

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
KELUARGA DENGAN STRES PADA IBU RUMAH TANGGA
BERPENDIDIKAN TINGGI YANG TIDAK BEKERJA**

Lu'lu' Mafruchatun Nadhifah
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung Semarang
Email: Lulunadhifah91@gmai.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan stres pada ibu rumah tangga berpendidikan tinggi yang tidak bekerja di kelurahan Kedungmundu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan subjek yang berjumlah 138 orang. Metode pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan skala stres (20 aitem valid dengan $\alpha = 0,831$), skala efikasi diri (31 aitem valid dengan $\alpha = 0,925$), dan skala dukungan sosial keluarga (32 aitem dengan $\alpha = 0,944$). Teknik analisis data menggunakan regresi berganda dan korelasi parsial dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 20. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan stres. Nilai $R = 0,489$ dan skor F_{hitung} sebesar 21,249 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$) yang artinya hipotesis pertama dinyatakan diterima. Efikasi diri dengan stres serta mengontrol pada variabel dukungan sosial keluarga, diperoleh hasil uji korelasi r_{x1y} sebesar -0,380 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti hipotesis kedua pada penelitian ini dinyatakan diterima serta menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan stres. Dukungan sosial keluarga dengan stres dengan melakukan kontrol pada variabel efikasi diri, dari uji parsial diperoleh nilai $r_{x2y} = -0,010$ dengan signifikansi 0,908 ($p > 0,05$) yang artinya hipotesis ketiga pada penelitian ini dinyatakan ditolak atau tidak diterima. Efikasi diri dan dukungan sosial keluarga memberikan sumbangannya efektif sebesar 23,91% terhadap stres sedangkan sisanya 76,09% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Stres, Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICIENCY AND SOCIAL FAMILY SUPPORT WITH STRESS IN HOUSEHOLDS WITH HIGHER EDUCATIONAL EDUCATIONS WHO DO NOT WORK

Lu'lu' Mafruchatun Nadhifah
Faculty of Psychology
Sultan Agung Islamic University Semarang
Email: Lulunadhifah91@gmai.com

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and family social support with stress in highly educated housewives who do not work in Kedungmundu village. This study used quantitative method with a total of 138 subjects. The sampling method used purposive sampling. Data collection used stress scale (20 valid items, $\alpha= 0.831$), self-efficacy scale (31 valid items, $\alpha= 0.925$), and family social support scale (32 items, $\alpha= 0.944$). The data analysis technique used multiple regression and partial correlation using the SPSS version 20. The results of the first hypothesis test showed a negative relationship between self-efficacy and family social support and stress. The value of $R= 0.489$ and the F_{count} score of 21,249 with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$), which means that the first hypothesis was accepted. Self-efficacy with stress and controlling family social support variables, obtained results of the $r_{x1y}= -0.380$ with a significance of 0.000 ($p < 0.05$), which means that the second hypothesis in this study was accepted and showed a significant negative relationship between self-efficacy and stress. Family social support with stress by controlling the self-efficacy variable, from the partial correlation test obtained the value of $r_{x2y}= -0.010$ with a significance of 0.908 ($p > 0.05$), which means that the third hypothesis in this study was rejected or not being accepted. Self-efficacy and social support provided an effective contribution of 23.91% to stress while the remaining 76.09% influenced by other factors.

Keywords: Stress, Self-Efficacy, Family Social Support