

**PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KETERLIBATAN
AYAH DALAM PENGASUHAN PADA PRAJURIT TNI**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Strata 1 (S-1) Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember**



Oleh

Mauliya Prastiwi Puspitarini

NIM 2210811019

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS PSIKOLOGI**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal

13 Agustus 2026

Mengesahkan,

Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember
Dekan

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si
NIP. 197505292005012001

Dewan Penguji

Tandatangan

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si
NIP: 197505292005012001

Maulana Arif Muhibbin, S.Psi, M.Si
NPK: 19940718123031036

Anggraeni Swastika Sari, S.Psi, M.Psi, Psikolog
NPK: 1988100812003914

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mauliya Prastiwi Puspitarini

NIM : 2210811019

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 13 Agustus 2026

Yang menyatakan



Mauliya Prastiwi Puspitarini

HALAMAN PERSEMBAHAN

Allah SWT

Terima kasih, ya Wahhab. Tidak ada yang mudah tanpa pertolongan-Nya, tidak ada yang sempurna selain diri-Nya, dan tidak ada satu pun langkah yang mampu ditempuh penulis tanpa kehendak-Nya.

Terima kasih karena dalam setiap doa, selalu ada cara-Nya untuk menjawab. Terkadang diberikan segera, terkadang ditunda hingga waktu yang tepat, dan terkadang diberikan dalam bentuk yang jauh lebih indah dari yang penulis bayangkan. Kini penulis semakin percaya, tidak ada doa yang sia-sia ketika dipanjatkan kepada-Nya.

Jika hari ini penulis sampai di titik ini, bukan karena penulis hebat, tetapi karena Allah selalu memampukan.

Orang Tua

To my parents, who gave me more than I realized.

Tulisan ini penulis persembahkan untuk Mama dan Papa, sebagai bentuk kecil dari rasa terima kasih atas segala hal yang telah diusahakan untuk penulis sejak awal memasuki masa perkuliahan hingga akhirnya penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih untuk setiap doa yang selalu memeluk dan menguatkan, sehingga penulis mampu untuk terus melangkah. Terima kasih karena telah memberikan kepercayaan dan mendukung penulis dalam setiap prosesnya.

Penyelesaian tugas akhir ini bukan semata-mata sebagai syarat penuntasan perkuliahan, tetapi juga sebagai pencapaian yang penulis persembahkan atas segala impian, harapan, dan doa Mama dan Papa. Semoga pencapaian ini menjadi

salah satu alasan bagi Mama dan Papa untuk bangga, karena penulis telah sampai di titik yang selama ini kita doakan bersama

MOTTO

“Rabbisyrahlii shadrii, wa yassirlil amrii, wahlul ‘uqdatam mil lisaanii, yafqahuu qaulii”

Ya Tuhanku, lapangkanlah dadaku, mudahkanlah urusanku, dan lepaskanlah kekakuan dari lidahku agar mereka memahami perkataanku.

(QS. Taha: 25–28)

“Jika kau yakin bisa terbang, maka kau bisa terbang”

(Ma Iyang, Cantik Itu Luka)

Maka kututup segala ragu dengan doa,
kutemani segala takut dengan usaha.
Sebab hidup tak selalu harus tahu ke mana ia bermuara.
Terkadang, cukup percaya dan terus berjalan,
seperti air yang mengalir
melewati batu, menyusuri liku,
hingga akhirnya menemukan jalannya sendiri.

(Penulis)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah *rabbi'l'alamin*, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Pengaruh Stres Kerja terhadap Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan pada Prajurit TNI. Skripsi ini disusun sebagai salah satu bentuk pemenuhan tugas akhir untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi teladan bagi seluruh umat manusia.

Penyusunan skripsi ini merupakan sebuah proses panjang yang tidak terlepas dari berbagai tantangan, hambatan, serta proses pembelajaran yang berharga bagi penulis. Berkat pertolongan dan kehendak Allah SWT, serta dukungan, doa, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan ketulusan, penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi selama proses penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih tersebut penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember sekaligus dosen penguji penulis. Terima kasih atas dukungan, masukan, serta apresiasi yang diberikan selama proses penyelesaian tugas akhir ini. Setiap masukan dan apresiasi yang diberikan menjadi salah satu hal yang membangkitkan semangat penulis untuk terus menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.

2. Ibu Anggraeni Swastika Sari, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing I penulis. Terima kasih atas segala bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih telah senantiasa memberikan kemudahan dalam setiap proses bimbingan, menjadi sosok yang sabar dalam membimbing dan mengajarkan penulis, serta selalu terbuka untuk berdiskusi. Terima kasih juga atas kesediaannya mendengarkan berbagai keluhan penulis dan memberikan ketenangan serta semangat ketika penulis merasa ragu dan menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Maulana Arif Muhibbin, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing II penulis. Terima kasih atas segala bimbingan, arahan, dan kemudahan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih telah menjadi sosok yang mudah diajak berdiskusi, selalu bersedia membantu ketika penulis membutuhkan arahan, serta dengan sabar menerima berbagai pertanyaan dan keluhan penulis selama proses penyelesaian tugas akhir ini.
4. Ibu Siti Nur'Aini, S.Psi., M.Si., selaku Dosen Pendamping Akademik Kelas Ganjil Angkatan 2022. Terima kasih atas segala arahan, perhatian, dan pendampingan yang telah diberikan selama penulis menjalani proses perkuliahan.
5. Seluruh dosen dan tenaga pendidik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta pelayanan yang sangat membantu selama penulis menempuh pendidikan hingga penyelesaian tugas akhir ini.

6. Mama tercinta, rasanya tidak akan pernah cukup kata terima kasih untuk membalas seluruh pengorbanan yang telah diberikan kepada penulis sejak lahir hingga saat ini. Bahkan, tidak akan pernah cukup untuk membalas segala keajaiban yang Mama tularkan melalui kasih sayang dan ketulusan sebagai seorang ibu. Dalam keadaan sehat maupun sakit, Mama tidak pernah sedikit pun meninggalkan dan berhenti menguatkan penulis. Terlalu banyak kesalahan yang penulis lakukan sepanjang hidup, bahkan mungkin ada kata-kata penulis yang pernah menyakiti hati Mama. Namun, dengan hati yang begitu lapang, Mama selalu memilih untuk memaafkan dan tetap menjadi tempat penulis pulang. Penulis tidak tahu akan seperti apa kehidupan ini tanpa doa Mama yang senantiasa melindungi dan menyertai setiap langkah penulis. Penulis percaya, setiap kebahagiaan, kemudahan, dan pencapaian yang berhasil diraih hingga saat ini tidak terlepas dari kekuatan doa Mama. Terima kasih telah menjadi rumah, tempat pulang, dan doa yang selalu berjalan bersama penulis. Semoga setiap langkah dan pencapaian penulis dapat menjadi alasan bagi Mama untuk tersenyum dan merasa bahwa segala perjuangan yang telah diberikan tidak pernah sia-sia.
7. Papa tercinta, laki-laki pertama yang selalu berhasil membuat penulis jatuh cinta, berkali-kali dan dengan cara yang berbeda. Hidup akan terus berjalan, entah sampai kapan, tetapi penulis selalu berharap Papa akan selalu menjadi bagian dari setiap perjalanan hidup penulis. Begitu besar kontribusi Papa dalam kehidupan penulis. Dengan kerja keras, Papa selalu berusaha mencukupi kebutuhan penulis dan menghadirkan apa yang sebelumnya

tidak ada, termasuk memastikan penulis dapat mengejar cita-cita dan memperoleh pendidikan hingga sampai pada titik ini. Kasarnya kaki Papa selalu penulis ingat sebagai bukti dari langkah-langkah panjang dan kerja keras Papa dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan penulis. Terima kasih karena Papa selalu memberikan kepercayaan kepada penulis untuk mengejar apa pun yang penulis cita-citakan. Bahkan sejak penulis mencoba keberuntungan mendaftar sebagai Taruni Akademi Angkatan Udara hingga akhirnya memilih jalan yang berbeda dengan melanjutkan pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, Papa tidak pernah sekalipun membuat penulis merasa bahwa pilihan penulis adalah sesuatu yang salah. Setiap kata penyemangat selalu terdengar, dan tidak pernah ada satu pun kalimat yang menyepelekan usaha penulis. Di balik tutur kata yang lembut dan hati yang tenang, tersimpan begitu banyak usaha yang mungkin tidak selalu terucapkan, tetapi selalu penulis rasakan. Papa mungkin tidak banyak berkata, tetapi setiap usaha Papa selalu berbicara lebih dari cukup. Penyelesaian tugas akhir ini juga tidak terlepas dari kerja keras Papa. Jika penulis ditanya beribu kalipun, jawaban penulis akan tetap sama: *"You're the best dad in the world. Love you, Papa."*

8. Adik-adik tercinta, Citra dan Riza, terima kasih telah "mengiyakan" kuasa Allah untuk hadir di dunia, sehingga penulis memiliki teman selamanya di rumah. Kehadiran kalian membawa warna dan kebahagiaan yang selalu menjadi bagian yang penulis syukuri. Tawa, cerita, dan kebahagiaan yang kalian tularkan menjadi hal-hal sederhana yang akan selalu penulis rindukan

dan inginkan dalam hidup. Doa penulis untuk kalian, semoga Allah senantiasa mengizinkan kalian untuk selalu menang dalam setiap usaha yang kalian perjuangkan, diberikan kemudahan dalam setiap langkah, serta dipertemukan dengan banyak kebahagiaan dalam perjalanan hidup kalian. Penulis juga berharap, suatu hari nanti kalian dapat merasakan kebahagiaan atas takdir Allah yang menjadikan penulis sebagai kakak kalian, sebagaimana penulis selalu bersyukur karena Allah memilih kalian untuk menjadi adik-adik penulis.

9. *Pape, Mbah Utu, Alm. Mbah Kakung*, dan seluruh keluarga besar, terima kasih atas setiap doa, dukungan, dan kebanggaan yang selalu diberikan kepada penulis dalam setiap pencapaian yang diraih. Terima kasih telah menjadi tempat penulis tumbuh dengan begitu banyak cinta dan menjadi rumah yang selalu hangat untuk penulis. Semoga setiap doa dan kebaikan yang diberikan menjadi keberkahan bagi seluruh keluarga.
10. Annisa, Asti, Belinda, Dayu, Dilla, Farin, Putri, Haqi, Sabrina, dan Salma, terima kasih atas setiap langkah yang turut kebersamai perjalanan penulis. Terima kasih untuk tawa, cerita, bantuan, dan dukungan yang membuat perjalanan ke kampus terasa lebih menyenangkan. Kehadiran kalian menjadi salah satu alasan penulis mampu bertahan dan menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga setelah ini selalu ada kesempatan untuk kembali bertemu, berbagi cerita, dan semoga takdir selalu menemukan cara untuk menjaga kita tetap dekat.

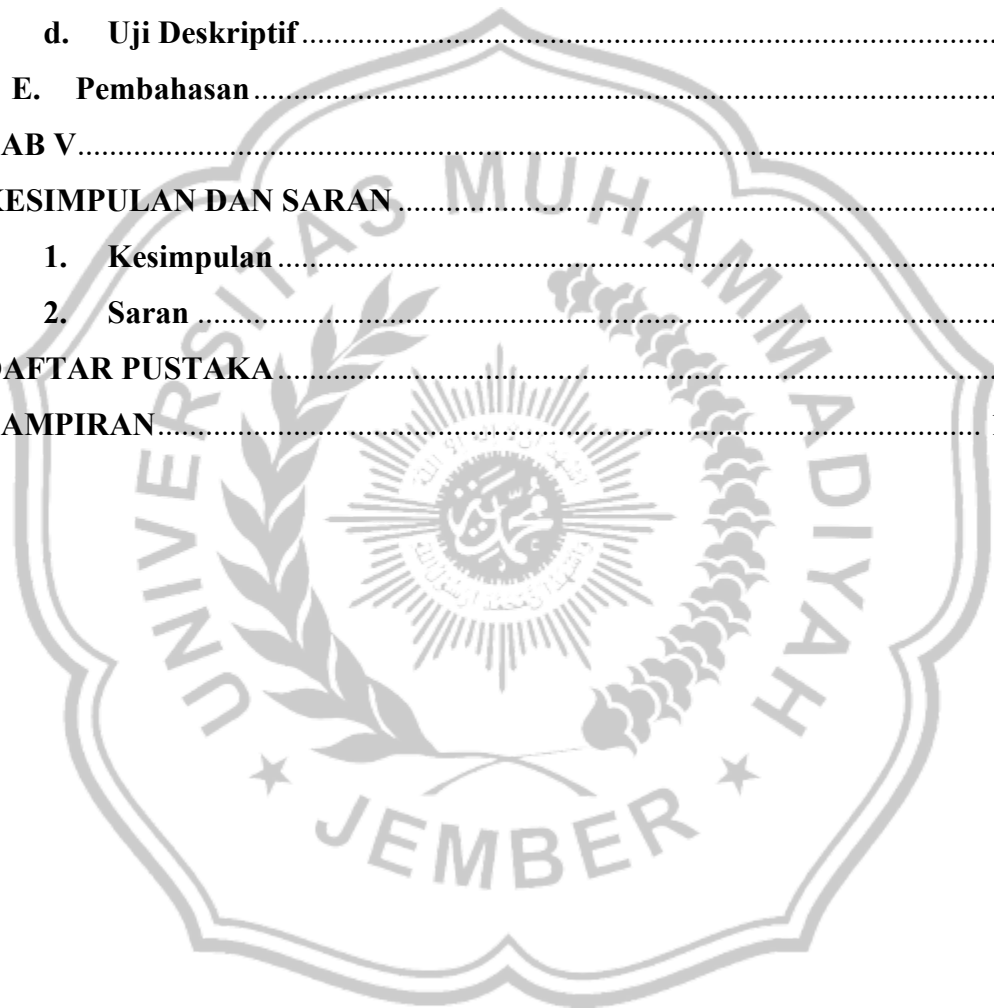
11. *Last but not least*, Muhammad Ilham, laki-laki yang selama satu tahun terakhir telah kebersamai perjalanan penulis. *Thank you for coming into the writer's life. You have truly made the writer smile and laugh. Thank you for being understanding, for being the writer's biggest supporter, and for caring in the ways you do.* Bersamamu, penulis belajar bahwa kehadiran seseorang tidak selalu harus menjanjikan banyak hal untuk dapat menjadi sesuatu yang berarti. Terima kasih telah menjadi salah satu bagian dari perjalanan ini dan kebersamai penulis melalui berbagai proses yang telah dilalui. Penulis tahu bahwa pada akhirnya setiap pertemuan akan kembali pada takdir Allah, tetapi untuk kali ini, izinkan penulis mensyukuri kehadiranmu. Penulis berharap segala kebaikan, kasih, dan dukungan yang telah kamu berikan dapat menjadi jalan kebaikan yang senantiasa menolong dan menyertai setiap langkahmu.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	2
HALAMAN PERSEMBAHAN	4
MOTTO	5
KATA PENGANTAR	6
DAFTAR ISI	1
DAFTAR TABEL	4
DAFTAR LAMPIRAN	2
DAFTAR GAMBAR	3
INTISARI	4
ABSTRACT	2
BAB I	3
PENDAHULUAN	3
A. Latar Belakang	3
B. Rumusan Masalah	18
C. Tujuan Penelitian	18
D. Manfaat Penelitian	18
1. Manfaat Teoritis	19
2. Manfaat Praktis	19
E. Keaslian Penelitian	20
TINJAUAN PUSTAKA	25
A. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	25
1. Definisi keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	25
2. Aspek-Aspek Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	26
3. Faktor yang Memengaruhi Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan 28	
4. Dampak Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	30
B. Stres Kerja	32
1. Definisi Stres Kerja	32
2. Dimensi Stres Kerja	34

3. Faktor Pemicu Stres Kerja.....	36
C. Dinamika Pengaruh Stres Kerja terhadap Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	39
D. Hipotesa.....	42
METODE PENELITIAN	43
A. Jenis Penelitian	43
B. Identifikasi Variabel Penelitian	43
C. Definisi Operasional.....	43
1. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	44
2. Stres Kerja	45
D. Populasi dan Sampel.....	46
1. Populasi	46
2. Sampel	46
E. Metode Pengumpulan Data.....	47
1. Skala Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan.....	48
2. Skala Stres Kerja	50
F. Metode Analisis Data	51
1. Uji Keabsahan	51
2. Uji Asumsi.....	52
3. Uji Hipotesis.....	54
4. Uji Deskriptif	54
BAB IV	56
HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Orientasi Kancan	56
B. Persiapan Penelitian	60
C. Pelaksanaan Pengumpulan Data	62
1. Pelaksanaan Uji Coba Penelitian.....	62
2. Pelaksanaan Pengambilan Data	62
D. Analisis Data	63
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur	63
a. Uji Validitas	63

b. Uji Reliabilitas	66
2. Hasil Penelitian	67
a. Uji Keabsahan	67
b. Uji Asumsi.....	70
c. Uji Hipotesis.....	73
d. Uji Deskriptif	75
E. Pembahasan	85
BAB V.....	96
KESIMPULAN DAN SARAN	96
1. Kesimpulan.....	96
2. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA.....	98
LAMPIRAN.....	104



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Skala Likert	48
Tabel 2. Blueprint Skala Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	50
Tabel 3. Blueprint Skala Stres Kerja.....	51
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan	64
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Uji Coba Skala Stres Kerja	65
Tabel 6. Hasil Reliabilitas Uji Coba Skala Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan	66
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Skala Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	67
Tabel 8. Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja	68
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan.....	69
Tabel 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Kerja	70
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas Antar Variabel	70
Tabel 12. Hasil Uji Heteroskedastisitas Metode Glejser	71
Tabel 13. Hasil Uji Linearitas Antar Variabel	73
Tabel 14. Hasil Uji Anova	74
Tabel 15. Hasil Uji Koefisien	74
Tabel 16. Hasil Uji Hipotesis	75
Tabel 17. Uji Deskriptif Keseluruhan Variabel	76
Tabel 18. Aspek Variabel Stres Kerja.....	76
Tabel 19. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	79
Tabel 20. Stres Kerja Berdasarkan Usia Ayah.....	81
Tabel 21. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Berdasarkan Usia	82
Tabel 22. Stres kerja berdasarkan rata-rata durasi jam kerja	82
Tabel 23. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Berdasarkan Rata-Rata Durasi Jam Kerja Ayah.....	84
Tabel 24. Karakteristik Usia Anak Responden	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Perizinan Uji Coba Penelitian	104
Lampiran 2. Surat Perizinan Penelitian.....	105
Lampiran 3. Skala Uji Coba Stres Kerja Uji.....	106
Lampiran 4. Skala Uji Coba Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan.....	108
Lampiran 5. Skala Stres Kerja	112
Lampiran 6. Skala Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan	114
Lampiran 7. Data Kasar Uji Coba Stres Kerja.....	118
Lampiran 8. Data Kasar Uji Coba Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan.....	119
Lampiran 9. Data Kasar Skala Stres Kerja.....	120
Lampiran 10. Data Kasar Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan	125
Lampiran 11. Uji Validitas Aitem Stres Kerja Pada Tahap Uji Coba	129
Lampiran 12. Uji Validitas Aitem Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Pada Tahap Uji Coba	129
Lampiran 13. Uji Validitas Aitem Stes Kerja Pada Tahap Pengambilan Data...	130
Lampiran 14. Uji Validitas Aitem Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Pada Tahap Pengambilan Data	130
Lampiran 15. Reliabilitas Uji Coba Skala Stres Kerja.....	131
Lampiran 16. Reliabilitas Uji Coba Skala Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan	131
Lampiran 17. Reliabilitas Skala Stres Kerja	131
Lampiran 18. Reliabilitas Skala Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan	131
Lampiran 19. Uji Hipotesis	131

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagan Dinamika Dua Variabel	42
---	----

