



SKRIPSI

Judul:

Gambaran Commuting Stress pada Pekerja Wanita
di Jabodetabek

Disusun oleh:

NASYWA PUTRI HANIFAH
NIM. 705210328

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
2024

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Nasywa Putri Hanifah**

NIM : **705210328**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Gambaran *Commuting Stress* pada Pekerja Wanita di Jabodetabek

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 11 Juli 2024

Yang Memberikan Pernyataan



(Nasywa Putri Hanifah)

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
05 NOVEMBER 2010	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Nasywa Putri Hanifah**
 N I M : **705210328**
 Alamat : **Foresta cluster primavera blok G7 No. 7, Lengkong Kulon,
 Pagedangan, Kabupaten Tangerang, 15331**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Gambaran *Commuting Stress* pada Pekerja Wanita di Jabodetabek

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 11 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



(Nasywa Putri Hanifah)

Pengesahan

Nama : NASYWA PUTRI HANIFAH
NIM : 705210328
Program Studi : PSIKOLOGI
Judul Skripsi : Gambaran Commuting Stress pada Pekerja Wanita di Jabodetabek
Title : Description of Commuting Stress among Female Workers in Jabodetabek

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 27-Juni-2024.

Tim Penguji:

1. ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog
2. ERIK WIJAYA, S. Psi., M. Si.
3. RIANA SAHRANI, S.Psi., M.Si., Dr., Psikolog

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:

RIANA SAHRANI, S.Psi., M.Si., Dr.,
Psikolog
NIK/NIP: 10705006



Jakarta, 27-Juni-2024

Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

ABSTRAK

Nasywa Putri Hanifah (705210328)

Gambaran *Commuting Stress* pada Pekerja Wanita di Jabodetabek; Dr. Riana Sahrani, M.Si., Psikolog. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xiv, 48 halaman, P1-P4, L1-L72)

Pekerja wanita sering kali harus menghadapi tantangan besar yang terkait dengan perjalanan menuju tempat kerja, mulai dari perjalanan jauh, kemacetan lalu lintas, hingga kerumunan yang dapat menjadi sumber stres. Setiap tantangan di perjalanan dapat menimbulkan tekanan yang tidak diinginkan, atau yang biasa disebut dengan *commuting stress*. *Commuting stress* adalah tekanan yang timbul saat seseorang melakukan perjalanan ke atau dari tempat kerja, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mereka. Tujuan dari penelitian ini untuk memberikan gambaran umum *commuting stress* pada pekerja wanita di Jabodetabek. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan data dilakukan dengan *purposive sampling* dan melibatkan 254 partisipan yang mengisi kuesioner secara *online*. Partisipan ini adalah pekerja wanita dari umur 18-55 tahun yang melakukan komuting ke tempat kerja. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah Multimodal Commuting Stress Scale (MCSS) dari Useche et al. (2023). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pekerja wanita di Jabodetabek memiliki tingkat *commuting stress* yang bervariasi: 42 orang (16,5%) mengalami tingkat rendah, 124 orang (48,8%) mengalami tingkat sedang, dan 88 orang (34,6%) mengalami tingkat tinggi, dengan total mean *commuting stress* sebesar 2,61. Dimensi *psychophysical strain* menjadi penyebab utama stres dalam perjalanan mereka, dengan skor rata-rata sebesar 2,93. Kelompok usia 26-35 tahun menunjukkan tingkat *commuting stress* tinggi (22,0%). Pengguna kereta cenderung mengalami tingkat *commuting stress* yang lebih tinggi (12,2%) dibandingkan pengguna moda transportasi lain. Durasi perjalanan 3-4 jam juga mengalami tingkat *commuting stress* yang tinggi (19,7%). Dengan demikian, tingkat *commuting stress* pekerja wanita di Jabodetabek berada pada kategori sedang dengan rata-rata sebesar 2,46.

Kata kunci: *Commuting stress*, pekerja wanita, transportasi, tekanan perjalanan, Jabodetabek.