



Hubungan Antara Kesenakan dengan Stres pada Istri di Rumah Susun dan Sewa (Rusunawa) Kota Padang

Feby Fadilla^{1✉}, Harry Theozard Fikri², Frihapma Semita Ade³

^{1,2,3} Universitas Putra Indonesia "YPTK" Padang

Febifadila20@gmail.com

Abstract

Welfare is something that is expected by every family in society, because the level of family welfare reflects the quality of family life. This implication is sometimes not in line with expectations that should occur, because there are still families with the status of Low-Income Communities. One of the solutions presented is the provision of Rusunawa. Based on the evidence obtained, the wives who live in Rusunawa experience symptoms related to stress, in addition to environmental factors and the condition of the flats also cause symptoms of distress felt by the wives. The purpose of this study was to determine the relationship between crowding and stress on wives in flats and rents in the city of Padang. The independent variable in this study is crowding and the dependent variable is stress. The measuring instrument used in this research is the crowding scale and the stress Scale. The sampling technique in this study was 72 wives in flats and rents in the city of Padang. Test the validity and reliability in this study using the alpha cronbach technique. The results of the validity coefficient on the crowding scale move from $r_{ix} = 0.307$ to $r_{ix} = 0.781$ with a reliability coefficient of $= 0.937$ while on the stress scale it moves from $r_{ix} = 0.304$ to $r_{ix} = 0.707$ with a reliability coefficient $= 0.940$. Based on the data analysis, obtained a correlation value of 0.438 with a significant level of 0.000 which means it is accepted. This shows that there is a significant relationship between crowding and stress on wives in flats and rents in the city of Padang. The effective contribution of the crowding variable to stress is 19%.

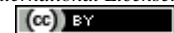
Keywords: crowding, stress, Rusunawa, welfare, wife

Abstrak

Kesejahteraan merupakan hal yang diharapkan oleh setiap keluarga dalam masyarakat, karena tingkat kesejahteraan keluarga mencerminkan kualitas kehidupan keluarga. Implikasi ini terkadang tidak sejalan dengan harapan yang seharusnya terjadi, karena masih terdapat keluarga yang berstatus sebagai Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR). Salah satu solusi yang dihadirkan adalah dengan penyediaan rumah susun dan sewa (Rusunawa). Berdasarkan bukti-bukti yang didapatkan, para istri yang tinggal di Rusunawa mengalami gejala yang berhubungan dengan stres, selain itu faktor lingkungan dan kondisi rusunawa juga menimbulkan gejala kesesakan yang dirasakan oleh para istri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesesakan dengan stres pada istri di rumah susun dan sewa kota Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kesesakan dan variabel terikat adalah stres. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kesesakan dan skala stres. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah 72 orang istri yang tinggal di Rusunawa Kota Padang. Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Hasil koefisien validitas pada skala kesesakan bergerak dari $r_{ix} = 0.307$ sampai dengan $r_{ix} = 0.781$ dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0.937$ sedangkan pada skala stres bergerak dari $r_{ix} = 0.304$ sampai dengan $r_{ix} = 0.707$ dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0.940$. Berdasarkan analisis data, diperoleh nilai korelasi sebesar 0.438 dengan taraf signifikan 0.000 yang berarti diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kesesakan dengan stres pada istri di Rumah Susun dan Sewa (Rusunawa) Kota Padang. Adapun sumbangan efektif dari variabel kesesakan terhadap variabel stres sebesar 19%.

Kata kunci: kesesakan, kesejahteraan, stres, Rusunawa, istri

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Kesejahteraan merupakan hal yang diharapkan oleh setiap keluarga dalam masyarakat, karena tingkat kesejahteraan keluarga mencerminkan kualitas kehidupan keluarga. Sebuah keluarga dapat dikatakan sejahtera apabila kebutuhan fisik, mental, spiritual, dan sosialnya terpenuhi [1]. Lebih lanjut, kesejahteraan keluarga dapat diartikan sebagai suatu kondisi terciptanya ruang yang harmonis, serta terpenuhinya

kebutuhan jasmani hingga sosial anggota keluarga untuk mempertahankan standar hidup anggota keluarga [2]. Pengertian lain mengartikan keluarga sebagai kelompok sosial yang dicirikan sebagai pasangan yang bertempat tinggal sama, memiliki tujuan ekonomi yang sama dan reproduksi yang dipersatukan oleh pertalian perkawinan atau adopsi dan menurut peran sosialnya mereka menghubungkan ikatan dan interaksi yang dapat diterima secara sosial [3]. Untuk itu kesejahteraan merupakan hal yang harus diwujudkan, karena dengan

kesejahteraan yang dimiliki, sebuah keluarga dapat memenuhi segala kebutuhannya serta dapat mencukupi kebutuhan spiritual serta materil agar mendapat kesempatan dalam mengembangkan kemampuan, bakat, dan potensi seluruh anggota keluarga [4].

Untuk bisa mengakomodasi semua hal tersebut maka sebuah keluarga harus memenuhi fungsi-fungsi yang ada pada keluarga, salah satunya adalah fungsi ekonomi, yaitu keluarga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarga dalam segi ekonomi dan tempat untuk mengembangkan kemampuan individu meningkatkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan keluarga serta seminimal mungkin memenuhi kebutuhan primer yang terdiri dari sandang, pangan dan papan. Implikasi dari aspek sosial pada kewajiban keluarga terkadang tidak sejalan dengan harapan yang seharusnya terjadi, pada kondisi sebenarnya masih terdapat keluarga yang berstatus sebagai Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR) yang masih belum memiliki rumah layak huni [5]. Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR) itu sendiri merupakan masyarakat yang mempunyai keterbatasan daya beli sehingga perlu mendapat dukungan pemerintah untuk memperoleh rumah yang layak huni [6]. Padahal rumah bagi MBR memiliki arti yang sama pentingnya dengan kelompok masyarakat lainnya. Terlebih bagi MBR yang sudah memiliki keluarga, rumah memiliki kepentingan untuk berlindung serta melindungi keberlanjutan hubungan keluarganya [7].

Salah satu solusi yang dihadirkan adalah dengan membangun rumah susun untuk memenuhi kebutuhan rumah bagi masyarakat berpenghasilan rendah. Rumah susun itu sendiri merupakan bangunan gedung bertingkat yang dibangun dalam suatu lingkungan yang terbagi dalam bagian-bagian yang distrukturkan secara fungsional, baik dalam arah horizontal maupun vertikal dan merupakan satuan-satuan yang masing-masing dapat dimiliki dan digunakan secara terpisah, terutama untuk tempat hunian yang dilengkapi dengan bagian bersama, benda bersama, dan tanah bersama. Solusi tersebut diharapkan dapat menjadi cara yang efektif untuk memecahkan masalah kehidupan dan kebutuhan perumahan di daerah padat serta biaya yang sangat tinggi untuk membangun dan membeli hunian pada umumnya [8]. Sebagai bagian dari masyarakat yang tinggal di Rusunawa yang memiliki jarak antar tempat tinggal yang berdekatan. Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa mempunyai naluri yang kuat untuk hidup bersama dengan sesamanya [9], oleh karena itu seseorang harus mengatur interaksi mereka dengan orang lain untuk menjaga keseimbangan yang sehat antara frustrasi dan pertemuan sosial yang memuaskan [10].

Pada umumnya yang mengalami interaksi lebih banyak adalah para istri yang tinggal di Rusunawa dikarenakan mereka sering berada dirumah sebagai ibu rumah tangga. Disisi lain, kondisi kepadatan yang tinggi dapat memiliki hubungan yang erat dengan permasalahan

kesehatan serta stress yang dialami oleh seorang individu [11]. Sehingga hal ini dikhawatirkan akan mengarah kepada persepsi kesesakan yang dirasakan oleh individu karena telah merasa bahwa kepadatan lingkungannya sangat tinggi [12]. Stres itu sendiri merupakan kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang [13]. Pendapat lain menyatakan bahwa stres adalah segala masalah atau tuntutan menyesuaikan diri, yang karena tuntutan itulah individu merasa terganggu keseimbangan hidupnya [14]. Ada dua faktor utama yang menyebabkan stres. Pertama adalah diri manusia sendiri atau internal, dalam hubungan dengan gangguan badan, dikatakan bahwa stres emosional mempengaruhi otak, yang kemudian melalui sistem neurohumoral menyebabkan gejala – gejala badaniah. Kedua adalah perubahan dalam lingkungan atau eksternal, apabila perubahan dalam lingkungannya sudah menjadi sedemikian cepat, sehingga seseorang sudah merasa kewalahan untuk menghadapi atau menyesuaikan dirinya terhadap perubahan tersebut, maka ambang ketahanannya terhadap stres mulai terlampaui. Stres dapat dipicu oleh faktor kepadatan tinggi dan mengakibatkan masyarakat yang bertempat tinggal di daerah tersebut mengalami kesesakan lingkungan [15].

Berdasarkan hasil wawancara awal yang telah dilakukan kepada pengelola Rusunawa Kota Padang, didapatkan keterangan bahwa beberapa istri yang tinggal di Rusunawa tersebut pernah menyampaikan keluhan kesah yang dirasakannya kepada pengelola, seperti merasa sulit tidur dan sakit kepala karena warga Rusunawa lainnya seringkali mengadakan kegiatan hiburan seperti karaoke dengan volume yang tinggi. Selain itu, istri-istri di Rusunawa juga menuturkan kepada pengelola bahwa mereka sering merasa mudah tersinggung karena aktivitas pinjam meminjam barang serta tegur sapa antar penghuni Rusunawa, sehingga terjadi perselisihan diantara mereka.

Lebih lanjut hal ini juga didukung dengan hasil wawancara terhadap 5 orang istri yang menjadi penghuni Rusunawa yang menjelaskan bahwa mereka sering merasa pusing dan mudah marah karena untuk beraktivitas sehari-hari di dalam rumah mereka harus melakukannya secara bergantian, seperti pada saat akan menggunakan kamar mandi. Para istri di Rusunawa juga menyampaikan bahwa mereka sulit mengambil keputusan dalam berdiskusi dengan keluarganya ataupun membahas tentang permasalahan keluarganya, karena mereka takut pembicaraan tersebut terdengar oleh penghuni sebelah. Selanjutnya istri di sana juga mengungkapkan bahwa mereka merasa khawatir terhadap perkembangan anaknya, karena sering kali anak-anak tersebut membicarakan serta menertawakan hal yang tidak pantas dari yang mereka lihat di lingkungan Rusunawa.

Berdasarkan bukti-bukti yang telah di sampaikan dari pengelola dan istri-istri yang ada di Rusunawa, stres yang dialami oleh para istri tersebut disebabkan oleh adanya kesesakan. Berdasarkan penuturan pengelola dan istri-istri yang ada di Rusunawa, dengan jarak rumah yang saling berdekatan menyebabkan penghuni Rusunawa dapat mendengar dengan jelas suara hiburan yang dilakukan oleh penghuni Rusunawa lainnya, contohnya ketika beberapa penghuni Rusunawa yang sering menghidupkan musik serta bernyanyi dalam waktu yang lama dan suara yang nyaring. Selain itu, dengan jarak antar rumah yang berdekatan menyebabkan sulitnya untuk bersuara dengan leluasa di dalam rumah, karena dapat mengganggu orang di sekitar. Lebih lanjut akibat suara yang juga dapat dengan mudah terdengar, maka segala pembicaraan yang bersifat privasi dan penting untuk dibahas segera tidak dapat dilakukan setiap saat, karena harus memperhatikan kondisi Rusunawa apakah dalam keadaan hening atau dalam keadaan bising. Selanjutnya jarak antar rumah yang berdekatan juga membuat sering bertemunya warga antar penghuni Rusunawa, sehingga dapat berpotensi menyebabkan terjadinya perasaan tidak nyaman bagi penghuni Rusunawa yang tidak suka berada di tempat yang ramai.

Penyebab lainnya adalah kondisi rumah atau hunian di Rusunawa yang sempit sehingga menyulitkan untuk beraktivitas dengan leluasa di dalam rumah, yang terkadang bagi keluarga itu sendiri tergesa-gesa dalam mempersiapkan atau membersihkan rumahnya. Lebih lanjut, dikarenakan tidak adanya batasan antar rumah di Rusunawa, menyebabkan segala aktivitas dan kegiatan yang dilakukan oleh penghuni dapat dengan jelas dilihat oleh orang sekitar. Berdasarkan informasi dari pengelola, beberapa penghuni yang pernah tinggal di Rusunawa merupakan individu yang memiliki permasalahan sosial sehingga segala aktivitas mereka terkadang dapat dilihat oleh anak-anak yang sering bermain di lingkungan Rusunawa tersebut. Hal ini menyebabkan sebagian orang tua menyampaikan bahwa mereka merasa khawatir mengenai perkembangan anak-anak yang tinggal di Rusunawa, karena anak-anak tersebut dapat melihat berbagai hal yang tidak pantas untuk mereka lihat.

1.1 Pengertian Stres

Stres dapat dilihat dari tiga pendekatan yaitu stresor, proses (interaksi), dan respon stres. Melalui pendekatan respon stres, stres adalah peristiwa yang menekan terhadap seseorang, sehingga seseorang dalam keadaan tidak berdaya akan menimbulkan dampak negatif, misalnya pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan bertambah, sulit tidur, ataupun merokok terus. Sedangkan pada pendekatan stresor (sumber stres) stres adalah kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri, stres dalam pendekatan ini muncul jika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimum. Selanjutnya pada pendekatan interaksionis, stres adalah transaksi antara

tekanan dari luar dengan karakteristik individu, yang menentukan apakah tekanan tersebut menimbulkan stres atau tidak. Stres merupakan suatu tekanan dari lingkungan yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya, sehingga memunculkan perubahan secara psikologis dan biologis individu [16].

Pendapat lain mengemukakan stres sebagai suatu respon penyesuaian seseorang terhadap situasi yang dipersepsinya dapat menekan dalam menghadapi permasalahan tertentu. Stres juga dapat didefinisikan sebagai suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari [17]. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan sebuah kondisi yang terjadi pada individu berkenaan dengan situasi yang tidak sesuai dengan harapan, serta tidak mampunya individu dalam menghadapi kondisi tersebut, sehingga menimbulkan tekanan yang mengarah kepada dampak negatif terhadap kondisi fisik serta psikis individu itu sendiri.

1.2 Reaksi Stres

Adapun reaksi stres diantaranya yaitu reaksi psikologis, biasanya lebih dikaitkan pada aspek emosi, seperti mudah marah, sedih, ataupun mudah tersinggung. Reaksi fisiologis, biasanya muncul dalam bentuk keluhan fisik, seperti pusing, nyeri tengkuk, tekanan darah naik, nyeri lambung, gatal-gatal di kulit, ataupun rambut rontok. Reaksi proses berpikir (kognitif), biasanya tampak dalam gejala sulit berkonsentrasi, mudah lupa, ataupun sulit mengambil keputusan. Dan Reaksi perilaku, tampak dari perilaku-perilaku menyimpang seperti mabuk, nge-pil, frekuensi merokok meningkat ataupun menghindar bertemu dengan orang lain [16]. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan reaksi stres terdiri dari reaksi psikologis, reaksi fisiologis, reaksi proses berpikir (kognitif) dan reaksi perilaku.

1.3 Pengertian Kesulitan

Kesulitan dapat diartikan sebagai perasaan seseorang atau perasaan subjektif karena banyaknya orang disekitarnya [18]. Pendapat lain mengungkapkan bahwa kesulitan merupakan perasaan sempit dan tidak memiliki cukup ruang yang bersifat subjektif [19]. Atau dengan kata lain, rasa sesak adalah keadaan psikologis yang menekan dan tidak menyenangkan, yang dikaitkan dengan keinginan untuk memperoleh lebih banyak ruang daripada yang telah diperoleh.

Berdasarkan beberapa pendapat sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa kesulitan adalah perasaan subjektif yang dialami oleh seseorang dalam merespon situasi kepadatan karena sempitnya ruang yang tersedia dan perasaan ini dapat diekspresikan dengan rasa senang maupun tidak senang.

1.4 Aspek-aspek Kesulitan

Aspek situasional meliputi banyaknya orang yang saling berdekatan, hambatan dalam tujuan atau pekerjaan karena banyaknya orang-orang di sekitar, adanya ruangan yang sempit di mana ada terlalu banyak orang di dekat kita, tujuan kita terhalang serombongan orang, ruang jadi berkurang dengan kedatangan tamu atau temansehingga merasakan gangguan secara fisik atau perasaan tidak enak. Selanjutnya aspek behavioral, yaitu menjaga jarak dari tindakan agresi dengan menggunakan respon yang halus seperti meninggalkan tempat kejadian meliputi bentuk-bentuk reaksi individu yang berkisar antara agresi berlebihan (jarang) hingga respon yang lebih ringan seperti meninggalkan tempat, menghindari tatapan mata ataupun menarik diri dari interaksi sosial. Dan aspek perilaku, yaitu kesesakan merupakan pengalaman yang subjektif dan muncul sebagai akibat reaksi negatif terhadap orang lain dan perasaan positif terhadap situasi tersebut. Secara tidak langsung mempengaruhi perasaan seseorang dan biasanya bersifat negatif yang merupakan pengalaman subjektif dan suatu reaksi yang berhubungan dengan perasaan. Mengacu pada suasana hati biasanya suasana hati yang buruk [20]. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ada tiga aspek-aspek kesesakan yaitu aspek situasional, behavioral dan perilaku.

2. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan variabel penelitian dependen nya adalah stres (Y) dan variabel independen nya adalah kesesakan (X). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh istri yang tinggal di Rusunawa kota Padang yang berjumlah 72 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling *jenuh*. Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel [21]

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data berbentuk skala. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kesesakan dan skala stres dengan model skala *likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban dan item-item dalam skala ini dikelompokkan dalam item *favourable* dan *unfavourable*. Bentuk skala yang digunakan untuk mengukur skala kesesakan dan skala stres menggunakan empat alternatif jawaban, yaitu, SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju). Kemudian, alat ukur diuji melalui uji validitas dan reliabilitas.

Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji linearitas dan uji hipotesis. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *one sample test* dari *Kolmogorov Smirnov* dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Model *statistic* yang digunakan untuk melihat linearitas kedua variabel menggunakan *test for lienarity* dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan kolerasi *product moment pearson* untuk mencari hubungan variabel dependen dengan variabel independen.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Data yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi (p) lebih besar dari 0,05. data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program *IBM SPSS versi 22.0*. Hasil uji normalitas skala kesesakan dan stress dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas Skala Kesekasan dan Stres

Variabel	N	KSZ	P	Sebaran
Kesesakan	72	0.749	0.629	Normal
Stres	72	0.722	0.674	Normal

Berdasarkan tabel 1 diatas, maka diperoleh nilai signifikan pada skala kesesakan sebesar $p = 0.629$ dengan $KSZ = 0.749$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0.05$ artinya sebaran berdistribusi secara normal sedangkan untuk stres diperoleh nilai signifikan sebesar $p = 0.674$ dengan $KSZ = 0.722$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0.05$ artinya sebaran berdistribusi secara normal. Hasil uji linearitas skala kesesakan dan stress dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Linearitas Skala Kesekasan dan Stres

N	Df	Mean Square	F	Sig
72	1	914.708	17.615	0.000

Berdasarkan table 2 diatas, maka diperoleh nilai F sebesar 17.615 dengan signifikan sebesar $p = 0.000$ ($p < 0.05$), artinya varians pada skala kesesakan dan stress tergolong linier. Hasil uji korelasi antara kesesakan dengan stress dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Uji Korelasi Antara Kesekasan dengan Stres

P	(a)	Nilai Korelasi (r)	R square
0.000			0.192

Berdasarkan tabel di atas, maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel kesesakan dengan stress yaitu sebesar $r = 0.438$ dengan taraf signifikansi $p = 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa antara variabel kesesakan dengan stress pada istri yang tinggal di Rumah Susun dan Sewa (Rusunawa) Kota Padang terdapat hubungan yang sedang dan sangat signifikan dengan nilai korelasi yang positif. Nilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kesesakan maka semakin tinggi pula stress, sebaliknya semakin rendah kesesakan maka semakin rendah pula stress nya. *Descriptive Statistic* Skala Kesekasan dan Stress dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. *Descriptive Statistic* Skala Kesekasan dan Stress

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Kesesakan	72	98.38	8.667	72	118
Stres	72	100.13	8.188	74	124

Berdasarkan Tabel 4 maka kesesakan dan stres dapat dikategorikan menjadi tinggi, sedang dan rendah. Kategori Kesesakan dengan Stres dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Kategori Kesesakan dengan Stres

Variabel	Range	Jumlah	Persentase	Kategori
Kesesakan	72-89	10	13%	Rendah
	90-107	51	70%	Sedang
	108-118	11	15%	Tinggi
Stres	74-91	9	12%	Rendah
	92-108	55	76%	Sedang
	109-124	8	76%	Tinggi

Berdasarkan Tabel 5 di atas dapat digambarkan bahwa kesesakan yang berada pada kategori rendah yaitu 13% atau 10 istri, kategori sedang yaitu 70% atau 51 istri dan kategori tinggi 15 % atau 11 istri. Sedangkan untuk variabel stres diperoleh gambaran bahwa sebesar 12% atau 9 istri dengan kategori rendah, 76% atau 55 istri dengan kategori sedang dan 11% atau 8 istri dengan kategori tinggi.

3.2. Pembahasan

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kesesakan dengan stres. Berdasarkan hasil uji korelasi *Product Moment Pearson* yang dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS 22*, dimana *level of significant* (α) 0.01 dan diperoleh nilai koefisien korelasi $r = 0.438$ dengan nilai (p) sig = 0.000, karena nilai (p) sig = 0.000 < 0.01 maka hasil hipotesis dapat diterima. Berdasarkan analisis terhadap 72 orang sampel pada istri yang tinggal di Rumah Susun dan Sewa (Rusunawa) Kota Padang didapatkan sebanyak 11% istri memiliki tingkat stres yang tinggi.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah ada [10], yang mengatakan bahwa peristiwa atau tekanan yang berasal dari lingkungan yang mengancam keberadaan individu dapat menyebabkan stres. Tinggal dalam lingkungan sempit dengan tata ruang yang tidak teratur dan berpenghuni padat dapat membuat perasaan seseorang menjadi tidak nyaman sehingga dapat membuat seseorang mengalami stres. Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai sumbangan efektif (r square) kesesakan terhadap stres, maka di peroleh nilai sumbangan efektif (KP) = 19% dan sisa nya sebesar 81% dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi stres yaitu faktor genetika, faktor psikologis, faktor lingkungan, faktor biologis, serta faktor kognitif atau perilaku [22].

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan yang sekaligus merupakan jawaban dari tujuan penelitian adalah Terdapat hubungan yang sedang dan sangat signifikan dengan nilai korelasi yang positif antara kesesakan dengan stres. Nilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kesesakan maka semakin tinggi pula stres, sebaliknya semakin rendah

kesesakan maka semakin rendah pula stres nya. Hal ini menunjukkan hipotesis diterima. Sumbangan efektif kesesakan terhadap stres yaitu 19%.

Daftar Rujukan

- [1] Asyhabuddin, A. (2022). Welfare Society Dalam Sistem Kesejahteraan Sosial Di Indonesia. *ICODEV: Indonesian Community Development Journal*, 3(1), 31-39. <https://doi.org/10.24090/icodev.v3i1.6232>
- [2] Monika, A., Sudadio, S., & Suherman, S. (2019). Program Peningkatan Kesejahteraan Kapasitas Keluarga. *Journal of Nonformal Education and Community Empowerment*, 3(2), 105-122. <https://doi.org/10.15294/pls.v3i2.35550>
- [3] Fikri, M., Neviyarni, & Syukur, Y. (2021). Hakekat Keluarga dan Dasar Pembentukan Keluarga. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 44-50. <https://doi.org/10.37411/jgcj.v2i1.584>
- [4] Arsyil, M. A. A., Fasa, M. I., & Suharto, P. (2022). Implementasi Manajemen Keuangan Keluarga Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Perspektif Ekonomi Syariah. *Journal of Law, Administration, and Social Science*, 2(1), 13-21. <https://doi.org/10.54957/jolas.v2i1.123>
- [5] Ihwan, M., Fadillah, C., Hidayah, S., & Sumardiana, B. (2022). Pemenuhan Hak Atas Rumah Layak Huni Bagi Masyarakat Miskin. *Jurnal Pengabdian Hukum Indonesia (Indonesian Journal of Legal Community Engagement) JPHI*, 5(1), 89-101. <https://doi.org/10.15294/jphi.v5i1.50011>
- [6] Yuliasuti, N. (2019). Sosialisasi Pendataan Perumahan Berbasis Tabungan Bagi Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR). *Jurnal Pasopati: Pengabdian Masyarakat dan Inovasi Pengembangan Teknologi*, 1(3). <https://doi.org/10.14710/pasopati.2019.5358>
- [7] Farraz, M. A., & Barus, L. S. (2019). Housing Preferences and Choice Young Families Commuters in Depok City, Indonesia. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 264(1). <https://doi.org/10.1088/1755-1315/264/1/012010>
- [8] Chaerani, S., Badriyah, S. M., & Suharto, R. (2021). Eksekusi Penjaminan Apartemen (Satuan Rumah Susun) Yang Berdiri Di Atas Hak Guna Bangunan Di Atas Hak Pengelolaan. *Diponegoro Law Journal*, 10(2), 464-475. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/dlr/article/view/30617>
- [9] Ariska, P., Muchtar, H., Montessori, M., & S, N. (2022). Artikel Potret Interaksi Sosial Pekerja Perempuan pada Pabrik Pondok Batu Kapur Bukit Tui Kota Padang Panjang. *Journal of Civic Education*, 5(3), 380-387. <https://doi.org/10.24036/jce.v5i3.638>
- [10] Baum, A. & Valins, S. (1979). Architectural Mediation of Residential Density and Control: Crowding and The Regulation of Social Contact. *Advances in Experimental Social Psychology*, (12) 131-175. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)60261-0](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60261-0)
- [11] Sunarti, E., Fatwa, N., Rahmawati, Z., Faramuli, W., & Ramadhany, D. (2021). Spatial Environment of Home, Stress Management, and Welfare of Family Living in Two-Level Marginal Regions. *Journal of Family Sciences*, 6(1), 1-19. <https://doi.org/10.29244/jfs.v6i1.35795>
- [12] Wahyu, A. M., Karisma, L., Ridwan, Q., Hariyanti, A., & Sa'id, M. (2020). Kesesakan sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis: Studi di Kampung Biru Arema Kota Malang. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 157-170. <https://doi.org/10.33367/psi.v5i2.1083>
- [13] Nurwela, T. S., & Rindu, Y. (2020). Tingkat Stres Pada Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas I Kupang. *Flobamora Nursing Journal*, 1(2), 9-14.

- <https://jurnal.poltekeskupang.ac.id/index.php/fnj/article/view/829>
- [14] Saputri, K.A., & Sugiharto, DYP. (2020). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Social Support Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Akhir Penyusun Skripsi Di FIP UNNES Tahun 2019. *Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 101-122. <http://dx.doi.org/10.21043/konseling.v3i2.6010>
- [15] Muslim, M. (2020). Manajemen Stress Pada Masa Pandemi COVID-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201. <https://doi.org/10.55886/esensi.v23i2.205>
- [16] Uloli, D. R., Supiadi, E., & Windriyati. (2019). Manajemen Stres Petugas Lembaga Pemasarakatan Kelas II A Subang. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 1(1), 50-92. <https://jurnal.poltekesos.ac.id/index.php/rehsos/article/view/176>
- [17] Hidayah, N., Kartini, Y., & Haryanto, J. (2020). Kondisi Stres Dan Strategi Koping Keluarga Dalam Meningkatkan Kepatuhan Pembatasan Cairan Klien Yang Menjalani Program Hemodialisis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(1), 43-50. <https://doi.org/10.33023/jikep.v6i1.357>
- [18] Welta, O., & Agung, I. M. (2017). Kesesakan dan Masa Hukuman dengan Stres pada Narapidana. *Jurnal RAP UNP*, 8(1), 60-68. <https://doi.org/10.24036/rapun.v8i1.7952>
- [19] Muhliansyah. (2018). Pengaruh Kesesakan dan Adaptasi Terhadap Stress Lingkungan. *Psikoborneo*, 6(3), 341- 351. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4647>
- [20] Handayani, S. L. (2020). Hubungan Kesesakan dan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Masyarakat Dikawasan Padat Penduduk Kota Surabaya. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora*, 4(2), 126-132. <https://doi.org/10.23887/jppsh.v4i2.29998>
- [21] Tumanggor, R. W. ., & Nastasia, K. . (2019). Hubungan Komitmen Organisasi dengan Kinerja pada Guru Pendidik Khusus Honorar (GPK) di Kota Padang. *Psyche 165 Journal*, 12(2), 174-182. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v12i2.37>
- [22] Kristanti, E., & Rachmawati, R. (2021). Apa Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Anda? Kajian Tingkat Stres Warga Malang Di CFD Jalan Ijen Ditinjau Dari Tipe Kepribadian A Dan B. *PSIKOVIDYA*, 24(2), 133-140. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v24i2.166>