

LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Aitem Stres Kerja

No	Pernyataan	STS	STS	STS	STS	STS
1	Detak jantung saya terasa lebih cepat ketika deadline tugas semakin dekat					
2	Konflik dengan rekan kerja lebih mudah terjadi ketika tuntutan tugas banyak					
3	Ketika tugas menumpuk, saya memilih tidak membantu rekan-rekan					
4	Kepala saya pusing ketika pekerjaan dating terus menerus					
5	Saya merasa khawatir ketika tidak segera menemukan solusi dalam menghadapi masalah pekerjaan					
6	Saya mudah membentak orang lain atas kesalahan yang dilakukan dalam menyelesaikan pekerjaan					
7	Kepala saya terasa sakit ketika berurusan dengan pekerjaan					
8	Saya cemas ketika pekerjaan menumpuk					
9	Persaingan dalam lingkungan kerja mengakibatkan saya merasa berat untuk masuk kerja					
10	Nafas saya berat saat ada tugas mendadak					
11	Saya tiba-tiba malas jika tidak ada orang lain yang membantu					
12	Saya memilih tidak masuk kerja ketika pekerjaan sedang padat					
13	Saya berkeringat dingin ketika jam dinas saya bertambah					
14	Saya merasa gelisah ketika melaksanakan tugas yang kurang jelas informasinya					
15	Ketika ada dinas tambahan di hari libur saya, saya memilih pergi bersama keluarga					
16	Perut saya mulas saat ada tuntutan untuk bekerja saat liburan					
17	Saya sulit mengawali tidur ketika mempunyai tanggungan kerja yang banyak					

18	Ketika jam kerja bertambah, saya jadi mudah berkonflik dengan rekan kerja				
19	Tangan saya mudah berkeringat dingin saat tugas semakin menumpuk				
20	Saya kurang bersemangat untuk masuk kerja meskipun tuntutan tugas sangat banyak				
21	Hasil kerja saya menurun ketika bekerja melebihi jam kerja saya				
22	Mata saya berkunang-kunang saat banyak tugas				
23	Saya sulit makan saat memikirkan tentang pekerjaan				
24	Saya kurang berperan aktif dalam kelompok kerja saya				
25	Saya bolak-balik ke toilet saat menghadapi banyak masalah dalam tugas				
26	Saya sulit konsentrasi saat menghadapi tugas yang menumpuk				
27	Saya sulit memberikan ide baru saat banyak tugas				
28	Badan saya demam saat banyak sekali tugas yang belum selesai				
29	Saya khawatir akan mendapat penilaian negatif dari atasan saat sulit menyelesaikan tugas tepat waktu				
30	Saya lebih banyak menyendiri saat menghadapi tugas yang menumpuk				

Lampiran 1.2 Aitem Dukungan Sosial

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Bila saya sedang marah karena urusan pekerjaan, pasangan menenangkan saya					
2	Bila saya berhasil dalam menyelesaikan tugas kantor, keluarga saya memberikan pujian					
3	Keluarga saya memberikan bantuan apapun keika saya dapat tugas dari kantor					
4	Saya bias mendapatkan informasi apapun dari keluarga saya					
5	Keluarga saya tidak pernah peduli dengan urusan kantor					
6	Keluarga saya tidak pernah memberikan pujian sekalipun saya mendapatkan penghargaan dari kantor					
7	Keluarga saya pilih-pilih dalam memberikan bantuan					
8	Ketika saya membutuhkan informasi untuk urusan pekerjaan, keluarga saya tidak mau membantu					
9	Pasangan saya akan menenangkan saya jika saya sedang tertekan karena urusan pekerjaan					
10	Keluarga saya memberikan semangat ketika saya sedang malas bekerja					
11	Keluarga siap membantu saya					
12	Saya mudah mendapatkan informasi dari keluarga					
13	Sekalipun saya sedang kesulitan, keluarga saya tidak pernah memperdulikan					
14	Keluarga saya tidak pernah memberikan pujian sekalipun saya berhasil membantu masyarakat sekitar saya					
15	Saya tidak bias mendapatkan semua bantuan dari keluarga saya					
16	Sulit meminta informasi pada keluarga					
17	Pasangan menyiapkan makanan kesukaan saya					
18	Keluarga memuji tanggung jawab yang saya tunjukkan					

19	Keluarga mempunyai waktu bila saya membutuhkan bantuan				
20	Keluarga merupakan sumber informasi yang valid bagi saya				
21	Pasangan tidak tahu makanan kesukaan saya				
22	Keluarga acuh saat saya sedang tidak bersemangat dalam bekerja				
23	Bukan hal yang mudah meminta bantuan pada keluarga				
24	Tidak satupun anggota keluarga mampu memberikan informasi yang saya butuhkan				
25	Pasangan merapikan penampilan berpakaian saya, saat saya hendak berangkat kerja				
26	Keluarga memuji keberanian saya				
27	Keluarga mudah memberikan bantuan pada saya				
28	Saya tidak kesulitan meminta informasi dari keluarga				
29	Pasangan tidak pernah peka tentang kesedihan yang saya rasakan				
30	Keluarga tidak pernah memuji keberhasilan karir saya				
31	Percuma rasanya meminta bantuan keluarga				
32	Keluarga tidak tahu menahu tentang apapun, sehingga sulit saya mendapat informasi				
33	Pasangan mendoakan keselamatan saya, saat saya hendak berangkat kerja				
34	Keluarga memberikan keyakinan akan kemampuan yang saya miliki dalam menjalankan tugas				
35	Ringan kerja saya dengan bantuan dari keluarga saat saya membutuhkannya				
36	Keluarga siap memberikan informasi yang saya butuhkan				
37	Pasangan tidak tahu bila saya sedang lelah				
38	Keluarga tidak memotivasi saya, saat saya sedang putus asa				
39	Keluarga tidak mempunyai tenaga untuk membantu saya				
40	Tidak ada gunanya meminta informasi pada keluarga				

Lampiran 1.3 Aitem Resiliensi

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya bersikap tenang saat menghadapi konflik dengan teman					
2	ketika marah, saya lebih memilih untuk melakukan hal positif seperti berolahraga, bermain musik, membaca buku dan menggambar					
3	Pada saat menghadapi masalah yang berat, saya optimis mampu menyelesaiannya					
4	Saya dapat mengenali akar masalah dari masalah yang saya hadapi					
5	Saya mampu memahami kondisi seseorang melalui cara dia bersikap					
6	Saya mampu mencari jalan keluar atas permasalahan saya					
7	Saya meragukan kemampuan saya pada saat menghadapi masalah					
8	Saya cenderung mudah tersinggung kepada siapapun ketika saya sedang merasa kesal					
9	Saya merasa pesimis dalam memenuhi tuntutan di tempat kerja					
10	Saya pura-pura tidak tahu ketika terjadi masalah agar terhindar dari masalah					
11	Saya kesal ketika teman saya tiba-tiba mengabaikan saya					
12	Apapun yang saya lakukan akan bermuara pada kegagalan					
13	Apabila menghadapi permasalahan, Saya berusaha menyelesaiannya satu persatu					
14	Saya tetap tenang ketika menghadapi sebuah permasalahan					
15	Saya yakin mampu berhasil dalam memenuhi tuntutan di tempat kerja					
16	Meskipun gagal saya memiliki kemauan untuk terus berusaha dan mencoba lagi					
17	Saya dapat memahami kondisi seseorang melalui intonasi suara pada saat dia berbicara					
18	Saya yakin mampu meraih kesuksesan atas jerih payah saya sendiri					

19	Saya menganggap kegagalan adalah pengalaman yang sangat berharga				
20	Saya menjadi antusias saat ditunjuk untuk berbicara di depan umum terkait dengan hal yang saya pahami				
21	konsentrasi saya mudah teralihkan ke hal lain pada saat menghadapi masalah				
22	Saya mudah bingung ketika memiliki sebuah masalah				
23	Pikiran saya buntu apabila menghadapi sebuah masalah				
24	Saya kehilangan ide pada saat menghadapi masalah				
25	Saya kesulitan memahami seseorang dari tingkah lakunya				
26	Saya ragu-ragu dalam menghadapi masalah yang datang				
27	Saya menutup diri dari lingkungan di sekitar saya				
28	Saya enggan untuk mencoba hal-hal yang baru				

Lampiran 2. UJI COBA VARIABEL RESILIENSI

Putaran 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	36	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	36	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Lampiran 2.1. Uji Coba Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.930	28

Lampiran 2.2. Uji Coba Validitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	125.25	179.907	.585	.927
VAR00002	125.33	184.229	.389	.929
VAR00003	125.17	183.857	.669	.927
VAR00004	125.28	181.806	.644	.927
VAR00005	125.42	182.879	.399	.929
VAR00006	125.25	183.279	.627	.927
VAR00007	125.58	175.450	.500	.929
VAR00008	125.53	173.742	.590	.927
VAR00009	125.64	175.380	.438	.931

VAR00010	125.42	172.079	.795	.924
VAR00011	125.67	177.600	.388	.931
VAR00012	125.47	175.913	.526	.928
VAR00013	125.25	179.907	.585	.927
VAR00014	125.28	180.606	.509	.928
VAR00015	125.25	179.907	.585	.927
VAR00016	125.33	177.143	.609	.926
VAR00017	125.61	175.330	.566	.927
VAR00018	125.47	178.371	.464	.929
VAR00019	125.36	182.752	.312	.931
VAR00020	125.39	175.502	.704	.925
VAR00021	125.33	180.800	.584	.927
VAR00022	125.39	178.130	.641	.926
VAR00023	125.44	175.111	.686	.925
VAR00024	125.39	176.187	.741	.925
VAR00025	125.39	177.559	.808	.925
VAR00026	125.33	179.314	.720	.926
VAR00027	125.25	181.907	.595	.927
VAR00028	125.28	180.492	.545	.927

Lampiran 3. UJI NORMALITAS

Lampiran 3.1 NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardize d Residual
N		169
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.92377507
Most Extreme Differences	Absolute	.046
	Positive	.029
	Negative	-.046
Test Statistic		.046
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 3.2 Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRESS	Between Groups	(Combined)	3066.027	36	85.167	1.080	.366
KERJA *		Linearity	11.426	1	11.426	.145	.704
DUKUNGAN SOSIAL		Deviation from Linearity	3054.601	35	87.274	1.107	.333
	Within Groups		10407.12	132	78.842		
			1				
	Total		13473.14	168			
			8				

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRESS KERJA *	Between Groups	(Combined)	5793.513	51	113.598	1.731	.008
		Linearity	94.172	1	94.172	1.435	.233
		Deviation from Linearity	5699.341	50	113.987	1.737	.008
	Within Groups		7679.635	117	65.638		
	Total		13473.14	168			
			8				

Lampiran 4. UJI HIPOTESIS**ANALISA REGRESI****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.084 ^a	.007	-.005	8.977

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	94.676	2	47.338	.587	.557 ^b
	Residual	13378.472	166	80.593		
	Total	13473.148	168			

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

b. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI

Model	Coefficients ^a					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	65.602	7.832		8.377	.000
	RESILIENSI	-.050	.049	-.082	-1.016	.311
	DUKUNGAN SOSIAL	.001	.018	.006	.079	.937

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

PARSIAL DUKUNGAN SOSIAL KE STRESS KERJA

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.029 ^a	.001	-.005	8.978

a. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL

ANOVA ^a						
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F		Sig.
1	Regression	11.426	1	11.426	.142	.707 ^b
	Residual	13461.722	167	80.609		
	Total	13473.148	168			

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

b. Predictors: (Constant), DUKUNGAN SOSIAL

Model	Coefficients ^a					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	58.110	2.645		21.968	.000
	DUKUNGAN SOSIAL	.006	.017	.029	.376	.707

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

PARSIAL RESILIENSI KE STRES KERJA

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.084 ^a	.007	.001	8.951

a. Predictors: (Constant), RESILIENSI

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	94.172	1	94.172	1.175	.280 ^b
	Residual	13378.976	167	80.114		
	Total	13473.148	168			

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

b. Predictors: (Constant), RESILIENSI

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	65.958	6.389	10.324	.000
	RESILIENSI	-.051	.047	-.084	.280

a. Dependent Variable: STRESS KERJA

Correlations

		RESILIENSI	DUKUNGAN SOSIAL	STRESS KERJA
RESILIENSI	Pearson Correlation	1	-.278**	-.084
	Sig. (2-tailed)		.000	.280
	N	169	169	169
DUKUNGAN SOSIAL	Pearson Correlation	-.278**	1	.029
	Sig. (2-tailed)	.000		.707
	N	169	169	169
STRESS KERJA	Pearson Correlation	-.084	.029	1
	Sig. (2-tailed)	.280	.707	
	N	169	169	169

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).