

**HUBUNGAN *STRESS MANAGEMENT* TERHADAP  
BEBAN GANDA ISTRI YANG MENIKAH DI  
USIA DINI DI DESA MARAS SENANG  
KABUPATEN BANGKA**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh:**

**ANDINI YUNI ASTUTI**

**2024033**

**Program Studi Psikologi Islam**

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam**

**Kepada :**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SYAIKH**

**ABBURRAHMAN SIDDIK**

**BANGKA BELITUNG**

**2024**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Kep. Bangka Belitung 33173  
E-mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id) Website : [iainsasbabel.ac.id](http://iainsasbabel.ac.id)

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME**  
**Nomor : B. 692/FD/B12/PP.00.9/10/2024**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Andini Yuni Astuti  
NIM : 2024033  
Program : Strata 1  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Hubungan Stress Management terhadap Beban Ganda Istri yang Menikah di Usia Dini di Desa Maras Senang Kabupaten Bangka

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 22%.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 21 Oktober 2024

Dekan,

  
  
Dr. Fussydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 196601051997031001

### HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Andini Yuni Astuti  
Nim : 2024033  
Jurusan : Dakwah Dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Stress Management Terhadap Beban Ganda Istri yang Menikah di Usia Dini di Desa Maras Senang Kabupaten Bangka**" Ini adalah asli karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi mana pun. sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali secara tertulis dijadikan acuan / kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 27 Agustus 2024



Andini Yuni Astuti

NIM 20204033



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov.  
Kep. Babel, 3173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Andini Yuni Astuti

Kepada Yth.  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung  
Di Bangka

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan,  
maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

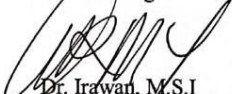
Nama : Andini Yuni Astuti  
NIM : 2024033  
Prodi : Psikologi Islam  
Judul Skripsi : Hubungan *Stress Management* Terhadap Beban Ganda Istri  
yang Menikah di Usia Dini di Desa Kabupaten Bangka

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama  
Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi  
sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Harapan kami Semoga  
dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya  
diucapkan terima kasih.

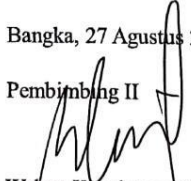
*Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.*

Pembimbing I

  
Dr. Irawan, M.S.I  
NIP19720527005011006

Bangka, 27 Agustus 2023

Pembimbing II

  
Wahyu Kurniawan, M.Psi. Psikolog  
NIP197402132009011005



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jln. Raya Mentok KM 13, Desa Petaling, Kcc. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep.  
Babel, 33173

**NOTA DINAS KONSULTAN**

Hal: Skripsi

Saudari Andini Yuni Astuti

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Di Bangka

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan beberapa kali Konsultansi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa:

Nama : Andini Yuni Astuti

NIM : 2024033

Prodi : Psikologi Islam

Judul Skripsi : Hubungan *Stress Management* Terhadap Beban Ganda Istri Yang Menikah Di Usia Dini Di Desa Maras Senang Kabupaten Bangka

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum, Wr. Wb.*

Bangka, 17 Oktober 2024

Konsultan I

Konsultan II

Dr. Zaprul Khan, M.S.I  
NIP.1972021320090110005

Zulkarnain, M.A  
NIDN. 2002039001





# KEMENTERIAN AGAMA RI

## INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

### SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung

E-Mail: [humas@iainsasbabel.ac.id](mailto:humas@iainsasbabel.ac.id)

Website: [www.iainsasbabel.ac.id](http://www.iainsasbabel.ac.id)

#### PENGESAHAN

Nomor: B - 318 /FD/10/2024

Skripsi dengan judul: Hubungan *Stress Management* Terhadap Beban Ganda Istri yang Menikah di Usia Dini di Desa Maras Senang Kabupaten Bangka

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Andini Yuni Astuti  
N I M : 2024033  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam  
Program Studi : Psikologi Islam

telah di munaqasyahkan pada hari : Rabu Tanggal 2 Oktober 2024 dengan nilai A (86,15), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Psi.

#### DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,

Dr. Irawan, M.S.I  
NIP. 197205272005011006

Pembimbing II,

Wahyu Kurniawan, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198812252023211028

Penguji I,

Dr. Zapulkhan, M.S.I  
NIP. 197402132009011005

Penguji II,

Zulkarnain, M.A  
NIDN.2002039001

Ketua Panitia

Arifah, M.A  
NIP. 199205042020122020

Bangka, 23 Oktober 2024

Dekan,

Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag  
NIP. 19660105199703100



## **MOTTO**

**"Dan barang siapa yang bertakwa kepada Allah, niscaya Allah menjadikan baginya kemudahan dalam urusannya." (Q.S At-Talaq: 4)**

**"Ketika kita bersyukur, kita menegaskan bahwa sumber kebaikan ada dalam hidup kita"**

**~Robert A Emmons~**

**"Berubah menjadi lebih baik untuk mendapatkan sesuatu yang terbaik"**

**~Andini Yuni Astuti ~**

## PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Peneliti panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah -Nya kepada semua hamba-Nya sehingga kita bisa merasakan nikmatnya yaitu anugerah iman dan keislaman hingga saat ini. Doa beriring salam selalu kita curahkan kepada baginda besar kita yaitu Nabi Muhammad SAW yang telah membawa rahmat bagi makhluknya dan semoga kita mendapat pertolongan-Nya di hari akhir nanti.

Memulai suatu hal yang baik tidaklah mudah, terutama dalam menjaga dan mengarahkannya dalam ke tingkat yang lebih baik dan sempurna, sebagaimana dengan halnya dengan penulisan skripsi ini. Peneliti memulai proses penulisan skripsi dengan kesabaran, tekad kuat, dan usaha yang gigih. Sembari berdoa agar diberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan mudah. Seiring dengan hal tersebut, kesempurnaan dalam penulisan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan nasehat yang diterima dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Orang tua tercinta, Ayahanda Amzan (Alm) beliau memang tidak sempat menemani saya dalam perjalanan menempuh masa pendidikan. Alhamdulillah kini penulis sudah menyelesaikan karya tulis sederhana ini sebagai perwujudan terakhir sebelum engkau benar – benar pergi. Terima kasih sudah menjadi ayah terhebat dalam hidupku dan untuk Ibunda tercinta



Yurnaini terima kasih sudah menjadi ibu terbaik yang selalu memberikan semangat dan selalu mendoakan saya dalam setiap langkah, terima kasih sudah selalu berjuang untuk saya.

2. Abang dan kakak – kakak saya terima kasih sudah memberi dukungan saya dalam mengerjakan skripsi ini serta selalu mendoakan saya untuk dimudahkan dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Teman – teman seperjuangan terima kasih sudah berkenan menemani diri ini dalam berproses, serta memberi semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Terakhir untuk diri saya sendiri, Andini Yuni Astuti. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Terima kasih sudah berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai titik ini. Walau sering kali berputus asa atas apa yang dilakukan dan belum berhasil, namun terima kasih sudah menjadi manusia yang selalu berusaha dan tidak lelah mencoba. Terima kasih telah menyelesaikan skripsi ini sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri.

**Hubungan *stress management* terhadap beban ganda istri yang menikah di usia dini di desa maras senang kabupaten bangka**

**SKRIPSI**

Andini Yuni Astuti

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Psikologi Islam

Institut Agama Islam Negeri Syeikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

**Abstrak**

Fenomena pernikahan dini pada anak – anak disebabkan kurangnya pemahaman akan dampak dari pernikahan dini. Kurangnya pemahaman akan pernikahan dini akan berdampak buruk bagi psikologis dan mental anak, terutama perempuan karena setelah menikah akan dituntut untuk mengurus rumah tangga dan bekerja untuk membantu perekonomian keluarga. Salah satu dampak dari pernikahan dini yaitu terjadinya beban ganda. Beban ganda ialah merupakan beban yang diterima jenis salah satu jenis kelamin lebih banyak dari pada jenis kelamin lainnya. Beban ganda bisa berdampak pada stres. Stres merupakan gangguan mental yang terjadi pada seseorang karena adanya tekanan. Stres bisa di kelola dengan cara *stress management*. *Stress management* bertujuan untuk pengelolaan terhadap stress. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *stress management* terhadap beban ganda istri yang menikah di usia dini di desa Maras Senang Kabupaten Bangka. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian kolerasional. Populasi pada penelitian ini adalah Istri yang Menikah Dini di Desa Maras Senang Kabupaten Bangka sebanyak 60 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 30 orang yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *stress management* dengan *cronbach's alfa* 0,926 dan skala beban ganda dengan *cronbac'h alfa* 0,864. Hasil uji koefisien determinasi menunjukkan nilai R Square sebesar 0,600. Hasil ini menunjukkan bahwa pengaruh *stress management* terhadap beban ganda sebesar 60% dan 40 % dipengaruhi variabel lain. Didapatkan juga nilai signifikan  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa *stress management* dan beban ganda memiliki hubungan, yang artinya  $H_0$  diterima.

**Kata Kunci:** *Stress management*, beban ganda, pernikahan dini, stress

**“THE RELATIONSHIP OF STRESS MANAGEMENT TO THE DOUBLE BURDEN  
OF WIVES WHO GET MARRIED AT AN EARLY AGE IN VILLAGE MARAS  
SENANG, BANGKA REGENCY”**

**SKRIPSI**

Andini Yuni Astuti

Faculty of Da'wah and Islamic Communication

Islamic Psychology Study Program

Sheikh Abdurrahman Siddik State Islamic Institute

Bangka Belitung

**Abstract**

*The phenomenon of early marriage in children is due to a lack of understanding of the impact of early marriage. Lack of understanding of early marriage will have a bad impact on children's psychology and mentality, especially women because after marriage they will be required to take care of the household and work to help the family economy. One of the impacts of early marriage is the occurrence of double burdens. A double burden is a burden that is received by one gender more than the other. Double loads can have an impact on stress. Stress is a mental disorder that occurs in a person due to pressure. . Stress can be managed by stress management. Stress management aims to manage stress. This study aims to determine the relationship of stress management to the double burden of wives who get married at an early age in village x, Bangka Regency. The type of research used is a quantitative method with a correlational research design. The population in this study is 60 Wives Who Marry Early in Village Maras Senang, Bangka Regency. The number of samples in this study was 30 people who were taken using the purposive sampling technique. This research instrument used a stress management scale with a cronbach's alpha of 0.926 and a double load scale with a cronbac'h alpha of 0.864. The results of the determination coefficient test showed that the indigo R Square was 0.600. These results show that the effect of stress management on double burden by 60% and 40% is influenced by other variables. It was also obtained that indigo was significant  $0.000 < \text{from } 0.05$ , so it can be concluded that stress management and double burden have a relationship, which means that  $h_0$  is accepted.*

**Keywords:** *Stress Management, Double Burden, Early Marriage, Stress*

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahrobbil'alamin*, segala puji dan syukur peneliti haturkan kehadirat Allah SWT yang telah menganugerahkan rahmat serta inayah- Nya, sehingga peneliti diberikan kekuatan dan kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam kepada Rasulullah SAW yang telah membawa kita umatnya dari zaman kebodohan menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini. Semoga kita semua mendapatkan syafa'atnya di akhirat nanti, aamiin.

Penulisan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang hubungan *stres management* terhadap beban ganda istri yang menikah di usia dini di desa Maras Senang Kabupaten Bangka. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, beserta staf.
3. Dr. Iqram Faldiansyah, M.A, selaku Wakil Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
4. Oktarizal Drianus, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
5. Yandi Hafizallah, M.A, Psikolog, selaku Penasehat Akademik.
6. Dr. Irawan, M.S,I, selaku Pembimbing I.
7. Wahyu Kurniawan, M.Psi. Psikolog, selaku Pembimbing II.
8. Dr. Zaprulkan, M.S.I Selaku Penguji I.
9. Zulkarnain, M.A Selaku Penguji II.
10. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
11. Rekan-rekan seperjuangan yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini.

Demikianlah karya kecil ini yang dapat saya persembahkan dengan segenap daya dan upaya. Namun, sebagaimana manusia tentunya pasti memiliki keterbatasan. Peneliti

menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati peneliti menerima kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin Ya Rabbal'alaamiin.

Bangka, 27 Agustus 2024

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Andini Yuni Astuti', enclosed within a thin black rectangular border.

Andini Yuni Astuti  
NIM. 2024033

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN .....	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
<b>BAB I</b>	
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Telaah Pustaka .....	10
F. Kerangka Teori.....	12
G. Kerangka Berpikir.....	14
H. Hipotesis .....	14
I. Sistematika Penulis .....	15
<b>BAB II</b>	
<b>STRESS MANAGEMENT, BEBAN GANDA DAN     PERNIKAHAN DINI.....</b>	<b>17</b>
A. Stress Management .....	17
1. Definisi Stress Management.....	17
2. Aspek – Aspek Stress Management .....	18



	3. Faktor – Faktor Stress Management.....	19
B.	Beban Ganda.....	20
	1. Definisi Beban Ganda .....	20
	2. Aspek – Aspek Beban Ganda.....	21
	3. Faktor – Faktor Beban Ganda .....	22
C.	Pernikahan Dini .....	23
	1. Definisi Pernikahan Dini.....	23
	2. Aspek – Aspek Pernikahan Dini.....	24
	3. Faktor – Faktor Pernikahan Dini .....	25
	4. Dampak Pernikahan Dini .....	27
D.	Hubungan Stress Management Terhadap Beban Ganda Istri Yang Menikah Di Usia Dini.....	28
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A.	Jenis dan Desain Penelitian .....	31
	1. Jenis Penelitian .....	31
	2. Desain Penelitian .....	31
B.	Subjek Penelitian .....	32
	1. Populasi .....	32
	2. Sampel Penelitian.....	32
C.	Lokasi Penelitian.....	33
D.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	33
E.	Definisi Konseptual .....	33
	1. Stress Management .....	33
	2. Beban Ganda.....	34
F.	Definisi Operasional .....	34
	1. Stress Management .....	34

2. Beban Ganda.....	35
G. Metode Pengumpulan Data .....	35
1. Observasi .....	35
2. Kuesioner.....	36
a. Skala Stress Management .....	36
b. Skala Beban Ganda .....	37
H. Prosedur Penelitian .....	39
1. Persiapan Administrasi.....	40
2. Persiapan Alat Ukur .....	40
3. Uji Coba Alat Ukur .....	40
I. Uji Coba Keterbacaan Alat Ukur .....	40
J. Uji Coba Alat Ukur.....	42
1. Uji Validasi.....	43
2. Uji Reliabilitas .....	47

**BAB IV HUBUNGAN STRESS MANAGEMENT TERHADAP BEBAN GANDA ISTRI YANG MENIKAH DI USIA DINI DI DESA X KECAMATAN BANGKA.....51**

A. Uji Asumsi.....	51
1. Uji Normalitas.....	51
2. Uji Linieritas .....	53
B. Gambaran Umum Responden Penelitian.....	54
C. Uji Hipotesis .....	55
1. Hasil Uji Korelasi.....	55
2. Hasil Uji Simultan (Uji F).....	57
D. Uji Koefisien Determinasi.....	57
E. Analisa Deskriptif.....	58
F. Pembahasan Hasil Penelitian .....	61

1. Hubungan <i>Stress Management</i> Terhadap Beban Ganda Istri Yang Menikah Di Usia Dini .....	61
2. Hubungan Secara Bersama <i>Stress Management</i> Terhadap Beban Ganda Istri Yang Menikah Di Usia Dini .....	62

BAB V	PENUTUP .....	63
	A. Kesimpulan .....	63
	B. Saran .....	64

DAFTAR PUSTAKA .....

Lampiran - Lampiran

## DAFTAR TABEL

Tabel I. 1 Kerangka Teoritis .....	13
Tabel I. 2 Kerangka Berpikir .....	14
Tabel II. 3 Dinamika Variabel.....	30
Tabel III. 4 Kisi – Kisi Instrumen Variabel <i>Stress Management</i> .....	36
Tabel III. 5 Kisi – Kisi Instrumen Variabel Beban Ganda .....	37
Tabel III. 6 Lembar Uji Keterbacaan .....	41
Tabel III. 7 Hasil Uji Coba Keterbacaan.....	41
Tabel III. 8 Hasil Uji Validitas <i>Stress Management</i> .....	43
Tabel III. 9 Hasil Uji Validitas Beban Ganda .....	45
Tabel III. 10 Hasil Reliabilitas <i>Stress Management</i> .....	47
Tabel III. 11 Hasil Reliabilitas Beban Ganda.....	48
Tabel III. 12 Hasil Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Stress Management</i> .....	48
Tabel III. 13 Hasil Sesudah Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Stress Management</i> .....	49
Tabel III. 14 Hasil Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas Beban Ganda.....	49
Tabel III. 15 Hasil Sesudah Uji Validitas dan Reliabilitas Beban Ganda .....	50
Tabel IV. 16 Hasil Uji Normalitas .....	51
Tabel IV. 17 Hasil Uji Normalitas Regresi .....	52
Tabel IV. 18 Hasil Linieritas .....	53
Tabel IV. 19 Demografi Responden Penelitian.....	54
Tabel IV. 20 Koefisien Corelasi Product Moment .....	55
Tabel IV. 21 Hasil Korelasi .....	56
Tabel IV. 22 Hasil Uji Simultan (Uji F).....	57
Tabel IV. 23 Hasil Determinasi .....	58
Tabel IV. 24 Kriteria Skor Variabel Penelitian .....	59
Tabel IV. 25 Analisis Deskriptif Variabel X <i>Stress Management</i> .....	59

Tabel IV. 26 Analisis Deskriptif Variabel Y Beban Ganda .....	60
---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran I Lembar Kusioner Sebelum dan Sesudah Uji Coba

Lampiran II Uji Keterbacaan

Lampiran III Blue Print Instrumen Sebelum dan Sesudah Uji Coba

Lampiran IV Tabel Hasil Uji Validitas Dan Reabilitas

Lampiran V Tabulasi Data

Lampiran VI Hasil Uji SPSS

Lampiran VII SK Pembimbing

Lampiran VIII Kartu Bimbingan Skripsi

Lampiran XI Sertifikat PBAK

Lampiran X Surat Keterangan KKN

Lampiran XI Sertifikat TOEFL

Lampiran XII Surat Keterangan Bebas Plagiarisme