

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT STRES
DENGAN STRATEGI KOPING PADA IBU YANG
MEMILIKI ANAK STUNTING DI PUSKESMAS
KECAMATAN KRAMAT JATI**

SKRIPSI



**Oleh
NAJWA AFIFAH
224201516066**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT STRES
DENGAN STRATEGI KOPING PADA IBU YANG
MEMILIKI ANAK STUNTING DI PUSKESMAS
KECAMATAN KRAMAT JATI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh
NAJWA AFIFAH
224201516066

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2026**

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT STRES DENGAN STRATEGI KOPING PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK STUNTING DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI

Oleh :

Najwa Afifah

NPM : 224201516066

Telah dipertahakan di hadapan penguji skripsi

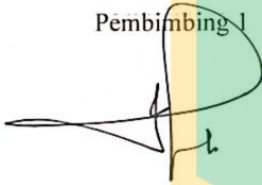
Program Studi Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional

Pada tanggal 23 Februari 2026

Pembimbing 1



Ns. Diah Argarini, M.Kep

Pembimbing 2



Ns. Rizqi Nursasmita, M.Kep., Sp.Kep.An

Mengesahkan ,



Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

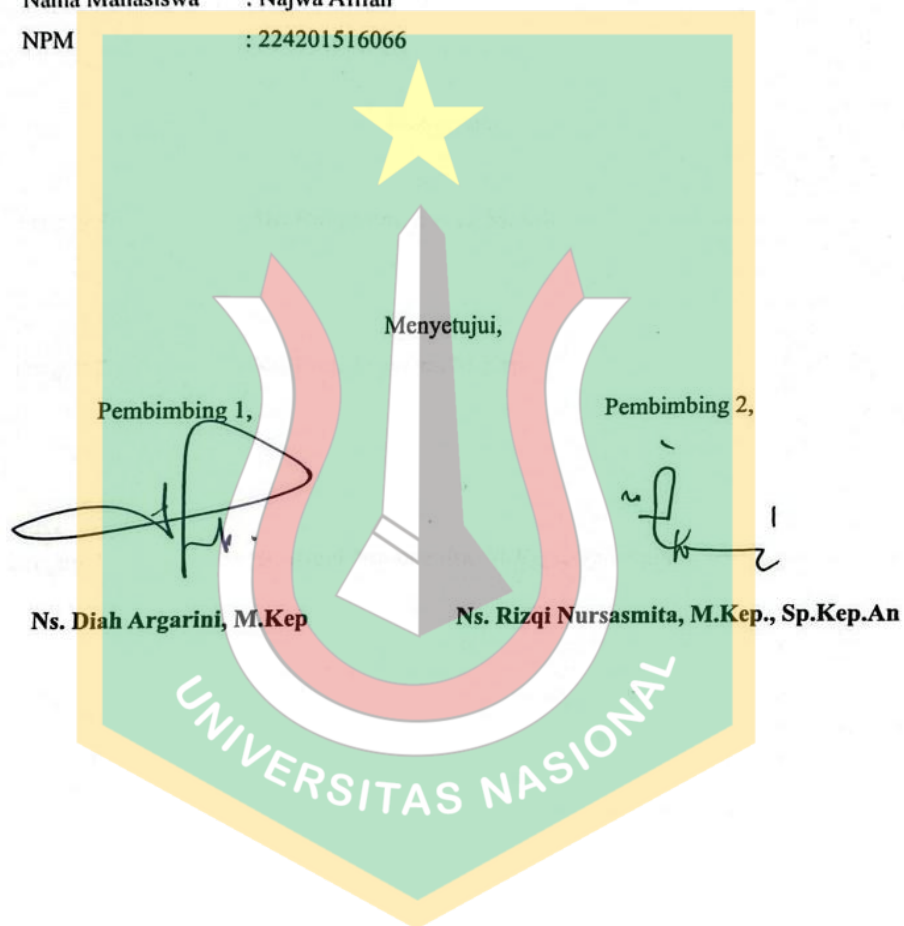
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul : Hubungan Dukungan Sosial dan Tingkat Stres dengan
Strategi Koping pada Ibu yang Memiliki Anak
Stunting di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati

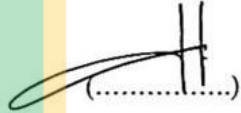
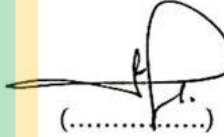
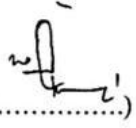
Nama Mahasiswa : Najwa Afifah


NPM : 224201516066



HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul : Hubungan Dukungan Sosial dan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati
Nama Mahasiswa : Najwa Afifah
NPM : 224201516066

	Menyetujui,	
Penguji 1	: Dr. Rukmaini, S.S.T., M.Keb.	
Penguji 2	: Ns. Diah Argarini, M.Kep	
Penguji 3	: Ns. Rizqi Nursasmita, M.Kep., Sp.Kep.An	



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Najwa Afifah

NPM : 224201516066

Judul : Hubungan Dukungan Sosial dan Tingkat Stres dengan Strategi Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 23 Februari 2026


Najwa Afifah



ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DAN TINGKAT STRES DENGAN STRATEGI KOPING PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK STUNTING DI PUSKESMAS KECAMATAN KRAMAT JATI

Najwa Afifah, Diah Argarini, Rizqi Nursasmita

Latar Belakang: Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi perhatian di Indonesia. Kondisi anak yang mengalami stunting dapat menimbulkan beban psikologis bagi ibu, sehingga dukungan sosial dan tingkat stres diduga berperan dalam menentukan strategi koping yang digunakan ibu dalam menghadapi kondisi tersebut.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dan tingkat stres dengan strategi koping pada ibu yang memiliki anak stunting di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kramat Jati.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dukungan sosial, tingkat stres, dan strategi koping. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil Penelitian: Sebagian besar responden memiliki dukungan sosial kategori tinggi (54,0%), tingkat stres kategori sedang (52,0%), dan strategi koping kategori adaptif (62,0%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan strategi koping ($p = 0,011$) serta terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan strategi koping ($p = 0,001$).

Simpulan: Dukungan sosial dan tingkat stres memiliki hubungan yang signifikan dengan strategi koping pada ibu yang memiliki anak stunting.

Saran: Tenaga Kesehatan dapat meningkatkan edukasi dan pendampingan terkait dukungan sosial serta pengelolaan stres pada ibu yang memiliki anak stunting guna mendorong penggunaan strategi koping yang adaptif.

Kata kunci: Dukungan sosial, tingkat stres, strategi koping, ibu, stunting

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND STRESS LEVELS ON COPING STRATEGIES OF MOTHERS WHO HAVE CHILDREN WITH STUNTING AT KRAMAT JATI PUBLIC HEALTH CENTER

Najwa Afifah, Diah Argarini, Rizqi Nursasmita

Background: Stunting is a chronic nutritional problem that remains a major concern in Indonesia. Having a child with stunting can impose a psychological burden on mothers; therefore, social support and stress levels are presumed to play important roles in determining the coping strategies used by mothers in dealing with this condition.

Purpose: To determine the relationship between social support and stress level on coping strategies of mothers who have children with stunting at Kramat Jati Public Health Center.

Methods: A quantitative design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 50 respondents selected using accidental sampling. Research instruments included questionnaires on social support, stress level, and coping strategies. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with Chi-square test.

Results: The majority of respondents had high levels of social support (54.0%), moderate stress levels (52.0%), and adaptive coping strategies (62.0%). There was a significant relationship between social support and coping strategies ($p = 0.011$) and between stress level and coping strategies ($p = 0.001$).

Conclusion: Social support and stress level were significantly associated with coping strategies among mothers who have children with stunting.

Suggestion: Healthcare providers are encouraged to enhance education and provide support related to social support and stress management for mothers who have children with stunting in order to promote the use of adaptive coping strategies.

Keywords: coping strategies, mothers, stunting, social support, stress level.



DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI	v
PERNYATAAN ORISINILITAS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Bagi Puskesmas Kecamatan Kramat Jati	7
1.4.2 Bagi Responden	7
1.4.3 Bagi Instansi.....	7
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Stunting.....	9
2.1.1 Pengertian Stunting.....	9
2.1.2 Etiologi Stunting	10
2.1.3 Tanda dan Gejala Stunting	11

2.1.4	Dampak Stunting.....	12
2.1.5	Pencegahan Stunting.....	13
2.2	Dukungan Sosial	15
2.2.1	Pengertian Dukungan Sosial	15
2.2.2	Bentuk Dukungan Sosial.....	16
2.2.3	Peran Dukungan Sosial	17
2.3	Konsep Tingkat Stres	18
2.3.1	Pengertian Stres.....	18
2.3.2	Jenis Stres.....	19
2.3.3	Tingkat Stres	19
2.4	Konsep Strategi Koping	21
2.4.1	Pengertian Strategi Koping	21
2.4.2	Jenis-jenis dan Bentuk Strategi Koping.....	23
2.4.3	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi Koping.....	25
2.5	Kerangka Teori.....	28
2.6	Kerangka Konsep.....	29
2.7	Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		30
3.1	Desain Penelitian.....	30
3.2	Populasi dan sampel.....	30
3.2.1	Populasi.....	30
3.2.2	Sampel.....	31
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
3.3.1	Lokasi Penelitian.....	31
3.3.2	Waktu Penelitian	32
3.4	Variabel Penelitian	32
3.5	Definisi Operasional.....	32
3.6	Instrumen Penelitian.....	34
3.6.1	MSPSS (<i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>)	34

3.6.2	PSS (<i>Perceived Stress Scale</i>)	35
3.6.3	CSI (<i>Coping Strategy Inventory</i>)	35
3.7	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	36
3.7.1	Uji Validitas.....	36
3.7.2	Uji Reliabilitas	37
3.8	Prosedur Pengumpulan Data.....	38
3.9	Pengolahan Data.....	39
3.10	Analisis Data	40
3.10.1	Analisis Univariat.....	40
3.10.2	Analisis Bivariat.....	41
3.11	Etika Penelitian	41
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
4.1	Hasil Penelitian	42
4.1.1	Karakteristik responden	42
4.1.2	Hasil Analisis Univariat	44
4.1.3	Hasil Analisis Bivariat	45
4.2	Pembahasan Penelitian.....	48
4.2.1	Dukungan Sosial pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting.....	48
4.2.2	Tingkat Stres pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting.....	49
4.2.3	Strategi Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting.....	50
4.2.4	Hubungan Dukungan Sosial dengan Strategi Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting.....	52
4.2.5	Hubungan Tingkat Stres dengan Strategi Koping pada Ibu yang Memiliki Anak Stunting.....	54
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	57
5.1	Simpulan	57
5.2	Saran.....	58
5.2.1	Bagi Ibu yang Memiliki Anak Stunting	58
5.2.2	Bagi Puskesmas Kecamatan Kramat Jati	58

5.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	58
	DAFTAR PUSTAKA	59
	LAMPIRAN	62



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3. 2 Kriteria Kategorisasi Dukungan Sosial	34
Tabel 3. 3 Kriteria Kategorisasi Tingkat Stres	35
Tabel 4. 1 Distribusi Karakteristik Responden	42
Tabel 4. 2 Distribusi Kategori Dukungan Sosial di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati	44
Tabel 4. 3 Distribusi Tingkat Stres di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati.....	44
Tabel 4. 4 Distribusi Strategi Koping di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati	45
Tabel 4. 5 Hubungan Dukungan Sosial dengan Strategi Koping.....	46
Tabel 4. 6 Hubungan Tingkat Stres dengan Strategi Koping.....	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	29



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	63
Lampiran 2	64
Lampiran 3	65
Lampiran 4	66
Lampiran 5	68
Lampiran 6	69
Lampiran 7	74
Lampiran 8	76
Lampiran 9	78
Lampiran 10	82
Lampiran 11	83
Lampiran 12	84

