

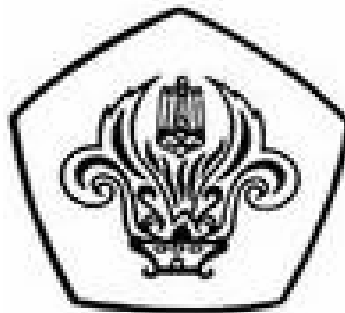
**PENGEMBANGAN ALAT UKUR *COPING STRESS*
UNTUK PELAJAR SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Prasyarat Kelulusan Program Strata 1 (S1)

Dosen Pembimbing:

P. Tommy Y. S. Suyasa, M. Si., Psi.



Disusun oleh:

Debi Susanti Suhendra (705050020)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA**

2009

KATA PENGANTAR

Pertama dan terutama, peneliti mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala anugerah dan penyertaan-Nya dari awal kuliah hingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul *Pengembangan Alat Ukur Coping Stress untuk Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA)* ini. Tanpa hikmat dan kemurahan-Nya, peneliti tidak dapat menyelesaikan skripsi ini. Tuhan Yesus Kristuslah yang memakai pihak-pihak yang membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Tuhan Yesus Kristus juga menjadi inspirasi peneliti. Skripsi ini peneliti dedikasikan secara khusus kepada Tuhan Yesus Kristus.

Judul yang peneliti angkat dalam penyusunan skripsi ini didasarkan pada fenomena yang peneliti amati di lapangan. Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yang disertai dengan adanya masalah-masalah, khususnya masalah yang berhubungan dengan area sekolah. Oleh karena itu, peneliti berharap dengan adanya pengembangan alat ukur *coping stress* ini, para remaja, khususnya pelajar SMA dapat mengidentifikasi stres yang dialaminya dan juga *coping stress* yang mereka gunakan saat ini.

Dengan adanya identifikasi tersebut, pelajar SMA dapat mengetahui keefektifan strategi *coping stress* yang mereka lakukan selama ini. Selain itu, dengan adanya pengembangan alat ukur *coping stress* ini, dapat dilakukan studi lanjut yang dapat memberikan informasi kepada para praktisi pendidikan, siswa, maupun orang tua, sehubungan dengan akibat-akibat stres yang ada. Pengembangan alat ukur *coping stress* untuk pelajar SMA ini berlandaskan atas berbagai teori yang telah dikembangkan sebelumnya. Namun, tentunya peneliti melakukan parafrase sesuai dengan gaya bahasa peneliti.

Pengembangan alat ukur untuk pelajar SMA ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing peneliti yaitu Bapak P. Tommy Y. S. Suyasa, M. Si., Psi. Terima kasih atas bimbingan, pengertian, dan kesabarannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga mendapat berbagai pengetahuan baru mengenai psikologi dan pengukuran.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Henny E. Wirawan, M. Hum, Psi., Ibu Prof. Dr. Sjamsunuwijati Mar'at, Bapak Sandy Kartasasmita, M. Psi., Ibu Dr. Fransisca Iriani, dan Bapak Agoes Dariyo, M. Si., Psi. atas kesediaannya untuk menjadi *reviewer* alat ukur ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Yadi karena beliau telah membantu dalam proses pembuatan surat ijin untuk pengambilan data ke sekolah-sekolah.

Peneliti berterima kasih kepada Ibu Kepala SMA Strada St. Thomas Aquino, Bapak Kepala SMA Perguruan Budhi, Bapak Kepala SMA Dharma Putra, dan Bapak Kepala SMA Kristen Kanaan atas kesediaan dan ijinnya untuk pengambilan data di sekolah-sekolah mereka. Peneliti juga berterima kasih kepada Ibu guru bidang studi Bimbingan Konseling (BK) SMA Dharma Putra, Bapak Wakil Kepala SMA Strada St. Thomas Aquino, dan Bapak guru bidang studi Bimbingan Konseling (BK) SMA Perguruan Budhi, dan Ibu guru bidang studi Bimbingan Konseling (BK) SMA Kristen Kanaan atas bantuannya dalam proses pengambilan data.

Tak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada orang tua peneliti yang tak henti-hentinya mendukung peneliti, baik secara materiil, maupun moril dalam penyusunan skripsi ini. Untuk papa, terima kasih atas kesediaan dan kesabarannya untuk mengantar dan menunggu peneliti saat pengambilan data

ke sekolah-sekolah. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada kekasih peneliti yang telah memberikan dukungan dan bantuan dengan selalu memberikan kata-kata positif agar peneliti selalu bersemangat dalam penyusunan skripsi ini. Beliau selalu menguatkan peneliti saat peneliti patah semangat. Peneliti juga berterima kasih kepada pihak-pihak lain yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa hasil skripsi ini jauh dari sempurna. Namun, kiranya pembaca memaklumi hal ini karena tak ada manusia yang tak luput dari kesalahan, seperti kata pepatah, "Tak ada gading yang tak retak." Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangatlah peneliti butuhkan. Besar harapan peneliti, skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca, khususnya pelajar SMA dan para praktisi pendidikan.

Tangerang, 5 Juni 2009

Peneliti

DAFTAR ISI

Lembar Judul.....	i
Lembar Pengesahan.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel.....	x
Daftar Lampiran.....	xi
Abstrak.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Permasalahan.....	1
1.2 Pertanyaan Penelitian.....	13
1.3 Tujuan Penelitian.....	13
1.4 Manfaat Pengembangan Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	13
1.5 Sistematika Berpikir.....	14

BAB II KERANGKA TEORITIS

2.1 <i>Coping Stress</i>	16
2.1.1 Pengertian <i>Coping Stress</i>	16
2.1.2 Jenis Strategi <i>Coping Stress</i>	17
2.1.3 <i>Problem-focused Coping</i>	21
2.1.4 <i>Emotional-focused Coping</i>	22
2.1.5 <i>Maladaptive Coping</i>	25
2.1.6 Faktor-faktor yang Memengaruhi Pemilihan Strategi.....	30

Coping Stress

2.1.7 Pengaruh <i>Coping Stress</i> terhadap Kondisi Psikologis.....	33
--	----

Individu

2.2 Stres.....	34
2.2.1 Beberapa Pendekatan Terhadap Stres.....	34
2.2.2 Pengertian Stres.....	39
2.2.3 Pengaruh Stres terhadap Kondisi Psikologis Individu.....	41
2.2.4 Tahap-tahap Stres.....	42
2.3 Remaja.....	44
2.3.1 Pengertian Remaja.....	44
2.3.2 Tugas Perkembangan Remaja.....	47
2.3.3 Aspek Psikologis Remaja	49
2.3.3.1 Aspek Psikososial.....	49
2.3.3.2 Aspek Kognitif.....	49
2.3.3.4 Aspek Emosional.....	52
2.3.4 Permasalahan pada Individu Remaja.....	54
2.4 Pengukuran.....	55
2.4.1 Pengertian Pengukuran.....	55
2.4.2 Pengujian Validitas.....	57
2.4.3 Pengujian Reliabilitas.....	63
2.4.4 Analisis Faktor.....	64
2.4.4.1 Pengertian Analisis Faktor.....	64
2.4.4.2 Tujuan Analisis Faktor.....	65
2.4.4.3 Jenis-jenis Analisis Faktor.....	65

2.4.5 Norma.....	66
2.5 Stres pada Remaja	69
2.6 Kerangka Berpikir.....	75

BAB III METODE PENYUSUNAN ALAT UKUR

3.1 Partisipan Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	78
3.1.1 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	79
3.1.2 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	79
3.1.3 Gambaran Subjek Berdasarkan Kelas.....	79
3.1.4 Gambaran Subjek Berdasarkan Jurusan.....	80
3.1.5 Gambaran Subjek Berdasarkan Agama.....	81
3.1.6 Gambaran Subjek Berdasarkan Status Tempat Tinggal.....	81
3.2 Administrasi Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	82
3.2.1 Setting Lokasi.....	82
3.2.2 Waktu.....	84
3.2.3 Perlengkapan dan Peralatan.....	84
3.2.4 Instruksi.....	85
3.3 Prosedur Penyusunan Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	86

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA

4.1 Rancangan Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	93
4.2 Gambaran <i>Stressor</i> Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA).....	106
4.3 Gambaran Stres Pelajar SMA.....	107
4.4 Gambaran Studi Reliabilitas Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	107

4.5 Gambaran Studi Validitas Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	109
4.5.1 Hasil Uji Validasi Isi (<i>Content Validity</i>).....	109
4.5.2 Hasil Uji Validasi Tampilan (<i>Face Validity</i>).....	109
4.5.3 Hasil Uji Validasi Konstruk (<i>Construct Validation Study</i>).....	110
4.5.4 Hasil Uji Validasi Kriteria (<i>Criterion Validation Study</i>).....	112
4.6 Gambaran Norma Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	113
4.7 Analisis Tambahan.....	117

BAB V SIMPULAN, DISKUSI dan SARAN

5.1 Simpulan.....	118
5.2 Diskusi.....	119
5.3 Saran.....	122
5.3.1 Saran untuk penelitian selanjutnya	122
Abstract.....	124
Daftar Pustaka.....	P-1
Lampiran.....	L-1

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Daftar Alat Ukur Coping Stress yang Pernah Dikembangkan.....	6
Tabel 2 Contoh butir Alat Ukur <i>Coping Inventory for Adolescents</i> (CIA).....	11
Tabel 3 Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	79
Tabel 4 Gambaran Subjek Berdasarkan Kelas.....	80
Tabel 5 Gambaran Subjek Berdasarkan Jurusan.....	80
Tabel 6 Gambaran Subjek Berdasarkan Agama.....	81
Tabel 7 Gambaran Subjek Berdasarkan Status Tempat Tinggal.....	82
Tabel 8 Keterangan Pengambilan Data di SMA Strada St. Thomas Aquino....	90
Tabel 9 Keterangan Pengambilan Data di SMA Perguruan Budhi.....	90
Tabel 10 Butir Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	94
Tabel 11 Gambaran <i>Test-retest</i> Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	108
Tabel 12 Gambaran <i>Construct Validity</i> Berdasarkan <i>Convergent Evidence</i>	110
Tabel 13 Gambaran <i>Construct Validity</i> Berdasarkan <i>Discriminant Evidence</i> ...	111
Tabel 14 Gambaran <i>Criterion Validity</i>	112
Tabel 15 Norma <i>Coping Stress Problem-Focused Coping</i> (N = 383; Usia: 15 – 19 tahun; Siswa SMU).....	114
Tabel 16 Norma <i>Coping Stress Problem Emotional-Focused Coping</i> (N = 383; Usia: 15 – 19 tahun; Siswa SMU).....	115
Tabel 17 Norma <i>Coping Stress Emotional-Focused Coping</i> (N = 383; Usia: 15 – 19 tahun; Siswa SMU).....	115
Tabel 18 Norma <i>Coping Stress Emotional Physical-Focused Coping</i> (N = 383; Usia: 15 – 19 tahun; Siswa SMU).....	116
Tabel 19 Norma <i>Coping Stress Maladaptive Coping</i> (N = 383; Usia: 15 – 19 tahun; Siswa SMU).....	116

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1A Gambaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	L-1
Lampiran 1B Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	L-1
Lampiran 1C Gambaran Subjek Berdasarkan Kelas.....	L-1
Lampiran 1D Gambaran Subjek Berdasarkan Jurusan.....	L-2
Lampiran 1E Gambaran Subjek Berdasarkan Agama.....	L-2
Lampiran 1F Gambaran Subjek Berdasarkan Status Tempat Tinggal.....	L-3
Lampiran 2 Gambaran <i>Stressor</i> Pelajar SMA.....	L-3
Lampiran 3A Gambaran Stres Pelajar SMA (Emosional).....	L-12
Lampiran 3B Gambaran Stres Pelajar SMA (Behavioral).....	L-13
Lampiran 3C Gambaran Stres Pelajar SMA (Fisik).....	L-13
Lampiran 4 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Supporting Activities</i>	L-14
Lampiran 5 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Suppression of Competing Activities</i>	L-14
Lampiran 6 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Planning</i>	L-15
Lampiran 7 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Seeking Social Support (peer)</i> ...	L-15
Lampiran 8 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Seeking Social Support (parents)</i>	L-15
Lampiran 9 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Seeking Social Support (teacher)</i>	L-16
Lampiran 10 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Turning to Religion</i>	L-16
Lampiran 11 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Positive Appraisal</i>	L-16
Lampiran 12 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi Menikmati Media.....	L-17
Lampiran 13 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi Tidur.....	L-17

Lampiran 14 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi Makan.....	L-17
Lampiran 15 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Body Massage</i>	L-18
Lampiran 16 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Body Relaxation</i>	L-18
Lampiran 17 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi Pengkonsumsian Penambah Stamina Tubuh.....	L-18
Lampiran 18 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi Pengkonsumsian Zat Adiktif.....	L-19
Lampiran 19 Reliabilitas <i>Test-Retest</i> Strategi <i>Displacement</i>	L-19
Lampiran 20 <i>Construct Validity</i> Berdasarkan <i>Convergent Evidence</i>	L-19
Lampiran 21 <i>Construct Validity</i> Berdasarkan <i>Discriminant Evidence</i>	L-21
Lampiran 22 <i>Criterion Validity</i>	L-21
Lampiran 23 Kuesioner.....	L-23
Lampiran 24 Analisis Tambahan.....	L-40
Lampiran 25 Surat Pernyataan Pakar	

ABSTRAK

Debi Susanti Suhendra

Pengembangan Alat Ukur *Coping Stress* untuk Pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA). (P. Tommy Y. S. Suyasa, M. Si., Psi.); Strata 1, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara; 124 H, P1-P7, L1-L40)

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan alat ukur *coping stress* untuk pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 383 orang. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan data tersebut diproses dengan menggunakan program SPSS versi 13.0. Alat ukur *coping stress* ini terdiri dari 85 pasang pernyataan. Format butir yang digunakan ialah *method of paired comparison*. Alat ukur *coping stress* ini sudah reliabel secara *consistency cross-time reliability (test-retest)*. Alat ukur *coping stress* ini sudah valid secara *face validity*, *content validity*, *construct validity (convergent evidence dan discriminant evidence)*, dan *criterion validity*. Alat ukur *coping stress* ini memiliki lima norma. Norma tersebut ialah norma *problem-focused coping*, norma *problem emotional-focused coping*, norma *emotional-focused coping*, norma *emotional physical-focused coping*, dan norma *maladaptive coping*.

Kata Kunci: *Coping Stress*, Pelajar SMA