5	3	5	5	3	4	2	4	2	5	5	5	5	5	5	4	5	3	3	4	99
141	3	5	2	5	3	1	3	5	3	5	4	4	4	4	3	3	4	5	4	4	5	5	3	4	3	3	4	101

142	3	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	1	5	3	3	4	94	
143	3	4	2	3	4	5	1	3	3	4	3	5	1	3	3	2	4	5	3	3	2	4	4	4	4	1	5	88	
144	5	3	4	5	4	5	3	4	5	4	4	2	4	4	3	5	4	5	3	4	1	3	2	4	5	3	4	102	
145	5	3	3	3	3	5	5	4	5	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	5	3	5	99	
146	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	121
147	5	3	3	3	4	5	5	3	5	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	5	3	4	4	4	4	3	3	100
148	3	3	5	4	4	3	4	5	3	4	2	3	4	5	4	3	5	3	4	5	5	4	3	4	4	4	5	5	106
149	4	4	4	5	5	2	2	3	4	4	3	5	5	4	5	5	4	4	3	5	4	5	5	4	4	4	5	3	110
150	3	4	4	4	5	3	4	5	3	5	5	3	3	5	3	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	3	113
151	3	4	3	4	5	3	4	3	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	3	5	5	3	5	4	4	4	5	110
152	1	5	5	1	5	1	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	1	5	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	110
153	3	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	2	4	5	5	5	5	5	3	5	4	4	1	2	5	5	5	113	
154	4	4	5	4	5	3	4	4	4	4	5	4	4	3	3	5	4	3	3	5	4	3	4	5	4	4	4	3	107
155	4	3	2	3	4	1	5	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	5	3	3	3	2	2	4	4	3	3	86	
156	1	4	3	4	3	1	5	3	5	5	3	3	3	1	4	4	3	1	3	4	3	5	3	4	3	3	5	89	
157	3	4	4	4	5	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	109	

158	2	4	5	4	4	2	4	5	5	4	4	5	2	5	5	5	5	1	2	5	2	5	5	5	4	3	5	107
159	2	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	83
160	3	3	4	4	5	5	1	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	5	4	3	3	3	3	4	3	96
161	3	5	4	4	3	3	3	4	5	3	3	4	3	4	5	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	98
162	3	5	4	5	5	2	3	4	2	5	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	5	3	4	3	3	5	99
163	1	4	3	2	5	1	5	4	3	5	5	1	4	4	4	3	4	5	4	4	5	3	3	2	3	3	2	92
164	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	121
165	3	2	3	2	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	96
166	3	4	5	5	5	5	1	4	3	1	5	2	3	5	4	5	3	1	3	5	5	1	5	3	3	5	1	95
167	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	128
168	3	3	4	4	3	5	3	4	2	4	4	5	4	3	3	3	4	2	3	4	2	4	2	4	3	3	2	90
169	3	3	4	4	3	5	3	4	2	4	4	5	4	3	3	3	4	2	3	4	2	4	2	4	3	3	2	90
170	1	3	1	4	5	1	1	3	1	4	3	4	2	2	4	2	2	4	3	3	1	3	2	4	1	2	1	67
171	4	3	4	4	4	2	4	3	4	5	4	2	2	5	3	5	3	2	4	2	4	4	3	3	4	3	1	91
172	3	3	3	3	1	3	3	3	4	2	3	4	1	3	4	3	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	78
173	5	5	4	5	5	4	5	5	5	3	5	4	5	4	4	5	4	1	5	4	5	5	5	3	5	4	5	119



174	1	1	3	1	5	1	3	4	3	4	5	1	1	2	1	1	4	1	1	1	5	5	5	3	3	3	2	70
175	3	1	3	5	5	1	4	4	3	5	5	5	4	2	4	2	5	2	3	5	4	5	1	4	4	5	5	99
176	3	4	3	4	5	3	4	4	5	5	5	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	5	3	5	5	3	5	106
177	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	5	2	1	4	3	4	5	4	4	4	2	4	77
178	4	2	5	2	5	3	3	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	90
179	4	3	5	4	5	1	5	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	5	5	4	5	2	4	3	5	4	104
180	3	3	4	4	3	5	3	4	2	4	4	5	4	3	3	3	4	2	3	4	2	4	2	4	3	3	2	90
181	4	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	3	4	5	3	4	4	2	3	5	5	3	2	3	4	4	4	104
182	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	5	4	4	110
183	5	2	4	3	4	1	2	5	5	4	4	3	4	3	4	4	2	4	3	5	5	5	2	4	4	5	5	101

LAMPIRAN 4 Keseluruhan Skor Item Variabel Stress

No.	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i9	i10	total
1	4	2	4	2	4	2	4	4	4	30
2	2	3	3	1	2	3	5	1	2	22
3	4	4	5	1	2	3	4	4	5	32
4	2	4	4	2	2	3	4	4	4	29
5	4	5	5	3	4	5	2	4	4	36
6	3	3	3	3	2	3	5	5	4	31
7	2	2	2	2	2	2	4	1	1	18
8	4	4	4	3	3	3	3	4	3	31
9	3	4	4	3	4	3	3	4	3	31
10	3	3	4	2	4	1	4	3	4	28
11	4	3	4	3	2	4	2	4	3	29
12	4	4	3	2	2	3	4	4	4	30
13	4	4	5	4	4	2	4	4	5	36
14	4	4	5	2	1	5	5	5	5	36
15	5	4	4	1	2	5	4	1	4	30
16	3	2	3	2	3	2	4	3	2	24
17	2	5	5	1	4	4	3	3	5	32
18	4	4	5	3	4	3	4	4	3	34
19	3	3	3	1	2	3	4	3	3	25
20	5	5	5	1	1	4	5	5	5	36
21	3	3	4	3	3	3	3	3	4	29
22	2	2	3	2	2	4	4	3	3	25
23	4	4	4	1	3	4	4	4	3	31
24	3	3	3	2	3	3	3	2	3	25

25	3	3	4	2	4	3	3	3	3	28
26	4	2	3	1	2	2	4	2	2	22
27	5	5	3	1	1	5	5	5	5	35
28	3	4	5	3	4	4	4	4	4	35
29	2	3	3	2	3	3	4	2	2	24
30	2	3	3	2	4	2	4	2	1	23
31	5	3	5	2	2	3	4	4	3	31
32	3	3	4	3	2	3	3	3	3	27
33	5	5	5	2	2	4	4	4	4	35
34	3	4	4	4	3	1	5	3	3	30
35	3	3	2	2	4	3	3	3	3	26
36	3	3	4	3	3	2	2	2	2	24
37	4	2	2	2	3	4	3	4	2	26
38	4	5	5	5	5	5	2	5	5	41
39	3	5	5	5	4	5	3	4	2	36
40	4	2	3	2	2	2	4	3	3	25
41	2	3	4	3	3	2	5	2	2	26
42	3	4	4	2	3	3	3	3	3	28
43	3	3	3	3	2	2	3	3	3	25
44	4	2	4	2	4	3	4	2	4	29
45	3	3	3	2	3	3	4	2	2	25
46	5	2	5	2	4	4	2	4	4	32
47	3	3	2	2	4	2	3	2	3	24
48	3	3	2	2	4	4	3	3	2	26
49	2	4	4	1	3	3	3	2	3	25
50	3	3	5	3	3	3	3	3	3	29

51	3	4	4	3	3	2	3	2	2	26
52	3	3	4	2	3	3	4	2	2	26
53	3	2	5	2	2	2	5	3	4	28
54	4	4	4	3	2	4	4	4	4	33
55	3	4	2	2	2	1	3	4	1	22
56	3	2	4	3	4	4	3	2	4	29
57	3	4	5	3	3	4	3	3	4	32
58	2	2	2	1	2	2	5	2	2	20
59	3	3	4	2	2	3	3	3	3	26
60	2	3	4	2	3	4	3	3	3	27
61	2	2	3	3	4	4	4	3	3	28
62	4	1	3	1	3	1	5	3	1	22
63	3	2	3	1	4	3	4	2	1	23
64	1	2	2	4	4	2	2	2	2	21
65	1	1	3	2	2	1	2	1	1	14
66	2	2	3	1	2	2	4	2	3	21
67	4	4	5	3	4	3	3	3	4	33
68	1	1	2	2	3	2	2	1	2	16
69	3	4	5	3	2	2	2	2	4	27
70	2	3	4	3	3	3	3	3	4	28
71	2	3	3	2	2	2	5	2	3	24
72	4	4	5	3	1	4	5	4	4	34
73	5	5	5	3	2	4	1	5	5	35
74	2	1	3	2	4	2	4	2	1	21
75	4	3	3	2	2	3	2	4	3	26
76	3	3	2	1	2	1	4	2	1	19

77	1	2	3	2	3	2	4	2	1	20
78	4	4	5	2	3	4	3	4	3	32
79	2	2	2	3	3	3	3	3	3	24
80	3	4	3	1	2	1	3	2	1	20
81	2	2	3	2	2	2	3	2	2	20
82	4	4	5	2	1	4	4	4	3	31
83	3	3	4	2	2	1	3	1	2	21
84	2	2	5	2	3	1	5	2	3	25
85	2	2	4	2	3	4	5	3	2	27
86	5	5	4	2	2	3	3	4	4	32
87	2	2	2	2	4	2	4	2	2	22
88	2	5	4	2	2	5	4	2	3	29
89	5	5	5	1	2	3	3	3	4	31
90	2	2	3	3	3	1	3	1	1	19
91	3	2	2	2	3	2	4	2	2	22
92	3	4	4	2	4	2	4	3	3	29
93	2	2	3	2	3	3	3	2	2	22
94	2	3	4	1	3	2	2	2	4	23
95	3	2	4	2	2	3	4	4	3	27
96	2	2	3	2	3	3	4	2	3	24
97	4	5	5	2	3	3	2	5	3	32
98	3	3	4	2	2	4	4	4	3	29
99	4	4	5	3	1	2	4	5	5	33
100	4	3	5	2	2	4	3	4	2	29
101	1	3	2	2	3	2	5	2	2	22
102	4	4	4	2	3	3	3	4	3	30

103	3	4	3	1	3	3	5	2	3	27
104	3	4	4	3	3	4	3	3	4	31
105	4	4	4	3	3	4	3	3	4	32
106	5	3	3	3	2	3	2	4	3	28
107	3	4	3	1	3	3	5	2	3	27
108	2	3	2	2	3	4	2	1	2	21
109	2	2	4	3	4	2	4	2	3	26
110	3	4	3	1	3	3	5	2	3	27
111	3	4	3	1	3	3	5	2	3	27
112	2	3	2	1	3	4	5	2	2	24
113	2	2	2	2	2	3	4	2	2	21
114	3	4	5	4	4	3	4	3	4	34
115	2	2	3	3	3	3	4	2	2	24
116	3	2	3	2	2	3	4	4	3	26
117	4	4	4	4	3	4	2	4	4	33
118	5	5	5	3	2	2	5	5	2	34
119	3	2	3	2	4	2	3	3	2	24
120	3	4	5	3	4	5	4	4	5	37
121	3	4	4	2	3	5	4	3	4	32
122	3	4	5	5	3	4	3	4	2	33
123	4	5	4	3	4	5	3	1	1	30
124	3	3	4	2	3	2	2	3	3	25
125	4	4	5	3	4	2	3	2	1	28
126	4	1	5	2	2	2	4	2	4	26
127	3	3	4	2	2	3	3	3	2	25
128	4	4	5	1	3	2	5	5	5	34

129	2	2	3	3	3	3	3	2	3	24
130	5	5	4	2	4	2	2	5	5	34
131	4	4	3	2	3	2	4	3	3	28
132	4	2	2	1	2	2	4	2	4	23
133	3	1	5	1	3	3	5	4	4	29
134	3	5	5	4	3	5	5	3	1	34
135	2	2	1	2	2	2	4	2	3	20
136	5	5	5	3	3	2	2	4	5	34
137	4	3	4	3	3	3	4	2	2	28
138	5	4	4	1	2	4	4	4	4	32
139	3	2	4	2	3	4	5	2	4	29
140	3	5	4	1	2	5	3	5	4	32
141	5	5	4	3	3	3	3	4	5	35
142	3	3	3	2	3	3	4	4	3	28
143	4	3	3	3	2	3	3	2	2	25
144	2	3	2	2	3	4	4	2	3	25
145	3	2	3	2	1	2	5	1	2	21
146	3	4	5	1	2	2	4	1	1	23
147	4	4	5	3	3	3	3	4	5	34
148	4	5	5	3	4	5	3	4	5	38
149	3	4	4	3	3	5	1	3	5	31
150	5	5	4	4	3	4	2	4	5	36
151	4	4	4	2	4	2	3	3	4	30
152	1	3	3	2	3	4	2	1	3	22
153	5	5	5	3	4	2	2	5	5	36
154	5	4	3	3	4	3	3	4	5	34

155	3	3	3	3	3	3	2	2	3	25
156	2	2	2	1	2	2	5	2	2	20
157	4	3	4	2	2	2	4	4	3	28
158	2	3	2	1	2	2	5	3	2	22
159	2	2	2	2	3	2	4	2	2	21
160	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
161	3	4	2	2	2	3	5	1	2	24
162	3	2	3	1	2	3	3	3	2	22
163	3	4	2	2	3	4	4	2	2	26
164	5	4	4	2	2	3	3	4	5	32
165	3	4	4	2	2	3	3	3	4	28
166	5	4	5	3	5	3	1	5	5	36
167	4	5	5	1	2	5	5	5	4	36
168	4	4	4	3	3	3	4	4	3	32
169	4	4	4	3	3	3	4	4	3	32
170	2	2	3	1	2	2	2	2	2	18
171	2	4	4	1	2	2	3	3	2	23
172	2	3	2	3	2	3	3	4	3	25
173	5	5	5	4	5	4	2	4	5	39
174	1	4	5	3	5	4	5	3	5	35
175	4	3	4	1	4	3	4	2	2	27
176	4	3	4	1	3	2	5	4	3	29
177	3	2	2	2	2	2	3	3	2	21
178	2	3	4	4	2	4	4	2	4	29
179	4	5	4	4	5	4	4	4	5	39
180	4	4	4	3	3	3	4	4	3	32



181	5	5	4	3	4	4	3	3	3	34
182	5	4	4	1	2	4	4	4	4	32
183	5	4	5	3	4	3	2	4	2	32

LAMPIRAN 5 Keseluruhan Skor Item Variabel Keterampilan Sosial

No.	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	i21	i22	i23	i24	i25	i28	i29	i30	total
1	2	4	1	4	5	5	1	4	2	4	4	2	2	2	2	4	3	1	5	3	5	4	1	1	3	1	5	2	82
2	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	4	1	68
3	5	4	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	100
4	4	3	2	4	5	5	2	4	2	4	2	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	2	2	2	4	2	3	3	87
5	5	4	5	2	5	3	4	4	1	2	2	1	1	3	5	3	4	1	1	5	4	4	4	4	2	4	2	4	89
6	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	4	5	1	1	1	5	5	2	5	5	3	5	4	4	5	1	3	3	90
7	1	4	1	4	4	3	1	2	1	4	5	1	2	1	1	4	5	2	4	1	5	5	1	1	5	1	4	2	75
8	4	3	3	2	4	3	1	4	1	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	82
9	3	3	4	2	3	5	2	3	3	3	2	4	2	5	3	4	3	3	3	5	4	4	3	3	3	3	3	5	93
10	2	4	2	3	5	3	2	4	1	4	4	2	2	1	1	4	4	2	5	3	4	3	2	2	4	2	4	2	81
11	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	4	3	4	2	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	105
12	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	4	1	4	3	1	5	4	2	5	1	4	4	1	1	5	1	4	1	82
13	5	1	5	1	4	5	4	1	5	1	2	5	1	5	5	4	3	2	1	3	5	3	5	5	5	5	1	5	97
14	5	5	3	3	5	4	3	4	4	4	5	3	2	3	3	5	4	2	3	5	4	3	3	3	4	3	4	5	104

15	3	5	5	3	4	1	1	4	1	3	4	4	1	1	4	1	2	3	3	1	5	3	3	3	4	4	5	1	82	
16	3	3	4	2	3	4	3	2	2	2	2	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	2	2	3	4	86	
17	4	2	4	3	3	5	4	3	3	1	2	4	1	1	4	4	2	4	1	2	5	5	5	5	1	3	4	4	89	
18	4	4	2	5	5	5	1	5	1	4	1	3	4	1	5	3	5	2	1	1	5	4	1	1	5	4	5	1	88	
19	4	2	5	1	3	3	3	2	3	1	1	5	1	3	5	3	4	3	2	5	4	3	3	3	1	3	3	3	82	
20	4	5	4	4	5	3	4	5	3	4	5	3	3	3	3	5	5	3	4	3	5	5	4	4	5	3	5	3	112	
21	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	2	5	3	2	3	5	3	1	2	4	4	3	2	2	3	3	4	1	87	
22	5	4	2	4	4	2	2	4	1	4	2	4	2	2	2	5	4	1	4	2	5	5	1	1	5	1	4	2	84	
23	4	4	4	4	4	4	1	4	1	2	2	3	2	2	3	5	5	3	3	3	3	3	4	4	4	3	5	2	91	
24	3	4	3	3	4	4	2	3	3	2	1	3	3	3	2	5	4	3	1	3	5	4	1	1	4	2	2	1	79	
25	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	2	4	2	3	2	3	4	2	2	4	4	4	2	80	
26	4	2	5	3	2	4	3	3	3	2	3	3	1	4	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	4	2	83	
27	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	125
28	2	5	2	5	5	2	2	4	1	3	4	3	5	5	5	5	4	2	3	2	3	4	1	1	5	2	3	4	92	
29	3	4	3	4	5	3	1	5	1	3	1	1	5	1	2	5	4	1	3	2	4	2	1	1	5	2	4	2	78	
30	3	4	2	4	5	3	1	4	3	3	3	2	1	2	2	5	4	2	4	2	3	3	1	1	4	3	3	1	78	

31	5	3	3	3	5	3	1	4	5	3	4	4	1	4	3	5	3	3	3	4	4	4	1	1	4	1	2	3	89
32	4	4	4	2	3	4	3	3	5	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	5	3	3	97
33	5	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	2	3	2	4	4	4	3	3	2	4	5	4	4	4	3	3	3	95
34	3	2	5	5	3	5	1	5	5	1	5	5	1	4	3	5	5	1	3	3	4	4	3	3	5	3	3	3	98
35	2	4	2	4	4	3	2	4	2	3	4	3	3	2	2	4	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	2	82
36	2	4	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	4	2	2	3	3	3	2	75
37	5	3	1	4	3	2	1	5	3	2	4	1	3	3	1	5	4	4	3	1	2	2	4	4	5	1	3	5	84
38	2	5	1	5	5	2	1	4	1	4	5	5	5	2	3	2	5	3	3	1	5	5	4	4	2	4	4	2	94
39	5	1	5	1	5	5	3	1	5	1	4	5	3	3	4	5	3	3	1	3	3	3	3	3	5	5	3	3	94
40	4	4	3	2	5	3	1	3	2	3	4	2	4	2	2	5	4	2	5	1	4	2	2	2	4	1	4	3	83
41	5	3	3	2	4	3	2	3	3	2	1	5	2	1	4	5	4	1	1	2	5	3	1	1	4	4	3	4	81
42	4	3	3	2	4	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	88
43	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	82
44	3	3	3	2	5	2	1	4	1	4	4	4	2	2	2	4	4	2	3	3	5	4	2	2	5	1	4	2	83
45	4	3	3	3	4	3	1	3	3	3	4	3	3	3	3	5	3	1	3	3	4	4	2	2	4	2	4	2	85
46	3	4	4	4	4	5	1	4	5	3	2	4	3	5	5	3	2	1	3	4	5	5	5	5	2	4	1	5	101

47	5	5	3	3	4	1	2	2	2	4	4	1	3	2	4	4	3	4	2	2	4	3	4	4	2	2	3	4	86	
48	2	4	5	4	2	3	2	2	4	2	1	3	1	3	3	1	4	3	1	3	3	4	1	1	4	4	5	2	77	
49	2	5	2	2	5	1	2	4	1	5	5	5	3	2	2	5	4	2	5	3	4	3	1	1	4	1	3	2	84	
50	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	5	2	2	3	2	5	4	2	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	87	
51	4	5	3	4	5	1	3	2	1	3	5	1	2	1	1	4	5	1	5	1	5	5	1	1	1	1	1	3	4	78
52	2	4	2	2	5	2	1	4	1	3	3	2	4	2	3	4	3	2	3	2	4	3	1	1	4	3	5	2	77	
53	3	5	1	5	5	3	1	1	2	5	3	1	5	1	1	4	5	3	2	4	5	5	3	3	5	4	3	4	92	
54	3	4	4	3	5	2	4	4	4	3	4	5	4	5	2	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	103	
55	3	4	2	3	4	1	1	5	1	4	4	2	4	3	1	5	4	2	1	3	4	3	1	1	3	2	4	2	77	
56	5	3	3	2	2	5	5	4	5	2	5	5	4	3	5	5	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	5	106
57	5	5	5	2	3	5	3	3	4	1	2	5	1	5	5	3	3	4	5	4	4	4	4	5	5	5	3	2	3	104
58	2	5	2	5	5	3	2	4	2	4	3	2	2	2	2	4	5	2	4	2	5	4	2	2	4	2	4	2	87	
59	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	84
60	4	4	3	3	4	3	3	4	2	3	4	4	2	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	2	4	4	4	5	96	
61	3	2	4	2	3	4	4	4	3	2	4	5	2	1	4	2	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	4	5	90	
62	4	4	2	4	5	5	4	3	1	3	4	3	4	4	5	5	5	3	4	4	5	3	1	1	5	3	5	1	100	

63	4	2	5	1	2	2	2	2	5	1	1	4	4	4	5	3	2	1	2	4	5	1	1	1	5	2	1	5	77
64	5	3	5	2	5	4	1	2	2	3	2	1	5	2	5	5	2	5	2	1	5	5	5	5	2	1	2	3	90
65	4	3	4	4	4	4	1	1	1	3	5	5	5	4	4	5	4	1	1	4	5	4	1	1	2	1	3	4	88
66	2	3	2	4	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	4	2	2	4	2	3	4	4	3	3	2	4	5	2	81
67	4	5	4	3	4	3	2	4	2	2	3	5	1	3	3	5	3	1	3	3	5	3	2	2	5	4	3	5	92
68	1	4	1	4	4	4	1	5	2	3	5	4	3	4	2	5	2	1	2	3	3	3	2	2	4	3	4	2	83
69	5	5	3	4	5	4	5	2	2	3	2	5	3	1	3	5	4	1	5	5	5	4	3	3	5	5	1	2	100
70	4	3	4	3	4	5	3	3	3	2	3	1	3	3	2	4	3	3	1	3	4	4	3	3	3	4	3	3	87
71	3	5	2	4	5	3	2	4	1	3	4	2	3	3	2	3	4	2	4	3	4	4	2	2	2	2	3	3	84
72	3	4	2	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	1	2	3	3	2	3	3	4	1	3	3	4	3	4	2	78
73	3	3	2	1	2	3	4	2	3	1	3	5	2	5	4	4	1	4	2	1	4	4	5	5	1	4	1	5	84
74	1	5	1	2	5	3	1	5	1	5	3	1	2	3	2	5	2	1	2	2	3	1	1	1	4	1	4	4	71
75	3	5	2	4	5	4	2	4	1	5	3	1	1	1	1	5	4	1	4	2	4	4	3	3	5	1	4	2	84
76	1	4	2	4	4	3	1	4	2	3	4	2	2	2	1	4	4	1	2	2	4	4	2	2	4	3	4	2	77
77	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	3	4	2	3	3	1	2	3	4	5	1	1	3	2	3	3	81
78	4	5	2	3	5	4	3	5	1	3	3	1	1	3	3	5	3	1	2	3	3	4	2	2	3	3	1	3	81

79	1	3	2	3	4	3	1	1	1	2	3	2	2	2	1	4	2	2	4	2	5	3	2	2	2	3	3	2	67
80	1	2	1	5	3	4	1	5	4	4	3	2	3	1	1	5	5	3	5	1	4	2	1	1	4	4	4	4	83
81	3	4	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	5	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	4	3	77
82	2	5	1	5	5	3	1	4	1	4	3	2	2	1	1	2	4	3	2	2	4	4	2	2	2	1	3	2	73
83	3	5	1	4	4	4	1	1	1	4	1	1	3	1	3	3	3	1	3	4	5	3	2	2	5	2	3	1	74
84	3	5	4	2	4	3	1	4	2	4	5	2	1	3	3	2	4	2	1	4	4	4	3	3	5	4	4	3	89
85	4	4	2	3	3	5	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	4	2	2	4	77
86	3	4	3	3	3	1	1	3	1	3	3	2	3	2	2	5	4	2	4	3	4	3	2	2	2	2	2	4	76
87	2	2	2	3	5	4	2	4	1	4	2	2	1	4	2	3	4	1	1	1	4	3	3	3	1	3	3	3	73
88	4	3	4	4	5	1	2	4	1	3	1	1	2	3	2	5	4	2	1	3	5	4	2	2	3	1	3	4	79
89	5	5	2	4	4	3	3	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	1	1	1	3	2	3	3	3	2	4	3	82
90	2	3	3	2	4	1	1	5	4	3	5	1	1	3	3	3	4	1	4	3	5	5	1	1	5	1	5	2	81
91	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	5	3	2	2	4	2	2	2	4	3	3	2	80
92	1	5	1	5	4	2	1	5	1	4	5	2	2	1	5	5	5	2	5	4	4	5	3	3	1	2	5	4	92
93	3	3	3	2	3	5	3	3	3	2	3	4	2	4	4	2	2	3	1	4	4	4	3	3	2	4	3	4	86
94	4	4	4	3	4	4	1	5	5	5	4	4	1	4	4	5	4	3	3	4	3	5	5	5	5	4	4	4	110

95	5	5	3	3	5	4	3	5	4	3	5	5	5	4	3	5	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	5	111
96	5	3	3	1	2	4	2	1	4	1	1	3	4	2	4	5	3	1	3	3	4	1	3	3	2	2	2	3	75
97	5	3	2	3	5	2	1	3	3	3	5	4	5	1	4	5	5	1	2	2	3	5	1	1	3	1	3	5	86
98	5	5	5	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	99
99	2	5	2	4	5	5	5	3	1	4	1	5	1	5	2	4	1	2	4	5	2	4	4	4	3	1	4	4	92
100	2	4	3	2	5	4	4	3	1	4	3	3	2	2	4	5	4	1	2	4	5	5	2	2	4	4	5	1	90
101	3	4	3	4	4	2	2	4	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	86
102	3	4	2	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	86
103	5	2	5	1	5	5	3	3	2	1	1	4	1	5	5	3	3	3	3	2	5	5	3	3	4	3	4	3	92
104	4	4	5	2	4	4	3	4	2	4	5	2	3	5	4	5	3	2	2	4	4	4	2	2	1	4	3	4	95
105	4	2	4	2	3	5	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	5	2	3	4	5	5	5	3	4	3	4	100
106	2	4	3	3	4	4	2	4	3	3	4	2	2	3	3	4	3	2	1	2	3	3	2	2	3	2	5	3	81
107	5	2	5	1	5	5	3	3	2	1	1	4	1	5	5	3	3	3	3	2	5	5	3	3	4	3	4	3	92
108	1	3	3	3	4	5	3	4	1	3	2	2	2	3	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	82
109	3	3	4	2	3	1	1	2	4	3	4	2	2	3	3	4	4	1	2	3	5	5	1	1	2	2	2	5	77
110	5	2	5	1	5	5	3	3	2	1	1	4	1	5	5	3	3	3	3	2	5	5	3	3	4	3	4	3	92



111	5	2	5	1	5	5	3	3	2	1	1	4	1	5	5	3	3	3	3	2	5	5	3	3	4	3	4	3	92
112	5	5	2	5	5	1	4	5	1	3	5	4	3	5	3	5	2	2	3	2	5	4	3	3	1	2	5	5	98
113	5	3	3	2	5	2	3	3	2	4	4	4	4	5	5	2	2	5	1	2	2	4	3	3	1	3	2	5	89
114	3	2	5	4	5	5	3	3	3	3	2	4	4	2	4	5	2	5	2	5	5	4	4	4	1	5	3	4	101
115	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	4	82
116	2	5	1	5	5	1	1	5	1	5	5	3	5	1	1	4	5	1	5	1	5	4	1	1	3	1	5	1	83
117	5	1	4	2	4	3	4	2	1	1	1	5	2	5	4	5	2	2	5	4	4	4	5	5	2	4	2	4	92
118	2	4	3	2	4	4	2	3	3	2	4	5	4	3	2	4	2	2	2	4	4	4	3	3	2	3	2	2	84
119	5	1	5	1	3	5	5	2	5	1	2	5	1	4	4	3	1	3	2	5	5	3	5	5	1	4	3	4	93
120	2	5	2	5	5	3	3	4	2	5	3	2	3	2	2	5	4	2	4	3	4	5	2	2	5	5	3	5	97
121	2	3	4	3	5	5	1	3	1	3	3	1	3	2	5	5	1	1	1	5	5	5	3	3	5	1	3	3	85
122	3	2	3	2	5	3	1	5	1	3	3	3	1	3	1	5	3	1	1	2	5	5	2	2	1	3	5	5	79
123	5	5	1	4	4	1	1	5	2	5	5	3	3	3	2	5	5	2	2	2	3	2	2	2	5	2	4	2	87
124	5	4	3	3	5	3	3	3	4	3	1	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	88
125	1	3	1	3	3	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	2	1	1	5	3	4	1	54
126	3	1	4	1	3	5	1	3	1	5	2	5	1	5	1	5	1	1	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	96

127	4	3	3	1	3	3	2	3	4	2	3	4	2	3	1	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	3	4	81
128	5	5	4	5	5	2	5	5	3	5	3	5	5	5	3	5	3	5	1	4	5	5	1	1	5	1	5	5	111
129	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	1	2	3	2	3	3	2	4	3	2	2	4	2	4	3	74
130	5	4	2	4	4	3	1	5	3	1	1	3	1	4	2	4	3	5	1	4	5	3	2	2	1	1	1	4	79
131	2	4	3	4	4	3	1	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	1	5	3	4	3	2	2	4	2	4	2	83
132	2	2	5	1	4	4	2	2	3	1	2	5	3	4	5	3	2	4	1	4	3	5	5	5	3	5	5	4	94
133	5	1	4	3	5	3	4	3	1	3	2	1	3	2	3	4	4	1	2	3	3	4	1	1	3	1	4	3	77
134	5	1	1	1	5	5	1	4	1	3	2	5	5	5	3	5	3	5	1	5	5	5	4	4	1	5	1	5	96
135	4	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	3	2	4	3	5	3	3	4	3	4	4	2	2	2	1	3	4	82
136	2	4	3	2	5	4	1	3	2	3	3	4	2	4	2	2	2	3	1	2	4	5	1	1	1	5	3	4	78
137	3	5	4	3	4	3	4	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	2	4	5	3	3	3	1	2	3	3	85
138	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	5	5	5	5	4	5	4	116
139	5	1	5	2	3	5	3	2	4	2	4	2	2	4	5	3	2	3	1	4	5	4	4	4	3	3	1	4	90
140	5	4	5	3	4	4	5	5	3	4	5	5	4	4	4	4	5	4	5	2	2	4	4	4	3	3	4	5	113
141	4	3	3	3	5	3	2	4	3	3	5	3	2	2	1	5	3	5	4	3	5	4	2	2	3	3	4	2	91
142	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	88

143	4	3	5	3	5	3	4	3	3	4	5	3	4	3	2	5	2	3	2	1	2	3	2	2	1	4	3	2	86
144	4	5	2	3	5	4	4	4	3	4	5	5	4	3	2	4	4	3	4	2	3	5	5	5	5	2	4	4	107
145	4	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	1	3	1	2	4	3	3	3	3	3	3	1	1	4	1	3	3	72
146	3	5	1	5	5	5	1	5	1	5	5	1	5	1	2	5	5	1	5	1	5	5	1	1	5	1	5	1	91
147	3	4	3	3	4	5	4	3	2	3	2	4	3	3	3	5	3	3	3	4	4	4	4	4	5	5	4	3	100
148	5	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	5	3	4	5	2	3	5	4	4	4	4	4	1	3	2	5	89
149	3	4	1	5	5	3	1	2	2	3	5	1	2	1	2	3	4	1	5	2	2	2	2	2	4	1	5	1	74
150	5	4	5	2	5	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	5	1	2	3	4	5	4	5	5	2	2	3	5	99
151	3	4	5	4	4	5	3	2	3	3	2	3	1	4	5	4	5	5	1	3	4	5	4	4	3	5	3	4	101
152	1	3	4	4	4	3	1	4	3	4	5	1	2	3	4	5	1	1	5	5	3	4	1	1	1	4	3	1	81
153	3	5	1	5	3	2	2	5	5	4	4	2	3	2	2	5	2	3	3	4	5	4	1	1	1	1	2	5	85
154	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	94
155	3	4	2	3	4	3	2	3	1	4	4	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	3	2	2	3	1	3	3	78
156	5	4	2	4	3	1	1	5	2	4	5	2	2	2	4	5	4	3	3	2	4	3	1	1	4	2	4	2	84
157	2	4	2	4	5	1	2	4	1	4	5	4	4	3	3	5	4	1	1	3	4	4	1	1	5	3	3	2	85
158	4	2	3	2	5	5	2	3	2	5	3	4	5	3	4	2	3	2	3	5	5	5	3	3	3	3	2	4	95

159	3	3	2	4	4	3	2	4	2	4	3	1	1	2	2	4	4	2	3	2	3	3	2	2	4	2	3	3	77	
160	3	4	3	4	5	3	2	3	2	4	3	3	2	4	2	5	3	3	5	4	4	4	2	2	4	2	3	4	92	
161	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	5	3	2	4	4	5	4	3	3	3	2	4	4	92	
162	3	3	3	4	4	3	1	5	3	5	3	2	3	1	1	5	5	1	3	3	5	5	1	1	5	3	3	3	87	
163	3	2	2	2	4	5	3	3	2	2	3	2	4	2	3	4	2	2	1	4	4	2	4	4	2	3	3	2	79	
164	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	4	4	5	122	
165	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	1	3	2	4	3	4	2	2	4	2	4	2	2	2	5	4	3	82	
166	5	5	5	1	3	5	3	3	5	1	5	5	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	110	
167	5	4	5	5	5	2	3	4	4	2	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	5	119
168	3	1	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	3	4	2	3	4	84	
169	3	1	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	3	4	2	3	4	84	
170	3	3	3	4	5	3	2	5	1	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	1	4	2	2	2	4	3	4	2	83	
171	4	2	3	4	5	4	2	5	2	4	3	2	4	1	2	4	4	4	4	3	4	4	3	3	5	3	4	3	95	
172	3	2	3	2	3	4	1	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	2	2	3	2	71	
173	3	2	3	4	4	5	4	1	5	2	2	1	2	4	4	2	2	5	1	4	3	5	5	5	4	4	2	4	92	
174	5	5	5	4	4	1	1	4	1	5	5	2	5	5	5	5	5	5	1	1	3	5	4	1	1	5	2	2	3	95

175	3	3	5	2	3	5	3	2	2	1	1	1	1	5	5	2	4	4	1	4	4	5	1	1	4	5	5	4	86
176	5	4	5	3	2	3	4	3	3	1	5	4	1	4	4	3	2	3	1	4	4	3	4	4	2	3	3	4	91
177	2	2	3	4	2	4	2	4	4	1	2	2	1	1	4	2	4	2	1	2	4	2	2	2	4	2	4	2	71
178	4	2	4	2	2	4	4	1	4	1	2	4	2	4	5	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	1	4	88
179	2	3	4	3	5	2	5	3	5	4	4	5	2	3	4	4	3	3	2	5	5	4	4	4	1	4	4	2	99
180	3	1	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	3	4	2	3	4	84
181	3	4	4	2	4	2	2	4	5	2	2	2	4	3	3	4	4	2	1	4	4	3	4	4	2	3	3	3	87
182	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	2	3	5	4	4	3	4	2	5	3	3	2	2	5	4	4	4	90
183	4	5	5	5	5	2	3	5	1	5	4	1	1	1	1	4	5	1	5	1	1	5	2	2	5	2	3	4	88

## LAMPIRAN 6 Hasil Uji Reliabilitas

### Hasil Uji Reliabilitas Variabel HSP

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.853	27

### Hasil Uji Reliabilitas Variabel Stress

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.721	9

### Hasil Uji Reliabilitas Variabel Keterampilan Sosial

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.702	28

LAMPIRAN 7 Hasil Uji Validitas

Hasil Uji Validitas Skala HSP

Correlations

	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20
i1 Pearson Correlation	1	.080	.187*	.286**	.119	.215**	.358**	.186*	.542**	.059	.190**	.053	.354**	.222**	.074	.237**	.095	.229**	.165*	.219**
i1 Sig. (2-tailed)		.280	.011	.000	.109	.003	.000	.011	.000	.428	.010	.477	.000	.002	.316	.001	.199	.002	.025	.003
i1 N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson Correlation	.080	1	.346**	.314**	.084	.179*	.109	.140	.186*	.241**	.066	.250**	.136	.094	.349**	.197**	.145*	.167*	.138	.124
i2 Sig. (2-tailed)	.280		.000	.000	.260	.015	.139	.058	.011	.001	.370	.001	.065	.206	.000	.007	.049	.024	.061	.095
i2 N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i3 Pearson Correlation	.187*	.346**	1	.246**	.186*	.224**	.158*	.299**	.222**	.191**	.220**	.089	.156*	.177*	.184*	.357**	.188*	.156*	.214**	.098
i3 Sig. (2-tailed)	.011	.000		.001	.012	.002	.032	.000	.002	.009	.003	.229	.035	.016	.012	.000	.011	.035	.004	.185

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i4 Pearson Correlation	.286**	.314**	.246**	1	.118	.258**	.118	.284**	.182*	.231**	.168*	.182*	.150*	.134	.257**	.243**	.240**	.187*	.216**	.188*
Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001		.110	.000	.111	.000	.013	.002	.022	.013	.042	.070	.000	.001	.001	.011	.003	.011
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i5 Pearson Correlation	.119	.084	.186*	.118	1	.074	.224**	.313**	.172*	.282**	.308**	-.001	.204**	.287**	.095	.099	.208**	.075	.260**	.180*
Sig. (2-tailed)	.109	.260	.012	.110		.318	.002	.000	.019	.000	.000	.993	.006	.000	.199	.182	.005	.309	.000	.014
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i6 Pearson Correlation	.215**	.179*	.224**	.258**	.074	1	.055	.144	.050	.082	.055	.187*	.051	.171*	.025	.085	.113	.049	.055	.068
Sig. (2-tailed)	.003	.015	.002	.000	.318		.455	.051	.501	.266	.461	.011	.495	.021	.732	.253	.127	.510	.459	.360
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i7 Pearson Correlation	.358**	.109	.158*	.118	.224**	.055	1	.241**	.575**	.237**	.307**	.069	.236**	.221**	.186*	.205**	.192**	.137	.438**	.171*
Sig. (2-tailed)	.000	.139	.032	.111	.002	.455		.001	.000	.001	.000	.352	.001	.003	.012	.005	.009	.064	.000	.020



N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i8 Pearson Correlation	.186*	.140	.299**	.284**	.313**	.144	.241**	1	.306**	.400**	.378**	.037	.230**	.279**	.180*	.249**	.266**	.216**	.450**	.190**
Sig. (2-tailed)	.011	.058	.000	.000	.000	.051	.001		.000	.000	.000	.617	.002	.000	.014	.001	.000	.003	.000	.010
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i9 Pearson Correlation	.542**	.186*	.222**	.182*	.172*	.050	.575**	.306**	1	.184*	.304**	.025	.377**	.200**	.232**	.376**	.117	.247**	.363**	.286**
Sig. (2-tailed)	.000	.011	.002	.013	.019	.501	.000	.000		.012	.000	.741	.000	.006	.001	.000	.113	.001	.000	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i10 Pearson Correlation	.059	.241**	.191**	.231**	.282**	.082	.237**	.400**	.184*	1	.341**	.160*	.226**	.111	.196**	.161*	.254**	.159*	.336**	.160*
Sig. (2-tailed)	.428	.001	.009	.002	.000	.266	.001	.000	.012		.000	.030	.002	.135	.008	.029	.000	.031	.000	.030
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i11 Pearson Correlation	.190**	.066	.220**	.168*	.308**	.055	.307**	.378**	.304**	.341**	1	.038	.216**	.268**	.129	.206**	.248**	.154*	.360**	.191**
Sig. (2-tailed)	.010	.370	.003	.022	.000	.461	.000	.000	.000	.000		.610	.003	.000	.081	.005	.001	.036	.000	.010

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i12 Pearson Correlation	.053	.250**	.089	.182*	-.001	.187*	.069	.037	.025	.160*	.038	1	.105	-.072	.170*	.024	.186*	.066	.016	.048
Sig. (2-tailed)	.477	.001	.229	.013	.993	.011	.352	.617	.741	.030	.610		.157	.332	.021	.746	.011	.374	.828	.517
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i13 Pearson Correlation	.354**	.136	.156*	.150*	.204**	.051	.236**	.230**	.377**	.226**	.216**	.105	1	.274**	.156*	.187*	.163*	.196**	.169*	.259**
Sig. (2-tailed)	.000	.065	.035	.042	.006	.495	.001	.002	.000	.002	.003	.157		.000	.034	.011	.027	.008	.022	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i14 Pearson Correlation	.222**	.094	.177*	.134	.287**	.171*	.221**	.279**	.200**	.111	.268**	-.072	.274**	1	.193**	.311**	.248**	.120	.187*	.238**
Sig. (2-tailed)	.002	.206	.016	.070	.000	.021	.003	.000	.006	.135	.000	.332	.000		.009	.000	.001	.103	.011	.001
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i15 Pearson Correlation	.074	.349**	.184*	.257**	.095	.025	.186*	.180*	.232**	.196**	.129	.170*	.156*	.193**	1	.260**	.200**	.167*	.231**	.125
Sig. (2-tailed)	.316	.000	.012	.000	.199	.732	.012	.014	.001	.008	.081	.021	.034	.009		.000	.006	.023	.002	.092

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i16 Pearson Correlation	.237**	.197**	.357**	.243**	.099	.085	.205**	.249**	.376**	.161*	.206**	.024	.187*	.311**	.260**	1	.121	.049	.371**	.302**
Sig. (2-tailed)	.001	.007	.000	.001	.182	.253	.005	.001	.000	.029	.005	.746	.011	.000	.000		.100	.509	.000	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i17 Pearson Correlation	.095	.145*	.188*	.240**	.208**	.113	.192**	.266**	.117	.254**	.248**	.186*	.163*	.248**	.200**	.121	1	.172*	.271**	.144
Sig. (2-tailed)	.199	.049	.011	.001	.005	.127	.009	.000	.113	.000	.001	.011	.027	.001	.006	.100		.020	.000	.052
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i18 Pearson Correlation	.229**	.167*	.156*	.187*	.075	.049	.137	.216**	.247**	.159*	.154*	.066	.196**	.120	.167*	.049	.172*	1	.285**	.003
Sig. (2-tailed)	.002	.024	.035	.011	.309	.510	.064	.003	.001	.031	.036	.374	.008	.103	.023	.509	.020		.000	.963
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i19 Pearson Correlation	.165*	.138	.214**	.216**	.260**	.055	.438**	.450**	.363**	.336**	.360**	.016	.169*	.187*	.231**	.371**	.271**	.285**	1	.290**
Sig. (2-tailed)	.025	.061	.004	.003	.000	.459	.000	.000	.000	.000	.000	.828	.022	.011	.002	.000	.000	.000		.000

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i20 Pearson Correlation	.219**	.124	.098	.188*	.180*	.068	.171*	.190**	.286**	.160*	.191**	.048	.259**	.238**	.125	.302**	.144	.003	.290**	1
Sig. (2-tailed)	.003	.095	.185	.011	.014	.360	.020	.010	.000	.030	.010	.517	.000	.001	.092	.000	.052	.963	.000	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i21 Pearson Correlation	.169*	.177*	.130	.157*	.225**	.138	.275**	.337**	.244**	.217**	.405**	-.043	.147*	.175*	.087	.220**	.182*	.030	.274**	.246**
Sig. (2-tailed)	.022	.016	.079	.033	.002	.063	.000	.000	.001	.003	.000	.560	.047	.018	.242	.003	.013	.682	.000	.001
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i22 Pearson Correlation	.022	.082	.043	.129	.244**	-.029	.081	.349**	.122	.549**	.284**	.093	.146*	.013	.151*	.039	.296**	.094	.252**	.158*
Sig. (2-tailed)	.766	.271	.566	.082	.001	.692	.276	.000	.098	.000	.000	.209	.049	.863	.041	.598	.000	.206	.001	.033
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i23 Pearson Correlation	.140	.059	.081	.113	.168*	-.044	.152*	.192**	.211**	.062	.228**	-.109	.054	.375**	.118	.427**	.269**	.057	.217**	.222**
Sig. (2-tailed)	.058	.424	.275	.128	.023	.551	.039	.009	.004	.407	.002	.141	.465	.000	.110	.000	.000	.439	.003	.002

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i24 Pearson Correlation	.031	.245**	.128	.118	.144	-.028	.117	.191**	.125	.201**	.144	.298**	.103	.026	.076	.019	.312**	.179*	.257**	.100
Sig. (2-tailed)	.672	.001	.083	.110	.052	.710	.113	.009	.091	.006	.051	.000	.165	.722	.307	.793	.000	.015	.000	.176
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i25 Pearson Correlation	.508**	.121	.173*	.210**	.180*	.120	.489**	.244**	.755**	.174*	.253**	.074	.308**	.253**	.276**	.352**	.163*	.251**	.456**	.339**
Sig. (2-tailed)	.000	.103	.019	.004	.015	.105	.000	.001	.000	.018	.001	.321	.000	.001	.000	.000	.027	.001	.000	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i26 Pearson Correlation	.178*	.002	.202**	.116	.311**	.059	.181*	.208**	.226**	.215**	.276**	-.061	.218**	.144	.076	.159*	.053	.185*	.179*	.215**
Sig. (2-tailed)	.016	.976	.006	.118	.000	.427	.014	.005	.002	.003	.000	.414	.003	.051	.303	.032	.474	.012	.015	.003
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i27 Pearson Correlation	.134	.171*	.143	.132	.087	.007	.046	.189*	.200**	.190**	.166*	.100	.194**	.128	.191**	.126	-.007	.212**	.079	.065
Sig. (2-tailed)	.069	.020	.053	.074	.243	.921	.539	.010	.007	.010	.024	.177	.008	.084	.009	.088	.920	.004	.287	.380

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	
skorttotal	Pearson Correlation	.505**	.408**	.469**	.476**	.440**	.294**	.533**	.589**	.638**	.510**	.550**	.230**	.485**	.464**	.415**	.511**	.449**	.407**	.595**	.448**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

**Correlations**

	i21	i22	i23	i24	i25	i26	i27	skorttotal	
i1	Pearson Correlation	.169*	.022	.140	.031	.508**	.178*	.134	.505**
	Sig. (2-tailed)	.022	.766	.058	.672	.000	.016	.069	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i2	Pearson Correlation	.177*	.082	.059	.245**	.121	.002	.171*	.408**
	Sig. (2-tailed)	.016	.271	.424	.001	.103	.976	.020	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i3	Pearson Correlation	.130	.043	.081	.128	.173*	.202**	.143	.469**
	Sig. (2-tailed)	.079	.566	.275	.083	.019	.006	.053	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i4	Pearson Correlation	.157*	.129	.113	.118	.210**	.116	.132	.476**
	Sig. (2-tailed)	.033	.082	.128	.110	.004	.118	.074	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i5	Pearson Correlation	.225**	.244**	.168*	.144	.180*	.311**	.087	.440**
	Sig. (2-tailed)	.002	.001	.023	.052	.015	.000	.243	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i6	Pearson Correlation	.138	-.029	-.044	-.028	.120	.059	.007	.294**
	Sig. (2-tailed)	.063	.692	.551	.710	.105	.427	.921	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i7	Pearson Correlation	.275**	.081	.152*	.117	.489**	.181*	.046	.533**
	Sig. (2-tailed)	.000	.276	.039	.113	.000	.014	.539	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i8	Pearson Correlation	.337**	.349**	.192**	.191**	.244**	.208**	.189*	.589**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.009	.009	.001	.005	.010	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i9	Pearson Correlation	.244**	.122	.211**	.125	.755**	.226**	.200**	.638**
	Sig. (2-tailed)	.001	.098	.004	.091	.000	.002	.007	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i10	Pearson Correlation	.217**	.549**	.062	.201**	.174*	.215**	.190**	.510**
	Sig. (2-tailed)	.003	.000	.407	.006	.018	.003	.010	.000



	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i11	Pearson Correlation	.405**	.284**	.228**	.144	.253**	.276**	.166*	.550**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.002	.051	.001	.000	.024	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i12	Pearson Correlation	-.043	.093	-.109	.298**	.074	-.061	.100	.230**
	Sig. (2-tailed)	.560	.209	.141	.000	.321	.414	.177	.002
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i13	Pearson Correlation	.147*	.146*	.054	.103	.308**	.218**	.194**	.485**
	Sig. (2-tailed)	.047	.049	.465	.165	.000	.003	.008	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i14	Pearson Correlation	.175*	.013	.375**	.026	.253**	.144	.128	.464**
	Sig. (2-tailed)	.018	.863	.000	.722	.001	.051	.084	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i15	Pearson Correlation	.087	.151*	.118	.076	.276**	.076	.191**	.415**
	Sig. (2-tailed)	.242	.041	.110	.307	.000	.303	.009	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i16	Pearson Correlation	.220**	.039	.427**	.019	.352**	.159*	.126	.511**
	Sig. (2-tailed)	.003	.598	.000	.793	.000	.032	.088	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i17	Pearson Correlation	.182*	.296**	.269**	.312**	.163*	.053	-.007	.449**
	Sig. (2-tailed)	.013	.000	.000	.000	.027	.474	.920	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i18	Pearson Correlation	.030	.094	.057	.179*	.251**	.185*	.212**	.407**
	Sig. (2-tailed)	.682	.206	.439	.015	.001	.012	.004	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i19	Pearson Correlation	.274**	.252**	.217**	.257**	.456**	.179*	.079	.595**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.003	.000	.000	.015	.287	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i20	Pearson Correlation	.246**	.158*	.222**	.100	.339**	.215**	.065	.448**
	Sig. (2-tailed)	.001	.033	.002	.176	.000	.003	.380	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i21	Pearson Correlation	1	.161*	.144	.141	.241**	.210**	.110	.468**
	Sig. (2-tailed)		.029	.052	.057	.001	.004	.138	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i22	Pearson Correlation	.161*	1	.187*	.361**	.192**	.189*	.170*	.409**
	Sig. (2-tailed)	.029		.011	.000	.009	.010	.021	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i23	Pearson Correlation	.144	.187*	1	.121	.231**	.233**	.132	.399**
	Sig. (2-tailed)	.052	.011		.101	.002	.001	.075	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i24	Pearson Correlation	.141	.361**	.121	1	.193**	.045	.074	.356**
	Sig. (2-tailed)	.057	.000	.101		.009	.545	.319	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i25	Pearson Correlation	.241**	.192**	.231**	.193**	1	.263**	.147*	.644**
	Sig. (2-tailed)	.001	.009	.002	.009		.000	.047	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i26	Pearson Correlation	.210**	.189*	.233**	.045	.263**	1	.177*	.426**
	Sig. (2-tailed)	.004	.010	.001	.545	.000		.016	.000

	N	184	184	184	184	184	184	184	184
i27	Pearson Correlation	.110	.170*	.132	.074	.147*	.177*	1	.366**
	Sig. (2-tailed)	.138	.021	.075	.319	.047	.016		.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184
skortotal	Pearson Correlation	.468**	.409**	.399**	.356**	.644**	.426**	.366**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	184	184	184	184	184	184	184	184

HASIL Uji Validitas Item Stress

Correlations

		i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	total
i1	Pearson Correlation	1	.540**	.496**	.066	-.042	.242**	.127	-.037	.620**	.474**	.687**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.374	.570	.001	.086	.619	.000	.000	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2	Pearson Correlation	.540**	1	.537**	.203**	.067	.457**	.119	-.028	.509**	.477**	.757**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.006	.365	.000	.108	.706	.000	.000	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i3	Pearson Correlation	.496**	.537**	1	.244**	.101	.325**	.075	-.093	.508**	.517**	.721**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.001	.171	.000	.312	.209	.000	.000	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i4	Pearson Correlation	.066	.203**	.244**	1	.401**	.166*	.369**	-.458**	.188*	.157*	.431**
	Sig. (2-tailed)	.374	.006	.001		.000	.024	.000	.000	.010	.033	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i5	Pearson Correlation	-.042	.067	.101	.401**	1	.055	.271**	-.262**	-.023	.072	.285**
	Sig. (2-tailed)	.570	.365	.171	.000		.458	.000	.000	.760	.334	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i6	Pearson Correlation	.242**	.457**	.325**	.166*	.055	1	.047	-.030	.333**	.392**	.578**
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.024	.458		.527	.681	.000	.000	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

i7	Pearson Correlation	.127	.119	.075	.369**	.271**	.047	1	-.275**	.081	.104	.356**
	Sig. (2-tailed)	.086	.108	.312	.000	.000	.527		.000	.274	.158	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i8	Pearson Correlation	-.037	-.028	-.093	-.458**	-.262**	-.030	-.275**	1	-.100	-.120	-.095
	Sig. (2-tailed)	.619	.706	.209	.000	.000	.681	.000		.177	.104	.199
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i9	Pearson Correlation	.620**	.509**	.508**	.188*	-.023	.333**	.081	-.100	1	.590**	.734**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.010	.760	.000	.274	.177		.000	.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i10	Pearson Correlation	.474**	.477**	.517**	.157*	.072	.392**	.104	-.120	.590**	1	.727**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.033	.334	.000	.158	.104	.000		.000
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
total	Pearson Correlation	.687**	.757**	.721**	.431**	.285**	.578**	.356**	-.095	.734**	.727**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.199	.000	.000	
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

Hasil Uji Validitas Item Keterampilan Sosial

Correlations

	i1	i2	i3	i4	i5	i6	i7	i8	i9	i10	i11	i12	i13	i14	i15	i16	i17	i18	i19	i20	i21
i1 Pearson Correlation	1	.098	.411**	.232**	-.014	.102	.347**	.081	.233**	.246**	.059	.278**	-.166*	.320**	.393**	-.148*	.029	.235**	.067	.120	-.080
Sig. (2-tailed)		.186	.000	.002	.855	.168	.000	.274	.001	.001	.427	.000	.025	.000	.000	.045	.691	.001	.363	.104	.279
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson Correlation	.098	1	.293**	.517**	.259**	.320**	.095	.339**	.232**	.487**	.372**	.129	.167*	.140	.175*	.148*	.222**	.159*	.271**	.124	-.025
Sig. (2-tailed)	.186		.000	.000	.000	.000	.201	.000	.002	.000	.000	.081	.023	.058	.018	.045	.002	.031	.000	.094	.733
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i3 Pearson Correlation	.411**	.293**	1	.382**	.128	.256**	.410**	.224**	.389**	.394**	.138	.323**	.136	.434**	.548**	.081	.207**	.181*	.189*	.339**	-.115
Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.084	.000	.000	.002	.000	.000	.062	.000	.065	.000	.000	.277	.005	.014	.010	.000	.120



N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i4 Pearson Correlation	.232**	.517**	.382**	1	.255**	.219**	.170*	.420**	.200**	.510**	.299**	.291**	.156*	.322**	.282**	.169*	.413**	.056	.239**	.223**	-.069
Sig. (2-tailed)	.002	.000	.000		.000	.003	.021	.000	.007	.000	.000	.000	.034	.000	.000	.022	.000	.450	.001	.002	.351
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i5 Pearson Correlation	-.014	.259**	.128	.255**	1	-.001	.039	.321**	.370**	.426**	.180*	.030	.207**	-.007	.132	.266**	.177*	.075	.075	.121	.180*
Sig. (2-tailed)	.855	.000	.084	.000		.992	.597	.000	.000	.000	.014	.684	.005	.928	.073	.000	.016	.314	.310	.101	.015
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i6 Pearson Correlation	.102	.320**	.256**	.219**	-.001	1	.261**	.177*	.209**	.265**	.302**	.190**	.044	.233**	.329**	.073	.244**	.154*	.111	.259**	-.104
Sig. (2-tailed)	.168	.000	.000	.003	.992		.000	.016	.004	.000	.000	.010	.556	.001	.000	.325	.001	.037	.135	.000	.160
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

i7	Pearson Correlation	.347**	.095	.410**	.170*	.039	.261**	1	.196**	.319**	.234**	.061	.360**	-.037	.370**	.346**	.022	.176*	.264**	.050	.333**	.066
	Sig. (2- tailed)	.000	.201	.000	.021	.597	.000		.008	.000	.001	.413	.000	.617	.000	.000	.768	.017	.000	.504	.000	.374
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i8	Pearson Correlation	.081	.339**	.224**	.420**	.321**	.177*	.196**	1	.141	.436**	.362**	.046	.061	.068	.241**	.280**	.320**	.124	.158*	.192**	-.032
	Sig. (2- tailed)	.274	.000	.002	.000	.000	.016	.008		.057	.000	.000	.534	.409	.361	.001	.000	.000	.093	.032	.009	.664
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i9	Pearson Correlation	.233**	.232**	.389**	.200**	.370**	.209**	.319**	.141	1	.351**	-.037	.301**	-.003	.261**	.299**	.049	.165*	.244**	.124	.357**	.033
	Sig. (2- tailed)	.001	.002	.000	.007	.000	.004	.000	.057		.000	.616	.000	.967	.000	.000	.512	.025	.001	.092	.000	.653
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i10	Pearson Correlation	.246**	.487**	.394**	.510**	.426**	.265**	.234**	.436**	.351**	1	.392**	.237**	.250**	.251**	.367**	.215**	.286**	.163*	.215**	.129	-.028

Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000		.000	.001	.001	.001	.000	.003	.000	.027	.003	.081	.701
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 1 Correlation	.059	.372**	.138	.299**	.180*	.302**	.061	.362**	-.037	.392**	1	-.040	.246**	.029	.141	.275**	.208**	.107	.267**	.066	-.066
Sig. (2-tailed)	.427	.000	.062	.000	.014	.000	.413	.000	.616	.000		.588	.001	.695	.056	.000	.005	.150	.000	.376	.374
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 2 Correlation	.278**	.129	.323**	.291**	.030	.190**	.360**	.046	.301**	.237**	-.040	1	-.081	.422**	.311**	-.020	.202**	.154*	.029	.304**	-.140
Sig. (2-tailed)	.000	.081	.000	.000	.684	.010	.000	.534	.000	.001	.588		.275	.000	.000	.789	.006	.036	.700	.000	.057
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 3 Correlation	-.166*	.167*	.136	.156*	.207**	.044	-.037	.061	-.003	.250**	.246**	-.081	1	.000	-.073	.277**	.103	-.065	.058	-.047	.065
Sig. (2-tailed)	.025	.023	.065	.034	.005	.556	.617	.409	.967	.001	.001	.275		.995	.328	.000	.165	.384	.434	.528	.383

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 4 Correlation	.320**	.140	.434**	.322**	-.007	.233**	.370**	.068	.261**	.251**	.029	.422**	.000	1	.442**	-.002	.369**	.246**	.221**	.341**	-.071
Sig. (2- tailed)	.000	.058	.000	.000	.928	.001	.000	.361	.000	.001	.695	.000	.995	.000	.983	.000	.001	.003	.000	.335	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 5 Correlation	.393**	.175*	.548**	.282**	.132	.329**	.346**	.241**	.299**	.367**	.141	.311**	-.073	.442**	1	.146*	.204**	.215**	.241**	.319**	-.140
Sig. (2- tailed)	.000	.018	.000	.000	.073	.000	.000	.001	.000	.000	.056	.000	.328	.000	.047	.005	.003	.001	.000	.058	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 Pearson 6 Correlation	-.148*	.148*	.081	.169*	.266**	.073	.022	.280**	.049	.215**	.275**	-.020	.277**	-.002	.146*	1	.143	.165*	.288**	-.094	.151*
Sig. (2- tailed)	.045	.045	.277	.022	.000	.325	.768	.000	.512	.003	.000	.789	.000	.983	.047	.053	.025	.000	.205	.041	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

i1 7	Pearson Correlation	.029	.222**	.207**	.413**	.177*	.244**	.176*	.320**	.165*	.286**	.208**	.202**	.103	.369**	.204**	.143	1	.119	.201**	.269**	-.039
	Sig. (2-tailed)	.691	.002	.005	.000	.016	.001	.017	.000	.025	.000	.005	.006	.165	.000	.005	.053		.108	.006	.000	.598
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 8	Pearson Correlation	.235**	.159*	.181*	.056	.075	.154*	.264**	.124	.244**	.163*	.107	.154*	-.065	.246**	.215**	.165*	.119	1	.098	.142	.058
	Sig. (2-tailed)	.001	.031	.014	.450	.314	.037	.000	.093	.001	.027	.150	.036	.384	.001	.003	.025	.108		.184	.055	.436
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i1 9	Pearson Correlation	.067	.271**	.189*	.239**	.075	.111	.050	.158*	.124	.215**	.267**	.029	.058	.221**	.241**	.288**	.201**	.098	1	.088	-.019
	Sig. (2-tailed)	.363	.000	.010	.001	.310	.135	.504	.032	.092	.003	.000	.700	.434	.003	.001	.000	.006	.184		.236	.801
	N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 0	Pearson Correlation	.120	.124	.339**	.223**	.121	.259**	.333**	.192**	.357**	.129	.066	.304**	-.047	.341**	.319**	-.094	.269**	.142	.088	1	-.144

Sig. (2-tailed)	.104	.094	.000	.002	.101	.000	.000	.009	.000	.081	.376	.000	.528	.000	.000	.205	.000	.055	.236	.052	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	
i2 Pearson 1 Correlation	-.080	-.025	-.115	-.069	.180*	-.104	.066	-.032	.033	-.028	-.066	-.140	.065	-.071	-.140	.151*	-.039	.058	-.019	-.144	1
Sig. (2-tailed)	.279	.733	.120	.351	.015	.160	.374	.664	.653	.701	.374	.057	.383	.335	.058	.041	.598	.436	.801	.052	
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 2 Correlation	.076	-.003	.226**	-.031	-.267*	.190**	.164*	-.045	.007	-.150*	-.097	.166*	-.029	.220**	.170*	-.020	-.054	.129	-.033	.195**	-.278*
Sig. (2-tailed)	.303	.963	.002	.676	.000	.010	.026	.544	.925	.042	.189	.024	.701	.003	.021	.786	.465	.082	.660	.008	.000
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 3 Correlation	.315**	.155*	.393**	.256**	.068	.372**	.470**	.181*	.322**	.245**	.069	.411**	-.028	.341**	.385**	.058	.304**	.382**	.039	.356**	-.007
Sig. (2-tailed)	.000	.036	.000	.000	.356	.000	.000	.014	.000	.001	.352	.000	.703	.000	.000	.437	.000	.000	.595	.000	.927

N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 4 Correlation	.007	.142	.053	.208**	.154*	.001	.113	.180*	.033	.221**	.046	.060	.003	.124	.139	.122	.389**	.135	.150*	.095	-.056
Sig. (2- tailed)	.928	.054	.477	.005	.037	.989	.126	.014	.655	.003	.532	.421	.965	.093	.059	.099	.000	.067	.043	.198	.452
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 5 Correlation	.072	.060	.156*	.118	.229**	.039	.090	.218**	.105	.181*	.108	.117	.148*	.083	.140	.182*	.273**	.075	.067	.047	.186*
Sig. (2- tailed)	.330	.419	.034	.111	.002	.598	.225	.003	.154	.014	.143	.114	.045	.264	.059	.013	.000	.310	.368	.524	.011
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 6 Correlation	.072	.184*	.385**	.237**	.117	.395**	.328**	.156*	.330**	.202**	.140	.361**	.017	.298**	.404**	.173*	.197**	.236**	.225**	.319**	-.006
Sig. (2- tailed)	.331	.012	.000	.001	.114	.000	.000	.034	.000	.006	.057	.000	.815	.000	.000	.019	.007	.001	.002	.000	.931
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184

i2 Pearson 7 Correlation	.277**	.171*	.097	.292**	.189**	.080	.069	.323**	.232**	.280**	.187*	.084	-.057	.203**	.146*	-.027	.274**	.016	.156*	.217**	-.058
Sig. (2- tailed)	.000	.020	.189	.000	.010	.281	.353	.000	.002	.000	.011	.259	.445	.006	.047	.717	.000	.829	.034	.003	.433
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
i2 Pearson 8 Correlation	.399**	.119	.292**	.212**	.086	.100	.302**	.028	.299**	.140	-.024	.310**	-.111	.469**	.274**	-.128	.206**	.249**	.118	.335**	-.036
Sig. (2- tailed)	.000	.106	.000	.004	.247	.175	.000	.708	.000	.058	.743	.000	.133	.000	.000	.082	.005	.001	.109	.000	.626
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184
t Pearson o Correlation	.414**	.504**	.645**	.603**	.363**	.474**	.538**	.481**	.528**	.632**	.382**	.483**	.173*	.583**	.617**	.291**	.524**	.411**	.380**	.487**	-.008
t al Sig. (2- tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.019	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.915
N	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184	184



LAMPIRAN 8 Hasil Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		103
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.58423266
Most Extreme Differences	Absolute	.053
	Positive	.048
	Negative	-.053
Test Statistic		.053
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN 9 Hasil Uji Linieritas

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres * HSP	Between	(Combined)	643.380	21	30.637	1.343	.174
	Groups	Linearity	119.674	1	119.674	5.245	.025
		Deviation from Linearity	523.705	20	26.185	1.148	.321
Within Groups			1848.290	81	22.818		
Total			2491.670	102			

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres * Keterampilan Sosial	Between	(Combined)	1090.170	40	27.254	1.206	.250
	Groups	Linearity	287.783	1	287.783	12.731	.001
		Deviation from Linearity	802.387	39	20.574	.910	.618
Within Groups			1401.500	62	22.605		
Total			2491.670	102			

LAMPIRAN 10 Hasil Uji Multikolonieritas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	6.764	6.770		.999	.320		
HSP	.100	.059	.159	1.678	.097	.962	1.040
Keterampilan Sosial	.129	.039	.309	3.265	.002	.962	1.040

a. Dependent Variable: Stres

LAMPIRAN 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	2.574	3.789		.679	.499		
	HSP	.029	.033	.089	.880	.381	.962	1.040
	Keterampilan Sosial	-.022	.022	-.101	-.995	.322	.962	1.040

a. Dependent Variable: abs\_res

LAMPIRAN 12 Hasil Uji Homogenitas

Hasil Uji Homogenitas HSP dengan factor jenis kelamin

**Test of Homogeneity of Variances**

HSP

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.351	1	101	.555

Hasil Uji Homogenitas HSP dengan factor domisili

**Test of Homogeneity of Variances**

HSP

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.859	1	101	.176

Hasil Uji Homogenitas HSP dengan factor urutan kelahiran

**Test of Homogeneity of Variances**

HSP

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.083	2	100	.130

Hasil Uji Homogenitas Stress dengan faktor Jenis Kelamin

**Test of Homogeneity of Variances**

Stres

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.121	1	101	.292

Hasil Uji Homogenitas Stress dengan faktor Domisili

**Test of Homogeneity of Variances**

Stres

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.068	1	101	.794

Hasil Uji Homogenitas Stress dengan factor urutan kelahiran

**Test of Homogeneity of Variances**

Stres

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.541	2	100	.084

Hasil Uji Homogenitas Keterampilan Sosial dengan faktor Jenis Kelamin

**Test of Homogeneity of Variances**

Keterampilan Sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
4.452	1	101	.037

Hasil Uji Homogenitas Keterampilan Sosial dengan faktor Domisili

**Test of Homogeneity of Variances**

Keterampilan Sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.128	1	101	.721

Hasil Uji Homogenitas Keterampilan Sosial dengan factor urutan kelahiran

**Test of Homogeneity of Variances**

Keterampilan Sosial

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.087	2	100	.917

LAMPIRAN 13 Hasil Uji Regresi Parsial dan Regresi Variabel Moderasi (MRA)

Uji Regresi Parsial

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.219 <sup>a</sup>	.048	.039	4.84614

a. Predictors: (Constant), HSP

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	14.302	6.661		2.147	.034
	HSP	.137	.061	.219	2.257	.026

a. Dependent Variable: Stres

Uji Regresi Moderasi (MRA)

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.374 <sup>a</sup>	.140	.114	4.65300

a. Predictors: (Constant), Keterampilan Sosial, HSP, HSP x Keterampilan Sosial

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	2.999	44.797		.067	.947
	HSP x Keterampilan Sosial	.000	.004	-.121	-.085	.932
	HSP	.134	.407	.213	.329	.743
	Keterampilan Sosial	.170	.481	.406	.353	.725

a. Dependent Variable: Stres

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	6.764	6.770		.999	.320
	Keterampilan Sosial	.129	.039	.309	3.265	.002
	HSP	.100	.059	.159	1.678	.097

a. Dependent Variable: Stres



Lampiran 14 Uji tambahan

Uji korelasi Bivariate

**Correlations**

		skor HSP	skor stress
skor HSP	Pearson Correlation	1	.312**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	171	171
skor stress	Pearson Correlation	.312**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	171	171

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

**Correlations**

		skor stress	skor Keterampilan Sosial
skor stress	Pearson Correlation	1	-.284**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	171	171
skor Keterampilan Sosial	Pearson Correlation	-.284**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	171	171

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