

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2001. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Atkinson. dkk. 1996. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Arikunto, S. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineta Cipta.
- Bandura, A. 1997. *Self Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Cohen, S. & Syme, S.L. 1985. *Social Support and Health*. London: Academic Press, Inc.
- Crider, A.B., Goehals, G.R., Kavanough, R.D., & Solomon, P.R. 1983. *Psychology*. Illinois: Sott, Foresman & Company.
- dr. Enting Prihantina. *Kartini, Pembuka Jalan Wanita*. [www.bappenas.go.id](http://www.bappenas.go.id). (Akses pada 30 April 2007)
- Eva Irmawaty Ginting. 2000. *Hubungan Konflik Peran Ganda dengan Stres pada Perempuan Bekerja*. Universitas Proklamasi '45. Yogyakarta. Tidak di terbitkan.
- Hadi, S.1997. *Metode Penelitian II*. Yogyakarta: Andi Offset.
- \_\_\_\_\_. 1998. *Statistik II*. Yogyakarta: Andi Offset.
- \_\_\_\_\_. 2000. *Analisa Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hardjana, A.M. 1994. *Stres Tanpa Distres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hurlock, B, E. 1996. *Psikologi Perkembangan*. Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga
- Hawari, D. 2006. *Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Handoko, T.H. 1995. *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Edisi ke-2. Yogyakarta: BPPE Universitas Gadjah Mada.
- Haditono, S.R, Monks, F. J & Knoers, A.M.P. 1991. *Psikologi Perkembangan dalam Berbagai Bagianya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Hesti Nugrahati. 2007. *Akibat "Beban Ganda" Perempuan Rentan Stres*. Harian Pikiran Rakyat.
- Jacinta F. Rini. MSi. 2002. *Wanita Bekerja*. [www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com). (Akses pada 30 April 2007)

- Johnson, D.W. & Johnson, F.P. 1991. *Joining Together: Group Theory and Group Skill*. Englewoods Clifts: Prentice Hall, Inc.
- Mulyadi, E. 2000. *Muslimah at Work*. Jakarta: Gagas Media.
- Nevid, S, J. dkk. 2005. *Psikologi Abnormal*. Jilid I. Jakarta: Erlangga.
- Ogden, J. 2000. *Healt Psychology. A Text Book*. Buckingham: Open University Press.
- Sarafino, E.P. 1998. *Healt Psychology: Biopsychosocial Intervention*. Third Edition. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sunaryo. 2006. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Smett, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT.Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sitorus. R.E.N. 2006. *Hubungan antara Dukungan Suami dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Primi Gravida pada Pasien di Klinik Bersalin Ren Pane dan Rumah Bersalin Harapan Ibu Medan*. Universitas Medan Area. Tidak di terbitkan.
- Tjiptoherijanto, Prijono. 1997, *Migran Nakerwan*, Makalah disampaikan pada serial diskusi yang ke VII dengan tema “Permasalahan Perempuan Pekerja Migran Indonesia”. Jakarta, 5 Maret 1997.
- Wirawan, S. 1991. *Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Rajawali Press.
- \_\_\_\_\_. 2002. *Hubungan Variabel Kepribadian dan Motivasional*. [www.stie-stikubank.ac.id](http://www.stie-stikubank.ac.id) (Akses pada 25 mei 2007)
- \_\_\_\_\_. 2007. *Stres pada wanita*. [www.depkes.co.id](http://www.depkes.co.id) (Akses pada 25 mei 2007)

**IDENTITAS DIRI**

NAMA (INISIAL) :  
 USIA :  
 MASA KERJA :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Berikut ini akan saya sajikan beberapa pernyataan, saudara diminta untuk menyatakan pendapat terhadap seluruh pernyataan yang ada pada lembar jawaban yang telah disediakan sesuai dengan keadaan diri saudara dengan cara memilih:

SS : Bila saudara SANGAT SETUJU dengan pernyataan yang disajikan  
 S : Bila saudara SETUJU dengan pernyataan yang disajikan  
 TS : Bila saudara TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang disajikan  
 STS : Bila saudara SANGAT TIDAK SETUJU dengan pernyataan yang disajikan

Saudara hanya diperbolehkan memilih 1 (satu) pilihan jawaban dengan memberikan tanda checklist ( √ ) pada pilihan saudara di samping setiap pernyataan.

Jawaban diharapkan sesuai dengan keadaan diri saudara dan diharapkan saudara serius dalam mengerjakannya. Oleh karena itu apapun jawaban yang saudara berikan tidak ada yang salah dan sedapat mungkin tidak satupun pernyataan yang terlewatkan.

Contoh:

Pernyataan	SS	S	TS	STS
Dalam bekerja, saya menurut pikiran sendiri		√		

Tanda checklist ( √ ) menunjukkan bahwa saudara setuju dengan pernyataan yang diajukan.

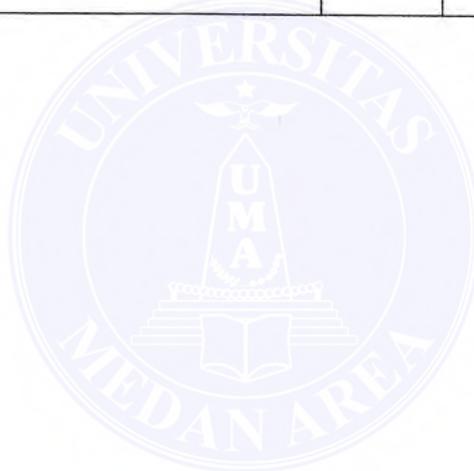
SELAMAT BEKERJA

## SKALA A

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Dukungan suami membantu meningkatkan harga diri saya				
2	Suami tidak bersedia memberikan informasi terkait dengan pekerjaan saya				
3	Bila saya mengalami kesulitan materi yang menghambat pekerjaan saya, suami siap membantu				
4	Suami saya tidak ada keterdekatan emosional dengan saya				
5	Suami senantiasa memberikan dorongan pada saya terkait pekerjaan di rumah dan di kantor				
6	Suami saya justru menambah banyak masalah				
7	Saya mendapat nasihat yang berarti dari suami mengenai peran ganda yang saya alami				
8	Suami tidak berkenan membantu dalam hal materi terkait dengan pekerjaan di rumah atau di kantor				
9	Suami adalah orang yang paling dekat dengan saya				
10	Suami kurang memberikan dorongan selama saya menjalani peran ganda				
11	Bila saya ragu terhadap kemampuan saya, suami membantu meyakinkan saya				
12	Suami tidak memberikan nasihat selama saya menjalani peran ganda saya				
13	Kesulitan dalam menjalani peran ganda tidak saya rasakan karena bantuan materi dari suami cukup besar				
14	Bagi saya, suami adalah orang asing yang sulit saya pahami				
15	Suami memberikan dorongan agar target kerja saya tercapai				
16	Suami tidak peduli dengan masalah yang saya hadapi				
17	Ketika saya bermasalah dengan tugas di rumah dan di kantor, suami memberikan saran yang berguna bagi saya				
18	Meskipun saya kesulitan materi, suami tetap tidak peduli				
19	Suami adalah juga teman berbagi yang menyenangkan				

20	Selama saya berperan ganda, saya merasa berjalan sendiri tanpa dorongan suami				
21	Suami begitu banyak membantu mencari jalan keluar masalah saya				
22	Lebih baik saya mencari informasi tentang pekerjaan saya ditempat lain daripada harus bertanya pada suami				
23	Suami saya selalu bersedia memberikan fasilitas yang meringankan tugas saya				
24	Suami tidak mempedulikan saya				
25	Suami banyak memberikan dorongan agar saya tetap bersemangat dalam menjalani peran ganda saya				
26	Suami tidak pernah mau tahu tentang pekerjaan saya di rumah atau pun di kantor				
27	Suami bersedia memberikan informasi yang saya butuhkan tentang pekerjaan saya				
28	Saya tidak mungkin meminta bantuan materi dari suami				
29	Suami merupakan orang yang paling mengerti tentang saya				
30	Suami tidak pernah memberikan semangat jika saya mengalami masalah pekerjaan				
31	Bila tugas saya tidak selesai, suami selalu menanyakan sebabnya				
32	Saya merasa tidak ada gunanya bertanya tentang pekerjaan pada suami				
33	Suami memberi izin pada saya menggunakan kendaraannya untuk pekerjaan saya				
34	Suami dan saya cenderung menjaga jarak				
35	Suami adalah motivator dalam hidup saya				
36	Suami tidak memberikan dorongan apapun pada saya				
37	Saya merasa terbantu oleh nasihat dari suami saya				
38	Suami tidak mau memberikan izin pada saya memakai kendaraannya				
39	Suami adalah salah satu orang terbaik dalam hidup saya				
40	Suami tidak terbiasa memotivasi saya dalam pekerjaan di rumah atau di kantor				
41	Perhatian suami terhadap peran ganda saya sangat besar				
42	Rasanya saya tidak mendapat masukan apapun dari suami selama saya menjalani peran ganda				

43	Bantuan materi dari suami sangat membantu pekerjaan saya				
44	Suami tidak begitu suka berdekatan dengan saya				
45	Bila sedang berbincang-bincang dengan suami, semangat saya dalam menjalani peran ganda makin bertambah				
46	Suami tidak peduli dengan apapun yang saya alami				
47	Bila saya ada masalah, suami selalu bersedia menjadi tempat mencurahkan perasaan				
48	Sangat sulit untuk meminta bantuan materi dari suami				
49	Suami adalah orang yang sangat mengenal diri saya				
50	Saya tidak merasakan dorongan sedikit pun yang diberikan oleh suami terkait peran ganda yang saya jalani				



## SKALA B

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya mudah merasa tidak kuat bila menghadapi masalah dalam hidup				
2	Saya memiliki banyak keterampilan dalam memecahkan masalah				
3	Saya sangat meragukan kemampuan saya dalam menyelesaikan masalah				
4	Saya berusaha sekuat tenaga dalam menghadapi segala persoalan hidup				
5	Saya merasa tidak memiliki kemampuan dalam banyak hal				
6	Saya yakin mampu menghadapi tugas sulit yang diberikan pada saya				
7	Saya mudah putus asa ketika menghadapi masalah				
8	Saya memiliki banyak ide untuk menyelesaikan masalah				
9	Saya tidak yakin dengan kemampuan saya dalam menyelesaikan persoalan hidup				
10	Saya termasuk orang yang ulet				
11	Saya merasa kemampuan saya untuk memecahkan persoalan sangat sedikit				
12	Saya cenderung menyukai tugas dengan tingkat kesulitan sedang				
13	Sekecil apapun masalah dalam hidup ini, saya yakin tidak mampu menghadapinya				
14	Saya mampu menyelesaikan banyak tugas secara bersamaan				
15	Saya tidak yakin dengan tugas yang diberikan, makanya saya sangat pemilih				
16	Saya tidak akan menyerah sebelum masalah saya selesai				
17	Saya sulit mendapatkan ide untuk memecahkan masalah				
18	Meskipun masalah yang menimpa saya cukup rumit, saya percaya bahwa saya mampu mengatasinya				
19	Rasanya saya ingin menyerah ketika menghadapi masalah yang sulit				
20	Saya mempunyai pengetahuan yang luas tentang berbagai persoalan				
21	Saya langsung menyatakan tidak sanggup bila dihadapkan pada tugas yang sulit				

22	Saya tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan dalam pekerjaan				
23	Saya merasa tidak memiliki keahlian apapun				
24	Sebesar apapun persoalan dalam hidup, saya yakin dapat menghadapinya				
25	Rasanya saya tidak kuat lagi menanggung beban hidup saya				
26	Saya yakin bahwa saya memiliki keterampilan yang cukup dalam berbagai hal				
27	Saya akan memilih menghindar bila dihadapkan pada masalah yang saya pandang sulit				
28	Pantang menyerah merupakan prinsip kerja saya dalam menghadapi masalah				
29	Saya hanya mampu menyelesaikan sebagian kecil dari tugas yang diberikan pada saya				
30	Tidak ada yang sulit bila saya yakin mampu menghadapinya				
31	Saya cenderung menyerah ketika menghadapi kegagalan				
32	Keterampilan saya memecahkan masalah cukup beragam				
33	Bila tugas yang diberikan pada saya sangat sulit, saya langsung menolak				
34	Saya yakin dengan potensi yang ada pada diri saya				
35	Keterampilan saya untuk menyelesaikan masalah sangat minim				
36	Saya menyukai pekerjaan-pekerjaan yang menantang				

## SKALA C

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya diliputi kekhawatiran tentang peran ganda yang saya jalani				
2	Saya mampu berpikir logis saat mengerjakan tugas di rumah dan di kantor				
3	Peran ganda membuat saya mudah lelah				
4	Saya bahagia dapat menjadi seorang ibu rumah tangga sekaligus bekerja diluar rumah				
5	Saya sulit berkonsentrasi saat bekerja di kantor karena memikirkan anak di rumah				
6	Saya merasa tetap sehat selama berperan ganda				
7	Tugas di rumah dan di kantor membuat saya tertekan setiap saat				
8	Saya mampu berkonsentrasi dengan baik selama menjalani peran ganda				
9	Bila ingat pekerjaan di rumah dan di kantor kepala saya langsung pusing				
10	Emosi saya cukup terkendali selama menjalaniperan ganda				
11	Saat menjalani peran ganda, saya mudah lupa tentang banyak hal				
12	Nafsu makan saya tetap baik selama menjalani peran ganda				
13	Saya merasa sangat bersalah bila pekerjaan di rumah dan di kantor tidak selesai				
14	Saya mampu menjalani peran ganda dengan pikiran jernih				
15	Akibat peran ganda, saya mudah mengalami migrain				
16	Saya mampu bersikap tenang dalam menyelesaikan tugas di rumah dan di kantor				
17	Saya sulit berpikir logis saat mengerjakan pekerjaan di rumah dan di kantor				
18	Selama saya menjalani peran ganda, pencernaan saya tidak terganggu				
19	Saya merasa terancam setiap kali mengingat peran ganda yang saya jalani				
20	Saya merasa bertambah kreatif karena peran ganda yang saya jalani				
21	Otot saya mudah nyeri dalam menyelesaikan tugas di rumah dan di kantor				
22	Saya bersemangat saat mengerjakan tugas di rumah dan di kantor				

23	Saya merasa mudah bingung dalam menyelesaikan pekerjaan di rumah dan di kantor				
24	Saya merasa kesehatan saya tidak terganggu sejak menjalani peran ganda				
25	Saya merasa gelisah selama bekerja karena memikirkan anak-anak di rumah				
26	Bekerja diluar rumah menambah pengetahuan dan wawasan saya				
27	Ketahanan tubuh saya semakin menurun akibat peran ganda				
28	Tidak ada ketakutan sedikit pun dalam diri saya dalam menjalani peran ganda				
29	Peran ganda membuat saya sulit berpikir dengan baik				
30	Saya tidak mengalami sakit yang serius akibat peran ganda yang saya jalani				
31	Rasanya peran ganda membuat saya mudah marah				
32	Peran ganda membuat saya belajar lebih banyak tentang berbagai hal				
33	Saya mengalami sakit kepala karena permasalahan di rumah dan di kantor				
34	Saya senang bekerja diluar rumah karena saya dapat mengaktualisasikan diri				
35	Peran ganda membuat saya merasa tidak memiliki kemampuan sedikit pun				
36	Ketahanan tubuh saya tidak mengalami penurunan karena peran ganda yang saya jalani				

Nomor : 0501 /FO/PP/2008  
Lampiran : -  
Hal : **Pengambilan Data**

17 Juni 2008

Yth. Bupati Aceh Tengah  
Jalan Kl. Yos Sudarso  
Aceh Tengah

Dengan hormat,

Bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Rizka Indayana  
NPM : 03.860.0075  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data pada *Pemerintahan Kabupaten Aceh Tengah*, guna penyusunan skripsi yang berjudul: **“Hubungan antara Dukungan Suami dan *Self Efficacy* dengan Stres pada Wanita yang berperan Ganda di Kantor Pemerintahan Kabupaten Aceh Tengah.”**

Perlu kami jelaskan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.



Dra. Irna Minauli, M.Si.

Tembusan :  
UNIVERSITAS MEDAN AREA

1. Mahasiswa Ybs.

2. Pertinggal



PEMERINTAH KABUPATEN ACEH TENGAH

## SEKRETARIAT DAERAH

فمرنته كبوفاتن اجبه تفه

سكوتاريات دانيراه

Jln. Commodore Yos Sudarso No. 10 Telp. (0643) 21159-21129 Takengon

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 061 / 13981 / 2008

Sehubungan dengan Surat Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Nomor 0581/FO/PP/2008 tanggal 17 Juni 2008 hal Pengambilan Data, bersama ini disampaikan bahwa :

Nama : Rizka Indayana  
NPM : 03.860.0075  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Benar nama tersebut diatas telah melakukan pengambilan data pada tanggal 1 Juli s/d 4 Juli 2008 di lingkungan Sekretariat Daerah Kabupaten Aceh Tengah dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan antara dukungan suami dan self efficacy dengan stress pada wanita yang berperan ganda di kantor Pemerintahan Kabupaten Aceh Tengah".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan seperlunya.

Takengon, 22 Juli 2008.

a.n. BUPATI ACEH TENGAH  
Sekretaris Daerah

u.b

Asisten Administrasi Umum



ARSLAN ABD. WAHAB, SE,MM  
Pembina Tk.I  
NIP. 390 012 249