

**PERBEDAAN BENTUK REAKSI STRES MAHASISWA DAN ANGGOTA  
MILITER PADA PESERTA EKSPEDISI NKRI 2013 KORIDOR  
SULAWESI SUB KORWIL-01 KEPULAUAN SANGIHE**

**SKRIPSI**

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

Oleh :

**Feny Erliana**  
**09410165**



**JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)  
MAULANA MALIK IBRAHIM  
MALANG**

**2013**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PERBEDAAN BENTUK REAKSI STRES MAHASISWA DAN ANGGOTA  
MILITER PADA PESERTA EKSPEDISI NKRI 2013 KORIDOR  
SULAWESI SUB KORWIL-01 KEPULAUAN SANGIHE**

**SKRIPSI**

Oleh:

**FENY ERLIANA**

**09410165**

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing

**Dr. A Khudori Soleh M.Ag**  
**NIP.19681124 200003 1 001**

pada tanggal 13 September 2013

Mengetahui:

Dekan Fakultas Psikologi

**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag**  
**NIP. 19730710 200003 1 002**

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Feny Erliana  
NIM : 09410165  
Fakultas : Psikologi  
Judul : Perbedaan Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa dan Anggota Militer pada  
Peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01  
Kepulauan Sangihe

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah saya sebutkan sumbernya.

Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya siap menerima sanksi akademis

Malang, 13 September 2013

Yang Menyatakan,

Feny Erliana  
09410165

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PERBEDAAN BENTUK REAKSI STRES MAHASISWA DAN ANGGOTA  
MILITER PADA PESERTA EKSPEDISI NKRI 2013 KORIDOR  
SULAWESI SUB KORWIL-01 KEPULAUAN SANGIHE**

**SKRIPSI**

Oleh :

**FENY ERLIANA**

**09410165**

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Dan Dinyatakan Diterima Sebagai  
Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)  
Tanggal 20 September 2013

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**TANDA TANGAN**

1. M Bahrn Amiq, M.Si (Ketua Penguji)  
NIP. 19771224 200801 1 007

\_\_\_\_\_

2. Dr. A Khudori Soleh, M. Ag (Pembimbing)  
NIP.19681124 200003 1 001

\_\_\_\_\_

3. Drs. H. Yahya, MA (Penguji Utama)  
NIP 19660518 199103 1 004

\_\_\_\_\_

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Psikologi

**Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag**  
**NIP. 19730710 200003 1 002**

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾

Artinya: “Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (Q.S Al Insyirah: 5)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim....

Dengan Menyebut Asma Mu Ya Allah, tempat mengadu segala peluh, keluh, dan ragu. Selalu ku harap RidhoMu dalam menyelesaikan karya ini. Dan akhirnya karya ini kupersembahkan untuk:

**Ayah Jamani dan Ibu Siti Munikah** yang peluhnya bercucur hanya untuk membiayaiku hidup dan belajarku di tanah orang. Tetesan air mata yang tak jarang harus mengalir di sela tengadah kedua tanganmu demi mendoakan yang terbaik bagiku. Pancaran cinta dan kasih sayang yang tak pernah redup mengiringi setiap langkahku. Dengan karya ini Ananda hanya ingin menyunggingkan sedikit senyum di wajah Ayah dan Ibu sekedar pelipur lara atas semua kebodohanku selama ini.

**Keluarga Tercinta, Mbah Suriaji, Adek Yogi, Adek Puput, Budhe Nap, Bapak Hudi, Mas Dodik, Mas Rangga, Mbak Silvi, Mas Tony** kalian adalah pelepas dahaga akan kelelahan di tengah kemarau yang sering melandaku. Sungguh samudra kasih dan sayang yang selalu kurasakan saat bersama kalian. Untuk **Mbak Dewi** yang selalu setia mendengar keluh kesah, mencurahkan nasehat tanpa mengguruiku teman berbagi saat tak ada lagi yang mampu kupercaya. **My Beloved Niece Khanza Kania Armansyah** senyummu adalah obat paling mujarab atas segala lelah yang dirasakan tante, doa tante tak akan pernah putus untuk kesehatanmu.

Keluarga Besar **Rewa-Rewo (Mas Amin, Dicky, Yasa, Tomy, Mas Furqon, Irfan, Inggit, Rima, Upik, Iik, Intan, Lia, Nia, Mbak Alit, Mbak Uud, Mbak Rofi, Mia)** sungguh celaan dan remehan orang yang memandang kita sebelah mata mampu kita tepis dengan kebersamaan selama 4 tahun.

Sosok penuh wibawa tak jumawa yang selalu menghiasi hari-hariku dengan warna hidup penuh arti. Memberikan tetesan-tetesan embun penyemangat dikala aku mulai layu dan putus asa. Terima kasih Mas **Ponco Setiyo Wibowo** semoga Allah selalu menjaga hatiku dan hatimu dalam perjalanan menggapai RidhoNya.

keluarga **Bapak Sutrisno**, keluarga yang baru aku kenal namun nasehat, doa dan kasih sayangnya yang selalu mampu aku rasakan.

Keluarga Besar PRAMUKA UIN MALANG yang telah membariku ruang untuk belajar berorganisasi dan mendapatkan keluarga baru khususnya buat **Kak Mimin, Kak Bagus, Kak Arum, Kak Uma, Kak Chibon, Kak Zillah, Fujo, Ainun dan Chusnul.**

Untuk Anggota kost Joyosuko Timur Gang I 8B **Kak Say, Nungma, Shokifa, Linda, Nurish dan Alif** yang udah mewarnai hari-hariku.

Terakhir untuk delapan saudara perempuan baruku tercinta, Ciwi-Ciwi Tersayang **Mbak Anin, Mbak Fitri, Bobo, Cimut, Maria, Ayu, Nae and Dina** terima kasih udah saling menguatkan selama 4 bulan di tanah orang.

## KATA PENGANTAR

### *Assalamualaikum Wr. Wb*

Segala puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya. Sehingga sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. terselesainya penulisan skripsi ini tak terlepas dari bimbingan, dorongan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan banyak terima kasih dengan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Mudjia Rahardjo selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. H. M. Lutfi Mustofa, M. Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Dr. A Khudori Soleh M.Ag, selaku dosen pembimbing terima kasih telah meluangkan waktu di tengah kesibukan Bapak untuk membimbing skripsi dan memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
5. Mayor Inf. Partono selaku Wakil Komandan Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian pada peserta Ekspedisi.
6. Saudara-saudaraku Prajurit Sangihe yang telah membantu mengisi angket untuk penelitian skripsi ini.



7. Korps Pasukan Khusus (KOPASSUS) Angkatan Darat yang memberiku kesempatan untuk melihat indahnya negara Indonesia sehingga mampu menambah wawasan dan pengalaman yang tak akan terbeli oleh harga apapun.
8. Tim Peneliti Sosial Budaya Sangihe, Letda Ricky Yakub, Mas Abidin, Cimut, Dina, Maria, Bobo, Ipin, Praka Hendrik, Praka Puloly, Pak Dzul, Serma Rony, Koptu Marijan, Pratu Andi yang telah berjuang bersama menggali seluruh kekayaan sosial budaya di ujung Nusa Utara.
9. Ayah dan Ibu tercinta yang selalu setia memberikan cinta dan kasih sayang disertai dengan iringan doa yang tiada henti.
10. Seluruh staff dan karyawan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terima kasih atas segala bantuannya.

Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung, semoga Allah SWT membalas amal kebaikan Anda semua. Amin.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna mengingat terbatasnya ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk menambah khasanah ilmu pengetahuan bagi pengembangan lembaga dan masyarakat luas.

***Wassalamualaikum Wr. Wb***

Malang, 13 September 2013

Penulis,

Feny Erliana

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
SURAT PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR DIAGRAM .....	xiv
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	10
C. Tujuan Penelitian .....	10
D. Manfaat Peneliatian .....	11
BAB II KAJIAN TEORI .....	12
A. Stres .....	12
1. Pengertian Stres .....	12
2. Penggolongan Stres.....	15
3. Sumber Stres .....	16

4. Tanda dan Gejala Stres .....	20
5. Tahapan Stres .....	22
6. Bentuk Reaksi Individu Terhadap Stres .....	26
7. Kesimpulan.....	29
8. Perspektif Islam Tentang Stres .....	29
9. Kesimpulan Islam Tentang Stres .....	33
B. Militer .....	34
C. Mahasiswa.....	37
D. Hipotesis .....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
A. Rancangan Penelitian .....	40
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	40
C. Definisi Operasional.....	41
D. Populasi dan Sampel .....	42
E. Metode Pengumpulan Data .....	43
F. Instrumen Penelitian .....	46
G. Prosedur Peneliatian.....	50
H. Validitas .....	51
I. Reliabilitas.....	53
J. Teknik Analisis Data.....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>56</b>
A. Deskripsi Objek Penelitian.....	56
B. Hasil Penelitian .....	61

<b>C. Pembahasan .....</b>	<b>74</b>
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>88</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>88</b>
<b>B. Saran.....</b>	<b>90</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi .....	42
Tabel 3.2 Skala Likert Modifikasi .....	47
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen .....	48
Tabel 3.4 Blue Print Sebaran Aitem Skala Stres.....	49
Tabel 4.1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Item Fisiologis.....	62
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Item Kognitif.....	63
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Item Emosi .....	65
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Item Perilaku Sosial .....	66
Tabel 4.5 Uji Hipotesis Bentuk Reaksi Fisiologis .....	69
Tabel 4.6 Uji Hipotesis Bentuk Reaksi Psikologis .....	70
Tabel 4.7 Uji Hipotesis Bentuk Reaksi Kognitif .....	71
Tabel 4.8 Uji Hipotesis Bentuk Reaksi Emosi.....	72
Tabel 4.9 Uji Hipotesis Bentuk Reaksi Perilaku Sosial.....	73
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa.....	80
Tabel 4.11 Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa .....	82
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Bentuk Reaksi Stres Militer.....	84
Tabel 4.13 Bentuk Reaksi Stres Militer .....	85

## **DAFTAR DIAGRAM**

Grafik 4.1 Diagram Distribusi Frekuensi Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa .....	81
Grafik 4.2 Diagram Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa.....	83
Grafik 4.3 Diagram Distribusi Frekuensi Bentuk Reaksi Stres Militer .....	84
Grafik 4.4 Diagram Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa.....	86

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

Lampiran I Angket Penelitian

Lampiran II Data Mentah Penelitian (Exel)

Lampiran III Hasil Uji Validitas dan Reabilitas

Lampiran IV Output Analisis Data Uji T

Lampiran V Surat Pernyataan Penelitian dari Wadan Sub Korwil-01

Lampiran VI Bukti Konsultasi

## ABSTRAK

**Erliana, Feny. 2013. Perbedaan Bentuk Reaksi Stres Mahasiswa dan Anggota Militer pada Peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe.**

**Dosen pembimbing: Dr. A Khudori Sholeh, M.Ag**

**Kata kunci: Bentuk Reaksi Stres, Mahasiswa, Anggota Militer**

---

Bentuk Reaksi Stres adalah bentuk reaksi individu terhadap stres yang menyebabkan individu bereaksi baik secara fisiologis maupun secara psikologis (respon). Bentuk reaksi psikologis di bagi menjadi 3 yaitu bentuk reaksi kognitif, emosi dan juga perilaku sosial. Mahasiswa adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi dan menjadi peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe. Militer adalah angkatan bersenjata dari suatu negara yang dipersenjatai dan dipersiapkan untuk melakukan pertempuran-pertempuran terutama dalam rangka pertahanan dan keamanan negara dan menjadi peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat perbedaan bentuk reaksi stres antara mahasiswa dan militer pada peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01/Kepulauan Sangihe, sehingga tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan bentuk reaksi stres antara mahasiswa dan militer pada peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01/Kepulauan Sangihe.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif komparasional. Mahasiswa dan Militer peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe sebagai variabel bebas dan Bentuk Reaksi Stres sebagai variabel terikat.. Subyek penelitian adalah Mahasiswa dan Militer peserta Ekspedisi NKRI 2013 Koridor Sulawesi Sub Korwil-01 Kepulauan Sangihe yang berjumlah 68 orang. Penelitian ini menggunakan sebuah skala sebagai alat ukur, yaitu skala stres yang disusun sendiri oleh peneliti dalam bentuk skala *likert* yang berjumlah 82 aitem.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bentuk reaksi stres antara mahasiswa dan militer terutama pada bentuk reaksi psikologis, dimana Mahasiswa cenderung mengalami reaksi stres kognitif (41%) baru kemudian emosi (36%), perilaku sosial (23%) dan fisiologis (0%) sedangkan Militer cenderung mengalami reaksi stres kognitif (43%) baru kemudian perilaku sosial (35%), emosi (13%) dan fisiologis (9%).