

**KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN  
*ALEXITHYMIA* PADA MAHASISWA PERANTAU DI UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN**

**SKRIPSI**

**OLEH  
HAIRATI PUSPITA DEWI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2024**

**KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN  
*ALEXITHYmia* PADA MAHASISWA PERANTAU DI UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN**

**Skripsi**

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi

**Oleh**

**Hairati Puspita Dewi  
NIM. 190103040435**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
BANJARMASIN  
2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hairati Puspita Dewi  
NIM : 190103040435  
Tempat/Tgl. Lahir : Kertak Hanyar, 23 April 2001  
Program Studi : Psikologi Islam  
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari  
Banjarmasin

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul “ Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kecenderungan Alexithymia pada Mahasiswa Perantau UIN Antasari Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Banjarmasin, 29 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,

Tanda tangan

A 1000 Rupiah revenue stamp (Meterai Tempel) with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '1000', 'METERAI TEMPEL', and the serial number 'C5A5AAKX677198151'.

Hairati Puspita Dewi

## BUKTI BEBAS PLAGIASI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN  
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593  
Website: [www.pi.uin-antasari.ac.id](http://www.pi.uin-antasari.ac.id); E-mail: [psikologi.islam@uin-antasari.ac.id](mailto:psikologi.islam@uin-antasari.ac.id)

### Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 5350/Un.14/III.3/PP.00.9/12/2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Hairati Puspita Dewi  
NIM : 190103040435  
Prodi : Psikologi Islam  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi  
Judul Karya Ilmiah : Kontribusi Dukungan Sosial Terhadap Kecenderungan Alexithymia pada Mahasiswa Perantau UIN Antasari Banjarmasin

Telah dinyatakan **Lulus Uji Plagiasi** dengan **Persentase** sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 29 Desember 2023



dan Ketua Prodi Psikologi Islam,  
Sekretaris,

*Musfichin, M.A*  
Musfichin, M.A

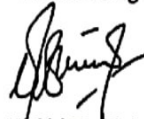
**PERSETUJUAN SKRIPSI**  
**KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN**  
**ALEXITHYMIA PADA MAHASISWA PERANTAU**  
**UIN ANTASARI BANJARMASIN**

**Dipersembahkan dan disusun oleh:**

**Hairati Puspita Dewi**  
**NIM. 190103040435**

**Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dapat Diajukan Kepada Tim Penguji**

**Pembimbing I**



**Dra. H. Siti Faridah, M. Ag**  
**NIP. 196412291994032003**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Psikologi Islam**



**Dra. Mulyani, M. Ag**  
**NIP. 196810101994032004**

**Tanggal, 21 Desember 2023**

**PENGESAHAN SKRIPSI**


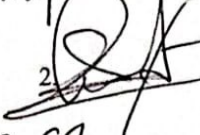



**KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN  
ALEXITHYMIA PADA MAHASISWA PERANTAU DI UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

**Hairati Puspita Dewi**  
**NIM. 190103040435**

Telah Diajukan pada Tim Penguji  
Pada Hari Senin, 08 Januari 2024

**Tim Penguji**

<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Dra. Mulyani, M.Ag (Ketua Penguji)	1. 
2. Imadduddin, M.A (Penguji I)	2. 
3. Dra. Hj.Siti Faridah, M.Ag (Penguji II)	3. 
4. Musfichin, M.A (Penguji III)	4. 
5. Sarihat, M.A (Notulis)	5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Antasari Banjarmasin



## ABSTRAK

**Hairati Puspita Dewi.** 190103040435. *Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kecenderungan Alexithymia pada Mahasiswa Perantau di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.* Pembimbing Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag, pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin. 2024.

**Kata kunci:** Dukungan Sosial, Kecenderungan *Alexithymia*, Mahasiswa Perantau

*Alexithymia* berhubungan dengan kurangnya dukungan sosial yang dirasakan, kurangnya hubungan dekat, dan kurangnya keterampilan sosial. *Alexithymia* merupakan sebuah kondisi dimana individu tidak mampu mengenali dan mengekspresikan emosi dan perasaannya. Dengan kata lain individu tidak mampu mengenali emosi dirinya sendiri dan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk melihat tingkat dukungan sosial, tingkat kecenderungan *alexithymia*, dan kontribusi dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa perantau di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, yaitu pengukuran hubungan atau korelasi antara dua atau lebih variabel. Dengan kata lain bertujuan mengidentifikasi dan mengukur sejauh mana dua variabel saling berhubungan. Populasi penelitian ini mahasiswa perantau di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin angkatan 2021-2022 dengan sampel sebanyak 97 responden. Skala yang dipakai dalam penelitian ini yaitu *Multidimensional of Perceived Social Support* untuk mengukur dukungan sosial dan skala *Toronto Alexithymia Scale* sebagai alat ukur *alexithymia*. Adapun aspek dukungan sosial yang dikembangkan oleh Zimet yaitu dukungan keluarga, teman, dan orang yang dianggap penting atau spesial. Aspek *alexithymia* berupa kesulitan mengenali perasaan, kesulitan dalam mengungkapkan perasaan melalui kata-kata, dan pikiran yang berorientasi eksternal.

Hasil penelitian ini, diketahui 1) Tingkat dukungan sosial mahasiswa perantau berada pada kategori tinggi sebanyak 23 mahasiswa, 61 mahasiswa memiliki tingkat dukungan sosial sedang, dan 13 mahasiswa memiliki tingkat dukungan sosial rendah. 2) Tingkat kecenderungan *alexithymia* sebanyak 15 mahasiswa berada pada kategori tinggi, 68 mahasiswa pada kategori sedang, dan 14 mahasiswa pada kategori rendah. 3) Terdapat korelasi negatif dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* pada mahasiswa perantau di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dengan nilai sebesar  $-0,102 < r \text{ tabel } 0,2$ . Hasil koefisien determinasi diketahui nilai *R square* sebesar 0,010 atau sama dengan 1%. Maka kesimpulannya kontribusi variabel dukungan sosial terhadap kecenderungan *alexithymia* sebesar 1% dan sisanya sebesar 99% dapat dijelaskan oleh faktor-faktor penyebab lain.

## MOTTO

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ

*“Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu”*

*(Q.S. Al-Baqarah/2: 45)*



## **KATA PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis dedikasikan kepada orang tua tercinta atas ketulusan hati dan doanya yang tak pernah putus, untuk para dosen yang memberikan bimbingan dan arahan selama proses ini berlangsung, untuk teman-teman yang bersedia memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis, serta untuk orang-orang yang sering bertanya kapan sidang, kapan nyusul dan sejenisnya. Kalian adalah motivasi terbesar penulis untuk menyelesaikan tugas ini

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi syukur kepada Allah S.W.T. dan kepada baginda Nabi Muhammad S.A.W. beserta keluarga dan sahabat. Karena berkat limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kecenderungan *Alexithymia* pada Mahasiswa Perantau di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin”. Atas segala hal yang penulis lalui selama penyusunan skripsi ini tentunya tidak luput dari bantuan berbagai pihak. Oleh sebab itu, perkenankanlah penulis untuk berterima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Dikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan memberikan persetujuan untuk judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Musfichin, M.A selaku Sekretaris Jurusan Psikologi Islam yang membantu memberi pengarahan dalam proses penelitian ini.
4. Ibu Dra. Siti Faridah, M.Ag selaku Dosen Pembimbing Akademik yang sangat sabar dalam membantu memberi pengarahan penulisan skripsi yang sesuai dengan standar pedoman Jurusan dan membimbing selama proses penelitian.
5. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang telah berjasa menyalurkan ilmunya kepada saya selama masa perkuliahan ini.

6. Pihak UIN Antasari Banjarmasin yang bersedia memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian.
7. Kedua orang tua saya yang selama ini telah memberikan dukungan dalam bentuk moral serta materi yang dapat memudahkan untuk berangkat ke kampus dengan akses transport yang nyaman.
8. Saudara yang selalu memberi dukungan dan bantuan dalam bentuk materi.
9. Maya Nur Izzati yang telah kebersamai saya dan banyak membantu dari awal perkuliahan hingga akhir.
10. Seluruh teman dan pihak-pihak yang telah membantu dalam bentuk, tenaga, waktu, dan dukungan kepada penulis selama proses penelitian berlangsung.

Terima kasih yang tak terhingga untuk semua pihak yang telah berjasa membantu. Semoga Allah S.W.T memberikan balasan dan melimpahkan keberkahan kepada semuanya. Dalam tulisan ini penulis menyadari masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan, karena itu dibutuhkan kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini mendatangkan manfaat kepada mahasiswa, pembaca, dan akademik.

Banjarmasin, 20 Desember 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL</u> .....	i
<u>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</u> .....	ii
<u>BUKTI BEBAS PLAGIASI</u> .....	iii
<u>PERSETUJUAN SKRIPSI</u> .....	iv
<u>PENGESAHAN SKRIPSI</u> .....	v
<u>ABSTRAK</u> .....	vi
<u>MOTTO</u> .....	vii
<u>KATA PERSEMBAHAN</u> .....	viii
<u>KATA PENGANTAR</u> .....	ix
<u>DAFTAR ISI</u> .....	xi
<u>DAFTAR TABEL</u> .....	xiii
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u> .....	xiv

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Definisi Operasional .....	10
F. Penelitian Terdahulu .....	11
G. Hipotesis.....	15
H. Sistematika Penulisan .....	15

### BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR

A. Dukungan Sosial .....	17
1. Definisi Dukungan Sosial .....	17
2. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial.....	18
3. Faktor Dukungan Sosial.....	21
4. Fungsi Dukungan Sosial .....	22
5. Dukungan Sosial Dalam Islam.....	23
B. <i>Alexithymia</i> .....	25
1. Definisi <i>Alexithymia</i> .....	25
2. Aspek-aspek <i>Alexithymia</i> .....	26
3. Faktor Penyebab <i>Alexithymia</i> .....	28
4. Pengendalian Emosi dalam Perspektif Islam .....	30
C. Kerangka Pikir .....	33

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	34
B. Lokasi Penelitian .....	35
C. Subjek Penelitian.....	35

D. Populasi dan Sampel .....	35
E. Data dan Sumber Data .....	37
F. Teknik Pengumpulan Data .....	38
G. Desain Pengukuran.....	38
H. Teknik Analisis Data .....	40
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	45
B. Karakteristik Responden .....	48
C. Pemaparan Hasil Penelitian.....	48
D. Pembahasan.....	58
E. Keterbatasan Penelitian.....	64
 <b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	66
B. Rekomendasi .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>98</b>

## DAFTAR SKEMA

<u>SKEMA 2.1 KERANGKA PIKIR.....</u>	<u>33</u>
--------------------------------------	-----------

## DAFTAR TABEL

TABEL 3.1 POPULASI MAHASISWA UIN ANTASARI BANJARMASIN ANGKATAN 2021-2022.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 3.2 NILAI SKOR SETIAP JAWABAN ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 3.3 <i>BLUE PRINT</i> SKALA DUKUNGAN SOSIAL .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 3.4 BLUE PRINT SKALA ALEXITHYMIA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 3.5 INTERPRETASI UJI KORELASONAL .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.1 NILAI VALIDITAS SKALA DUKUNGAN SOSIAL .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.2 NILAI VALIDITAS SKALA <i>ALEXITHYMIA</i>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.3 NILAI RELIABILITAS DUA VARIABEL ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.4 ANALISIS DESKRIPTIF .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.5 TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.6 TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL TEMAN..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.7 TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL DARI ORANG YANG DIANGGAP PENTING.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.8 TINGKAT DUKUNGAN SOSIAL ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.10 UJI NORMALITAS .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.11 UJI LINEARITAS .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.12 HASIL ANALISIS REGRESI SEDERHANA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.13 HASIL UJI KORELASI PRODUK MOMENT ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.15 KOEFISIEN DETERMINASI DUKUNGAN KELUARGA ..	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.16 KOEFISIEN DETERMINASI DUKUNGAN TEMAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
TABEL 4.17 KOEFISIEN DETERMINASI DUKUNGAN DARI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ORANG PENTING ATAU SPESIAL .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Kuesioner Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Uji Validitas Skala Dukungan Sosial</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Uji Validitas Skala <i>Alexithymia</i></u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Uji Reliabel Skala .....	91
Surat Izin Riset .....	92
<u>Surat Selesai Riset</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Surat Lulus Uji Plagiasi</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Surat Submit Jurnal</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Kartu Konsultasi</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<u>Daftar Riwayat Hidup</u> .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>