

LAMPIRAN 1

LEMBAR PERSEJUTUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin : Laki – laki / Perempuan

Alamat :

No. telp/hp :

Menyatakan bersedia untuk mengikuti dan mengisi kuesioner untuk penelitian yang berjudul “GAMBARAN PEMILIHAN STRATEGI COPING TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN” dengan sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pemilihan strategi *coping* terhadap stres pada mahasiswa fakultas kedokteran.

Responden akan diminta untuk mengisi kuesioner strategi *coping*, kuesioner kepribadian, dan kuesioner status ekonomi keluarga. Responden dapat menolak dan mengundurkan diri untuk mengikuti penelitian ini sewaktu – waktu tanpa sanksi dari pihak manapun.

Bila ada pertanyaan lebih lanjut mengenai penelitian ini dapat menghubungi peneliti, Merlyn Priscilla yang dapat dihubungi melalui HP 087783251692 di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Jakarta, 2018

(.....)

LAMPIRAN 2

Nama Lengkap :
NIM :
Usia :
Jenis kelamin :

Kuesioner Strategi *Coping* Terhadap Stres

(Diadaptasi dari *Ways of Coping Questionnaire* oleh Richard S. Lazarus dan Susan Folkman)

Petunjuk Pengisian

Saat menjawab pernyataan yang tertera dalam kuesioner ini, Saudara diharapkan untuk memikirkan satu situasi spesifik yang menimbulkan stres. Pikirkan mengenai situasi yang paling membuat saudara stres dalam satu minggu terakhir. Maksud dari situasi yang menimbulkan stres disini yaitu situasi yang menimbulkan masalah, membuat perasaan Saudara tertekan dan Saudara harus berusaha lebih keras untuk mengatasi keadaan tersebut. Situasi ini dapat melibatkan keluarga, teman, pekerjaan atau pendidikan (misalnya selama proses pembelajaran di FK Untar). Sebelum menjawab pernyataan ini pikirkan situasi tersebut secara detail mengenai tempat terjadinya, pihak-pihak yang terlibat, cara Saudara mengatasinya, dan alasan pentingnya hal tersebut bagi Saudara. Situasi yang Saudara pikirkan dapat merupakan situasi yang sudah lewat atau yang sedang dihadapi, namun merupakan situasi yang paling membuat stres dalam satu minggu terakhir.

Bacalah pernyataan dengan seksama sambil memikirkan situasi yang menimbulkan stres tersebut, kemudian pilihlah angka 0,1,2,atau 3 berdasarkan intensitas penggunaannya dalam mengatasi situasi stres tersebut.

0 = Tidak sesuai atau tidak digunakan

1 = Kadang digunakan

2 = Lebih sering digunakan

3 = Sangat sering digunakan

| No | PERNYATAAN | 0 | 1 | 2 | 3 |
|----|--|---|---|---|---|
| 1 | Saya hanya berkonsentrasi pada apa yang harus saya lakukan selanjutnya | | | | |
| 2 | Saya mencoba untuk melakukan sesuatu yang menurut saya tidak berguna, tetapi setidaknya saya telah mencoba berbuat sesuatu | | | | |
| 3 | Saya mencoba untuk membuat orang yang menyebabkan masalah ini, untuk merubah pikirannya | | | | |
| 4 | Saya berbicara dengan orang lain untuk mencari lebih banyak informasi tentang situasi yang sedang saya hadapi | | | | |
| 5 | Saya mengkritik atau menceramahi diri sendiri | | | | |
| 6 | Saya mencoba untuk tidak melakukan hal gegabah yang dapat disesali kemudian, melainkan bertindak dengan hati-hati | | | | |
| 7 | Saya berharap ada keajaiban | | | | |
| 8 | Saya menerima kenyataan bahwa ini adalah takdir, kadang saya hanya sedang tidak beruntung saja | | | | |
| 9 | Saya terus menjalani hidup seolah tidak ada yang terjadi | | | | |
| 10 | Saya menyimpan perasaan saya sendiri (Saya tidak mau menunjukkannya) | | | | |
| 11 | Saya mencoba untuk melihat hal-hal baik dari masalah ini | | | | |

| No | PERNYATAAN | 0 | 1 | 2 | 3 |
|----|---|---|---|---|---|
| 12 | Saya lebih sering/ banyak tidur dibandingkan biasanya | | | | |
| 13 | Saya mengekspresikan kemarahan saya kepada orang yang menyebabkan masalah ini | | | | |
| 14 | Saya mendapat simpati dan pengertian dari orang lain | | | | |
| 15 | Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu yang kreatif dalam menghadapi masalah ini | | | | |
| 16 | Saya mendapat bantuan dari seseorang yang profesional | | | | |
| 17 | Keadaan ini membuat saya menjadi lebih dewasa | | | | |
| 18 | Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaikinya | | | | |
| 19 | Saya membuat suatu rencana dan mengikutinya | | | | |
| 20 | Saya mengekspresikan perasaan yang saya rasakan | | | | |
| 21 | Saya menyadari bahwa masalah ini muncul karena perbuatan saya sendiri | | | | |
| 22 | Saya mendapatkan pengalaman berharga dari masalah ini dan menjadi pribadi yang lebih baik | | | | |
| 23 | Saya berbicara mengenai masalah saya dengan orang yang benar – benar dapat membantu saya | | | | |

| No | PERNYATAAN | 0 | 1 | 2 | 3 |
|----|--|---|---|---|---|
| 24 | Saya mencoba untuk membuat diri saya merasa lebih baik dengan makan, minum alkohol, merokok, menggunakan obat terlarang, dan lain sebagainya | | | | |
| 25 | Saya mengambil kesempatan atau melakukan suatu hal yang sangat beresiko untuk menyelesaikan masalah | | | | |
| 26 | Saya mencoba untuk tidak tergesa – gesa dan mengikuti firasat pertama yang muncul | | | | |
| 27 | Saya menemukan kepercayaan baru | | | | |
| 28 | Saya menemukan kembali hal – hal penting dalam hidup | | | | |
| 29 | Saya mengubah sesuatu sehingga masalah menjadi lebih baik | | | | |
| 30 | Saya biasanya menghindar untuk bertemu dengan orang lain | | | | |
| 31 | Saya tidak membiarkan diri terlarut dalam masalah, saya tidak mau terlalu memikirkan masalah yang terjadi | | | | |
| 32 | Saya meminta nasihat dari keluarga atau teman yang saya segani | | | | |
| 33 | Saya merahasiakan masalah dari orang lain | | | | |
| 34 | Saya tidak menganggap suatu masalah sebagai hal yang serius | | | | |
| 35 | Saya berbicara dengan orang lain mengenai perasaan yang saya rasakan | | | | |
| 36 | Saya tetap pada pendirian dan berjuang untuk mendapatkan apa yang saya inginkan | | | | |

| No | PERNYATAAN | 0 | 1 | 2 | 3 |
|----|---|---|---|---|---|
| 37 | Saya melampiaskan perasaan stres saya ke orang lain | | | | |
| 38 | Dalam menghadapi masalah saat ini, Saya belajar dari pengalaman saya yang serupa | | | | |
| 39 | Saya tahu cara menghadapi masalah ini, saya hanya perlu berusaha lebih keras agar masalahnya dapat teratasi | | | | |
| 40 | Saya menolak untuk mempercayai bahwa masalah ini terjadi pada saya | | | | |
| 41 | Saya meyakinkan diri bahwa keadaan berikutnya akan lebih baik | | | | |
| 42 | Saya memiliki berbagai rencana untuk mengatasi masalah | | | | |
| 43 | Saya mencoba untuk menyimpan perasaan saya agar tidak menganggu hal lainnya | | | | |
| 44 | Saya mengubah sesuatu dari diri saya | | | | |
| 45 | Saya berharap keadaan ini dapat hilang dengan sendirinya atau cepat berakhir | | | | |
| 46 | Saya berimajinasi mengenai akhir dari masalah ini | | | | |
| 47 | Dalam menghadapi keadaan ini, saya memilih untuk berdoa | | | | |
| 48 | Saya berkali-kali memikirkan hal yang akan saya lakukan atau katakan | | | | |
| 49 | Saya memikirkan cara orang lain yang saya segani untuk menyelesaikan masalah ini dan menirunya | | | | |

LAMPIRAN 3

Nama lengkap :

NIM :

Usia :

Jenis kelamin :

Kuesioner Kepribadian

(Diadaptasi dari kuesioner Big Five Inventory oleh John dan Srivastava)

Petunjuk Pengisian

Berikut ini terdapat butir – butir pernyataan, bacalah dan pahami setiap pernyataan yang tertera dengan seksama. Saudara diminta untuk memilih kesesuaian masing – masing pernyataan dengan diri Saudara, dengan memberi **tanda (✓)** pada salah satu dari pilihan berikut

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

SS = Sangat Setuju S = Setuju TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

| No. | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----|---|----|---|----|-----|
| 1 | Saya adalah orang yang senang bicara | | | | |
| 2 | Saya adalah orang yang melakukan pekerjaan dengan teliti, menyeluruh, dan memperhatikan detail secara seksama | | | | |
| 3 | Saya adalah orang yang mudah tertekan pada sesuatu hal / mudah murung | | | | |
| 4 | Saya adalah orang yang sering mempunyai ide - ide baru | | | | |
| 5 | Saya adalah orang yang suka membantu orang lain dan tidak egois / tidak mementingkan diri sendiri | | | | |
| 6 | Saya adalah orang yang ingin tahu tentang banyak hal yang berbeda | | | | |
| 7 | Saya adalah orang yang penuh semangat / bersemangat | | | | |
| 8 | Saya orang yang suka memulai pertengkaran dengan orang lain | | | | |
| 9 | Saya adalah seseorang pekerja yang handal dan dapat diandalkan | | | | |
| 10 | Saya adalah orang yang cerdas dan suka memikirkan hal secara mendalam | | | | |

| No | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|----|---|----|---|----|-----|
| 11 | Saya adalah orang yang antusias dan dapat membangkitkan semangat orang lain | | | | |
| 12 | Saya adalah orang yang pemaaf | | | | |
| 13 | Saya adalah orang yang tidak bermasalah dengan hal yang tidak teratur, dan tidak suka membuat rencana | | | | |
| 14 | Saya adalah seseorang yang sering merasa khawatir (mudah cemas) | | | | |
| 15 | Saya adalah orang yang aktif berimajinasi | | | | |
| 16 | Saya adalah orang yang menyukai ketenangan | | | | |
| 17 | Saya adalah orang yang mudah mempercayai orang lain, bahwa mereka tidak akan berbuat buruk terhadap saya | | | | |
| 18 | Saya adalah orang yang cenderung pemalas | | | | |
| 19 | Saya adalah orang yang mempunyai emosi yang stabil dan tidak mudah terganggu oleh orang lain | | | | |
| 20 | Saya adalah orang yang kreatif | | | | |
| 21 | Saya adalah orang yang mempunyai kepribadian asertif (percaya diri, suka berterus terang, mengungkapkan dengan baik apa yang saya ingin ungkapkan, tegas) | | | | |
| 22 | Saya adalah orang yang suka menyendiri dan tidak suka bersosialisasi | | | | |
| 23 | Saya adalah seseorang yang gigih / tekun mengerjakan tugas hingga selesai | | | | |
| 24 | Saya adalah orang yang mudah berubah – ubah emosinya/ mudah murung | | | | |

| No | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|----|--|----|---|----|-----|
| 25 | Saya adalah orang yang menghargai nilai artistik (keseniaan) dan pengalaman yang berhubungan dengan keindahan (estetika) | | | | |
| 26 | Saya kadang – kadang pemalu , canggung hingga tidak dapat mengungkapkan / melakukan keinginannya | | | | |
| 27 | Saya adalah orang yang suka memberi perhatian pada orang lain dan bersikap baik pada hampir semua orang | | | | |
| 28 | Saya adalah seseorang yang suka melakukan sesuatu dengan efisien | | | | |
| 29 | Saya adalah orang yang menyukai pekerjaan yang rutin / sesuai rutinitas sehari – hari | | | | |
| 30 | Saya adalah orang yang ramah dan supel (suka bergaul) | | | | |
| 31 | Saya kadang – kadang berlaku / berkata kasar / kurang sopan pada orang lain | | | | |
| 32 | Saya adalah seseorang yang suka membuat rencana – rencana dan kemudian melaksanakannya | | | | |
| 33 | Saya adalah orang yang mudah gugup | | | | |
| 34 | Saya adalah orang yang suka memikirkan kembali / merenungkan hal – hal yang sudah terjadi dan kemudian mencoba metode / ide baru yang berbeda terkait hal tersebut | | | | |
| 35 | Saya kurang menyukai hal – hal yang berkenaan dengan seni / artistik | | | | |
| 36 | Saya adalah orang yang suka bekerjasama dengan orang lain | | | | |

| No | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|----|--|----|---|----|-----|
| 37 | Saya adalah orang yang perhatiannya mudah teralihkan dengan hal lain karena kurang berkonsentrasi pada hal yang sedang dilakukan | | | | |
| 38 | Saya adalah orang yang ahli dalam bidang seni, musik atau sastra | | | | |

LAMPIRAN 4

Nama lengkap :
NIM :
Usia :
Jenis kelamin :

Kuesioner Status Ekonomi Keluarga

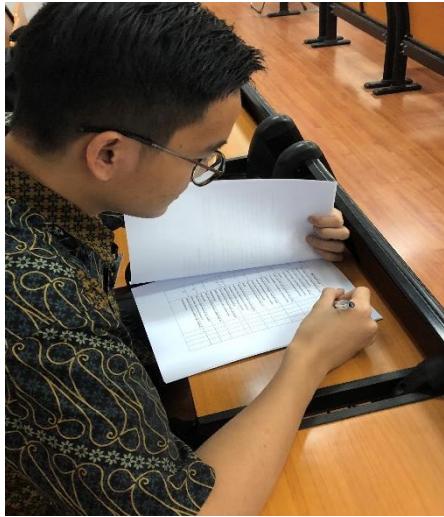
Petunjuk

Jawab pertanyaan dibawah ini dengan melingkari huruf A, B, C, D yang dianggap paling benar dan sesuai dengan kondisi anda yang sesungguhnya.

1. Siapakah yang menanggung biaya hidup dan biaya pendidikan anda setiap hari?
 - a. Seluruhnya ditanggung orang tua
 - b. Seluruhnya ditanggung orang lain/ wali
 - c. Sebagian ditanggung orang tua dan sebagian yang lainnya ditanggung oleh orang lain/ wali
 - d. Biaya sendiri
2. Apakah pekerjaan pihak pencari nafkah dalam keluarga Saudara? (boleh lebih dari 1 pilihan)
 - a. Pegawai negeri/ swasta (Ayah/ Ibu/ Lain.....)
 - b. Wiraswasta (Ayah/ Ibu/ Lain.....)
 - c. Pensiunan (Ayah/ Ibu/ Lain.....)
 - d. Lainnya (.....) (Ayah/ Ibu/ Lain.....)
3. Berapakah penghasilan pokok ayah /ibu/ wali/ anda sendiri per bulan?
 - a. Lebih dari Rp. 3.500.000,-
 - b. Rp. 2.500.000,- sampai Rp. 3.500.000,-
 - c. Rp. 1.500.000,- sampai Rp. 2.500.000,-
 - d. Kurang dari Rp.1.500.000,-

LAMPIRAN 5

DOKUMENTASI



Pengisian Kuesioner oleh Mahasiswa di Ruang Auditorium FK Untar

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Personal

Nama : Merlyn Priscilla
NIM : 405150044
Jenis Kelamin : Perempuan
Tanggal Lahir : 05 Mei 1997
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Mediterania Boulevard Florence 10 Nomor 23, PIK, Jakarta
No. Telepon : 02129029386
No. Hp : 087783251692
E-mail : merlynpriscilla@gmail.com

Riwayat Pendidikan

- 2015 – 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- 2012 – 2015 SMA Mahatma Gading
- 2009 – 2012 SMP Mahatma Gading
- 2003 – 2009 SD Don Bosco 1
- 2002 – 2003 TK Permai