

**HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN COPING STRESS
PADA SISWA SMA KELAS XI DI PANCABUDI MEDAN**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Guna
Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi*

AISYA FAUZIAH

168600018



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2021**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL : HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN COPING STRESS PADA SISWA
SMA KELAS XI DI PANCABUDI MEDAN

NAMA : AISYA FAUZIAH

NPM : 168600018

JURUSAN : PSIKOLOGI (PENDIDIKAN)

MENYETUJUI :

Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd)

Pembimbing II

(Nafeesa S.Psi., M.Psi)

MENGETAHUI :

Ka. Bagian

(Hasanuddin, Ph.D)

Dekan

(Dr. Hj. Risydah Fadilah., S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Tanggal Sidang : 21 Juni 2021

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DI TERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA
MEMPEROLEH DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal

21 Juni 2021

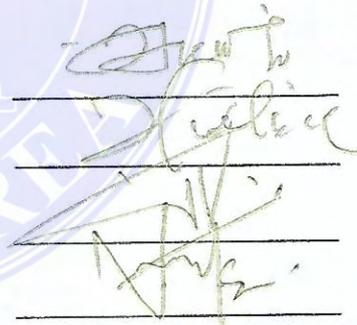
**MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
DEKAN**

(Dr. Hj. Risydah Fadilah., S.Psi, M.Psi, Psikolog)

DEWAN PENGUJI

1. Nurmaida Irawani Srg., S.Psi, M.Si
2. Drs. Mulia Siregar, M.Psi
3. Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd
4. Nafeesa, S.Psi, M.Psi

TANDA TANGAN



HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian- bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi- sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi.

Medan, 21 Juni 2021



Aisya Fauziah

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aisya Fauziah

NPM : 168600018

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non- exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Self Efficacy dengan Coping Stress pada Siswa SMA kelas XI di Pancabudi Medan. Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal: 20 Juni 2021

Yang Menyetujui



(Aisya Fauziah)

HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN COPING STRESS PADA SISWA SMA KELAS XI DI PANCABUDI MEDAN

Aisya Fauziah
Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Nafeesa, S.Psi, M.Psi

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan *self-efficacy* dengan *coping stress* pada siswa kelas XI di sekolah SMA Pancabudi Medan. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel digunakan adalah simple random sampling dengan populasi 168 siswa dan sampel 65 siswa. Metode pengambilan data menggunakan skala angket. Maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada Hubungan *Self Efficacy* dengan *Coping Stress* Pada Siswa kelas XI. Dengan asumsi semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *coping stress* pada siswa begitu juga sebaliknya. Analisis data yang digunakan hasil analisis dengan metode analisis Korelasi *r Product Moment*, diketahui bahwa ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *coping stress* dimana $r_{xy} = 0,415$ dengan signifikan $p = 0.001 < 0,050$. Begitupun, *self efficacy* tinggi sebab nilai rata-rata empirik (76,54) lebih besar dari hipotetik (67,5), dan *coping stress* tergolong tinggi sebab nilai rata-rata empirik (77,95) lebih tinggi dari nilai rata-rata hipotetik (65). Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variable bebas X dengan variable terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0.172$. Ini menunjukkan bahwa *self efficacy* berkontribusi terhadap *coping stress* sebesar 17,2%. Maka kesimpulan dari hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.

Kata kunci : *self-efficacy, coping stress dan siswa.*

THE CORRELATION OF SELF EFFICACY AND COPING STRESS IN OF STUDENT CLASS XI SMA PANCABUDI MEDAN

Aisya Fauziah

Prof. Dr. Abdul Munir , M.Pd

Nafeesa, S.Psi , M.Psi

ABSTRACT

This study aims to see the correlation between self-efficacy and coping stress in of students at SMA Pancabudi Medan. This type of research uses a quantitative approach. The sampling technique used was simple random sampling with a population of 168 students. The data collection method uses a Likert scale. So the hypothesis proposed in this study is that there is a correlation between Self Efficacy and Coping Stress in class XI students. With the assumption that the higher the self-efficacy, the higher the coping stress on students and vice versa. The data analysis used the results of the analysis with the Product Moment Correlation analysis method, it is known that there is a positive correlation between self-efficacy and coping stress where $r_{xy} = 0.415$ with a significant $p = 0.001 < 0.050$. Likewise, self-efficacy is high because the empirical average value (76.54) is greater than the hypothetical (67.5), and coping stress is high because the empirical mean value (77.95) is higher than the hypothetical average value. (65). The determinant coefficient (r^2) of the correlation between the free variable X and the dependent variable Y is $r^2 = 0.172$. This shows that self-efficacy contributes to coping stress by 17.2%. Then the conclusion of the proposed hypothesis is declared accepted.

Key words: *self-efficacy, coping stress, and student*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil'alamiin. Puji dan syukur yang tiada habisnya peneliti sampaikan kehadirat Allah SWT, pemilik segala ilmu yang telah memberikan segala taufik dan hidayah-Nya kepada peneliti serta nikmat yang tiada terkira sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Self-Efficacy Dengan Coping Stress Pada Siswa SMA Kelas XI Di Panca Budi Medan**" yang diajukan untuk memenuhi sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis masih jauh dari kata kesempurnaan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan untuk kedepannya.

Selain itu, terselesaikannya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan. Oleh karena itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M. EnG, M.ScH selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Ibu Dr. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
3. Bapak Faadhil, S.Psi, M.Psi selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan terkait perkuliahan.
4. Bapak Hasanuddin, PhD Selaku ketua bagian Psikologi Pendidikan.

5. Ibu Nurmaida Irawani Siregar, M.Psi , Psikolog selaku Ketua sidang meja hijau yang telah membantu dan memberikan yang terbaik buat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Mulia Siregar, M.Psi selaku sekretaris sidang meja hijau yang telah memberikan waktu untuk hadir dan memberikan saran kepada penulis.
7. Bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku Pembimbing I skripsi yang telah banyak memberikan arahan, saran, motivasi dan juga bimbingan dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini
8. Ibu Nafeesa, S.Psi, M.Psi selaku pembimbing II atas keikhlasan, kesabaran serta bimbingan dalam membantu peneliti penyusun skripsi ini, yang selalu meluangkan waktu untuk membimbing, dan memberi nasehat serta dukungan dalam penulisan skripsi ini.
9. Terima kasih kepada teman-teman terdekat saya yang telah siap membantu untuk menyelesaikan skripsi dan memberikan support/semangat tanpa menyerah
10. Seluruh Dosen Psikologi yang telah mengajarkan pengalaman berharga selama perkuliahan, tak pernah berhenti memberikan semangat dan motivasi, yang selalu menuntun mahasiswanya dalam hal kebaikan, serta staff fakultas psikologi yang telah banyak membantu peneliti dalam menyusun administrasi.
11. Terima kasih kepada Ayahanda tercinta dan Ibunda tercinta, yang telah memberikan motivasi serta dukungan untuk peneliti baik moral

maupun materi dan selalu mendoakan sehingga peneliti berhasil menyelesaikan skripsi ini.

12. Terima kasih kepada Saudara dan sahabat saya yang telah bersedia untuk membantu peneliti mengerjakan skripsi hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Terima kasih kepada teman-teman SD saya karena sudah membantu dan support saya dalam proses skripsi ini.
14. Kepada teman-teman Reg B1 2016 tersayang, yang telah mendoakan dan memberikan semangat tiada henti agar peneliti tetap semangat dalam menyusun skripsi ini
15. Terima kasih kepada Muhammad Ridho Amd. Kom yang sudah menemani dan memberi semangat kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi.

Meskipun telah berusaha menyelesaikan penelitian ini sebaik mungkin, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.

Medan, 11 Februari 2021

Aisya Fauziah
NPM :168600018

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL

LEMBAR PENGESAHAN

KATA PENGANTAR..... iv

DAFTAR ISI..... vii

DAFTAR TABEL x

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 6

C. Batasan Masalah 6

D. Rumusan Masalah 7

E. Tujuan Penelitian 7

F. Manfaat Penelitian 7

1. Manfaat Teoritis 7

2. Manfaat Praktis 7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... 8

A. Siswa 8

1. Pengertian Siswa 8

B. *Coping Stress*..... 9

1. Pengertian *Coping Stress* 9

2. Aspek – Aspek *Coping Stress* 10

3. Faktor – Faktor yang mempengaruhi *Coping Stress*..... 16

a. Faktor Internal 16

b. Faktor External 17

1. *Effective Coping* 19

2. *Ineffective Coping*..... 19

C. *Self- Efficacy* 20

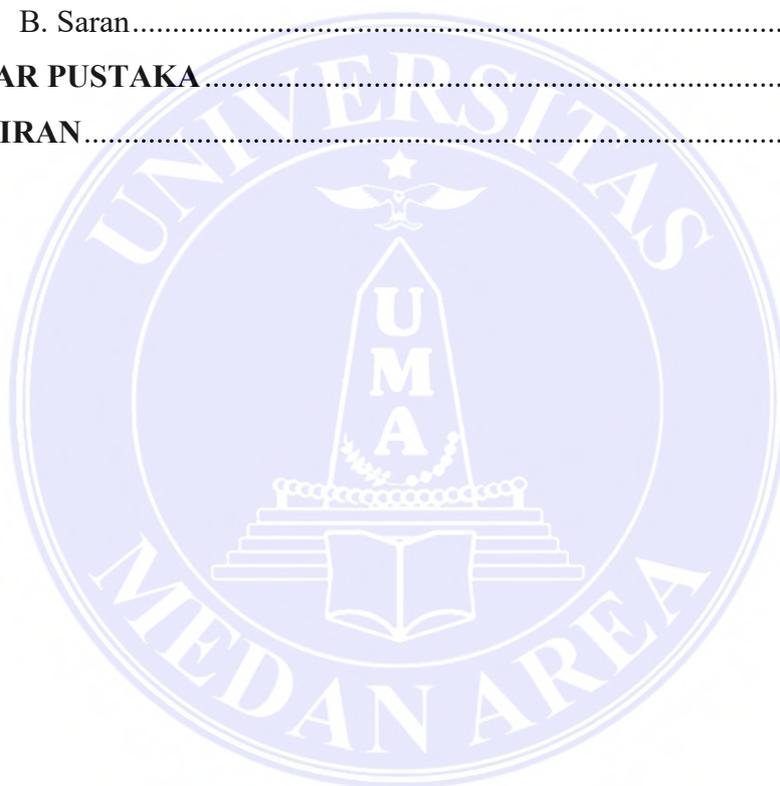
1. Pengertian *Self- Efficacy* 20

2. Aspek – Aspek *Self- Efficacy*..... 22

3. Faktor – Faktor yang mempengaruhi *Self- Efficacy*..... 24

D. Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Coping Stress</i> pada siswa.....	26
E. Kerangka Konseptual.....	29
F. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tipe Penelitian	31
B. Identifikasi Variable Penelitian	31
C. Defesini Operasional Variable.....	31
1. <i>Self Efficacy</i> (Efikasi Diri)	32
2. <i>Coping Stress</i>	32
D. Subjek Penelitian	33
1. Populasi Sampel Penelitian	33
2. Sampel.....	33
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	34
E. Metode Pengumpulan Data.....	35
1. Skala <i>Self Efficacy</i>	35
2. Skala <i>Coping Stress</i>	35
F. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	37
1. Validitas Alat Ukur	37
2. Reabilitas Alat Ukur.....	39
G. Metode Analisis Data	39
BAB IV LAPORAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Orientasi Kancah Penelitian.....	42
1. Sejarah Sekolah.....	42
2. Visi Misi Sekolah.....	42
B. Persiapan Penelitian	43
1. Persiapan Administrasi.....	43
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian	44
3. Uji Coba	46
4. Hasil Uji Coba Skala <i>Self Efficacy</i>	47
5. Hasil Uji Coba Skala <i>Coping Stress</i>	48
C. Pelaksanaan Penelitian.....	49
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	50

1. Uji Normalitas.....	51
2. Uji Linearitas.....	52
3. Hasil Perhitungan Kolerasi r Product Moment	53
a. Mean Hipotetik.....	54
b. Mean Empirik.....	55
c. Kriteria.....	55
E. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	63



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Bobot Penilaian Skala Likert	36
Tabel 4.1	Distribusi Penyebaran Butir – Butir Pernyataan skala Eficacy Sebelum Uji Coba.....	44
Tabel 4.2	Distribusi Penyebaran Butir – Butir Pernyataan Skala Coping Stress Sebelum Uji Coba.....	45
Tabel 4.3	Distribusi Penyebaran Butir – Butir Pernyataan Skala Self Eficacy Setelah Uji Validitas.....	48
Tabel 4.4	Distribusi Penyebaran Butir – Butir Pernyataan Skala Coping Stress Setelah Uji Validitas	49
Tabel 4.5	Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	52
Tabel 4.6	Rangkuman Hasil Uji Linieritas Hubungan.....	53
Tabel 4.7	Rangkuman Perhitungan Analisis r Product Moment	54
Tabe; 4.8	Hasil Perhitungan Nilai Rata – Rata Hipotetik dan Empitik ...	56

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa SMA sebagai salah seorang pelajar dituntut untuk dapat mengembangkan diri dengan maksimal dalam berbagai masalah. Masalah-masalah yang umumnya dihadapi siswa adalah masalah akademik, masalah ekonomi, masalah keluarga, dan kesehatan. Semua masalah tersebut merupakan tuntutan yang memerlukan kesiapan maupun penyesuaian diri yang baik bagi siswa itu sendiri, sehingga siswa perlu memiliki modal yang baik termasuk dalam *coping stress*.

Coping stress merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi masalah yang datang kepada dirinya. Setiap individu dalam kehidupan bisa menghadapi masalah berupa tantangan, tuntutan dan tekanan dari lingkungan sekitarnya. Ada berbagai cara untuk menyelesaikan, menghadapi, tetapi tidak jarang kita menemui orang yang takut menghadapi suatu masalah dan tidak mencari jalan keluar dari masalah tersebut.

Siswa yang dapat mengatasi stress akan lebih mudah dalam belajar. Shankland dkk menemukan bahwa siswa yang mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai siswa di Sekolah Menengah Atas menunjukkan kurangnya kecemasan, rendahnya gejala depresi, kepuasan hidup yang lebih besar dan prestasi akademik yang lebih baik. Rachmah pada tahun 2012 mengelompokkan coping stress mahasiswa dalam memenuhi tuntutan belajarnya menjadi *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Coping stress diketahui akan berpengaruh terhadap bagaimana siswa bertindak ataupun bersikap. Banyak penelitian tentang *coping stress* yang menekankan bahwa sebenarnya tidak ada satu metode yang sempurna untuk mengatasi semua situasi stres. Ruter dalam Smet pada tahun 1994 mengatakan bahwa coping yang paling efektif bagi individu adalah yang sesuai dengan jenis stres dan situasi yang dihadapi oleh individu yang bersangkutan. Peneliti berasumsi bahwa masa menjadi mahasiswa adalah subjek yang sesuai untuk mempelajari *coping stress*.

Hal ini sejalan dengan hasil observasi dan hasil wawancara pada siswa kelas XI SMA Pancabudi Medan memperlihatkan coping stress pada siswa tergolong rendah. Ini terlihat dari hasil wawancara jika dilihat dari aspek *problem focused coping*, berikut hasil wawancaranya

"Aku tidak bisa fokus kalau udah ada masalah dari luar sekolah. Jadi kalau lagi ngalami masalah, aku lebih milih untuk diami aja. Engga tau apa yang harus dilakukan kak.." (SE, November 2019)

"Kalau berantem sama kawan atau berbeda pendapat, sering kali aku ngga terima apa yang dia berikan kak. Karena menurutku aku selalu bisa mikir dari beberapa sisi" (PA, November 2019).

"aku kalau lagi merasa ngga mood untuk melakukan apa-apa, aku selalu cerita ke sahabatku ka. Setidaknya aku bisa dapat dukungan dari sahabat kalau lagi sedih" (Wawancara ER, November 2019)

Hal serupa ditunjukkan pula dari hasil wawancara dilihat dari aspek *Emotion focused coping*. Berikut hasil wawancaranya:

"Aku sangat gampang dipengaruhi oleh satu pikiran yang dimana bisa buat aku itu kepikiran dan takut gagal kak. Seperti kalau ada komentar dari temen yang ngga enak, aku langsung mundur" (SW, November 2019)

"Jujur ya ka, saya orangnya gampang terpancing emosi. Apalagi kalau udah menyangkut tentang harga diri. Tapi, saya masih ada sedikit sabar juga. Tergantung situasi" (T, November 2019)

"Seringkali dalam diri menanamkan pikiran bahwa setiap masalah pasti akan segera berakhir. Tapi seringkali pula saya tidak mampu melakukan apa-apa. Apalagi kalau udah menyangkut menurunnya semangat belajar kak" (FD, November 2019)

"Kalau lagi down kali misalnya saya sering kali tiba-tiba takut gagal nanti waktu UN padahal lama lagi. Di tambah, dirumah banyak tuntutan juga supaya mempertahankan nilai bagus. Kadang stress juga, gak ada kawan cerita saya lebih perbanyak ibadah aja kak" (CA, November 2019)

Hal ini pula sejalan dengan hasil tanggapan menurut Rahmandani, Karyono, dan Dewi (2015) terdapat faktor eksternal dan faktor internal yang mempengaruhi coping. Faktor eksternal yang mempengaruhi coping stress yaitu dukungan sosial, penguatan positif dan tekanan dari luar. Faktor internal yang mempengaruhi coping stress yaitu isi kognitif, karakteristik kepribadian dan sikap hati yang terbuka. Isi kognitif salah satunya terdiri dari efikasi diri. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki.

Menurut Alwisol (2010) efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Hargenhahn (2000) menyatakan bahwa orang yang menganggap tingkat kemampuannya cukup tinggi akan berusaha lebih keras, dan lebih gigih menjalankan tugas dibandingkan dengan orang yang menganggap kemampuan dirinya rendah.

Menurut Hangerhahn (2000) siswa perlu meningkatkan efikasi diri agar segala yang diinginkan akan tercapai. Coping stress dan efikasi diri merupakan dua konsep yang berbeda, tetapi bekerja sama. Individu dengan efikasi diri yang rendah bisa mudah terkena stres kronik. Jika individu tersebut diberikan tugas yang membuat stres, ia mungkin tidak percaya mampu menyelesaikan tugas tersebut dan berhenti untuk menyelesaikan tugas tersebut. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki permasalahan dalam penggunaan jenis coping stress, individu tersebut akan lebih memilih menghindari semua tugas dan menyerah dengan mudah ketika muncul masalah.

Berbeda dengan individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi, individu tersebut akan berusaha atau mencoba lebih keras dalam menghadapi berbagai tantangan. Seorang individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki problem focused coping yang tinggi. Pada individu yang efikasi dirinya rendah cenderung emotional focused copingnya yang tinggi.

Efikasi diri mempengaruhi coping stress dapat kita lihat pada siswa yang yakin bahwa ia dapat menyelesaikan berbagai tuntutan di sekolah dapat mempengaruhi bagaimana cara ia mengatasi berbagai kendala dan tekanan yang datang ketika menjalankan peran sebagai siswa.

Pada hasil observasi di lapangan jika dilihat dari aspek-aspek *self-efficacy* maka siswa kelas XI SMA Pancabudi memperlihatkan hasil yang tinggi. Hal ini terlihat dari hasil wawancara berikut ini :

"Aku jika tidak mampu untuk mengerjakan tugas. Memilih untuk bertanya ke temen yang paham. Terus dirumah akan aku ulang agar bisa mengerjakannya"
(WW, November 2019)

Hal diatas merupakan gambaran dari aspek tingkat (*magnitude*) *self-efficacy*. Hal lain juga diperlihatkan dari aspek kekuatan (*strength*). Berikut hasil wawancaranya:

"saya selalu yakin dengan kemampuan yang saya miliki. Misalnya dalam hobby saya bermain basket, dalam setiap pertandingan saya selalu memotivasi diri saya sendiri agar bermain dengan baik. Dibalik itu saya terus mengembangkannya agar semakin baik" (I, Novemeber 2019)

Jika dilihat dari aspek generalisasi (*generality*) maka hasil dari wawancara yang diperlihatkan adalah sebagai berikut :

"saya bisa memanfaatkan peluang dalam kesempatan. Misalnya begini kak, saya senang untuk melakukan jualan online. Dari kemampuan saya ini, saya selalu bisa untuk melihat peluang dan target-target yang akan menguntungkan saya. Selama saya mampu saya yakin lancar jualan saya" (BM, November 2019).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dipaparkan di atas maka dapat disimpulkan bahwa coping stress siswa SMA Panca Budi Medan adalah cenderung berasal dari motivasi dan pikiran dalam diri sendiri. Seperti menanamkan pemikiran bahwa suatu masalah akan berakhir, dan memotivasi diri untuk lebih semangat dalam menghadapi masalah.

Sedangkan untuk self efficacy pada siswa SMA Panca Budi adalah cenderung yakin bahwa mereka akan berhasil dengan terus mengasah kemampuan mereka, serta melakukan yang terbaik untuk mewujudkan keinginan mereka.

Maka dari uraian diatas dan wawancara yang dilakukan maka dari itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan mengetahui : **"Hubungan *Self-Efficacy* dan *Coping Stress* Pada Siswa Kelas XI di SMA Pancabudi Medan"**.

B. Identifikasi Masalah

SMA Pancabudi adalah salah satu Sekolah Menengah Keatas Swasta yang ada di Medan . Sekolah ini memiliki 60 orang guru dan keseluruhan jumlah siswa mencapai 168 siswa. Dalam hal ini pada sekolah ini memiliki 20% siswanya adalah sedang menempati kelas tingkat XI. Dari hasil wawancara yang dilakukan, sebagian dari siswa menunjukkan *coping stress* yang tinggi namun masih memiliki *self-efficacy* yang rendah. Hal ini ada hubungannya dengan keinginan *self-efficacy* yang dimiliki siswa dipengaruhi beberapa aspek seperti tingkatan, kekuatan dan generalisasi pada siswa dalam mengalami *coping stress* yang juga akan mempengaruhinya. Oleh karena itu, sebagian siswa yang mengalami *coping stress* yang tinggi namun masih memiliki *self-efficacy* yang cukup rendah karena adanya pengaruh yang dialami siswa.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti akan membatasi masalah yang akan diteliti agar penelitian menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini yaitu menjelaskan tentang *self-efficacy* dan *coping stress* dan

hubungan antara *self-efficacy* dan *coping stress* pada siswa kelas XI di SMA Pancabudi Medan

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah: apakah ada Hubungan *Self-Efficacy* dan *Coping Stress* Pada Siswa Kelas XI di SMA Pancabudi Medan?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan melihat Hubungan *Self-Efficacy* dan *Coping Stress* Pada Siswa Kelas XI di SMA Pancabudi Medan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi bidang Ilmu Psikologi pada umumnya, dan khususnya Psikologi Pendidikan yaitu mengenai *self-efficacy* dan *coping stress*.

2. Manfaat praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi, menjadi masukan bahkan tambahan informasi bagi sekolah ataupun orangtua dalam menyikapi *self-efficacy* dan *coping stress* pada siswa agar tidak menurun agar lebih produktif dan membantu mencapai dalam diri siswa. Bagi para akademis, dapat menjadi salah satu referensi di dalam melakukan penelitian mengenai *self efficacy* dan *coping stress*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Siswa

1. Pengertian Siswa

Menurut Sardiman (2003), pengertian siswa adalah orang yang datang ke sekolah untuk memperoleh atau mempelajari beberapa tipe pendidikan. Pada masa ini siswa mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Menurut Djamarah (2011), anak didik merupakan subjek utama dalam pendidikan, dialah yang belajar setiap saat. Belajar anak didik tidak mesti harus selalu berinteraksi dengan guru dalam proses interaktif edukatif.

Menurut Sarwono (2007) siswa adalah setiap orang yang resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di dunia pendidikan. Siswa atau anak didik adalah salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses belajar-mengajar, dalam proses belajar mengajar siswa sebagai pihak yang ingin meraih cita-cita memiliki tujuan dan kemudian ingin mencapainya secara optimal.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa siswa merupakan suatu komponen manusiawi yang menempati posisi penting dalam dunia pendidikan, dan juga sebagai makhluk social yang mempunyai identitas moral yang dikembangkan untuk mencapai tingkatan optimal dan kriteria kehidupan sebagai manusia warga negara yang diharapkan.

B. Coping Stress

1. Pengertian *Coping Stress*

Coping stress merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi masalah yang datang kepada dirinya. Setiap individu dalam kehidupan bisa menghadapi masalah berupa tantangan, tuntutan dan tekanan dari lingkungan sekitarnya. Ruter dan Smet (1994) mengatakan bahwa coping yang paling efektif bagi individu adalah yang sesuai dengan jenis stres dan situasi yang dihadapi oleh individu yang bersangkutan. Rachmah (2012) mengelompokkan coping stress siswa dalam memenuhi tuntutan belajarnya menjadi problem focused coping dan emotional focused coping. Menurut Santrock (2003), stres didefinisikan sebagai respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stressor), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (coping). Stres dapat pula didefinisikan sebagai Kejadian atau keadaan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (Lahey, 2007).

Stres dapat bersifat positif atau negatif, tergantung dari individu yang mengalaminya. McGarth dan Mone mengatakan stres menjadi negative apabila individu merasakan adanya hambatan atau keterbatasan, akan tetapi stres menjadi positif apabila individu dapat memandang stres tersebut sebagai suatu kesempatan dan peluang untuk berkembang (dalam Appley & Trumbull, 1986). Hal ini juga didukung oleh pernyataan Selye (dalam Rice, 1999) yang juga mengungkapkan bahwa stres dapat bersifat positif atau juga eustress bila individu termotivasi untuk memperbaiki ketidakseimbangan tersebut, sedangkan stres yang negatif atau disebut juga distress muncul bila konsekuensi dari ketidakmampuan

memenuhi tuntutan sangat besar. Folkman & Lazarus (1988) mendefinisikan coping adalah segala usaha kognitif dan tingkah laku individu untuk menguasai, mengurangi, atau mentoleransikan tuntutan-tuntutan yang melebihi kemampuan adaptasi individu.

Menurut Sarafino (2012) coping stress adalah suatu proses yang terjadi secara terus menerus, berubah, dan kompleks yang memungkinkan individu menggabungkan beberapa cara untuk mengatasi masalah. Hal yang sama juga dikemukakan oleh King (2016) coping stress adalah usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi situasi yang menekan, menyelesaikan masalah dan mengatasi atau mengurangi stres.

Dari penjabaran diatas peneliti mendefinisikan coping sebagai usaha-usaha yang dilakukan individu untuk menguasai, mengurangi, atau mentoleransi tuntutan-tuntutan yang timbul akibat stres.

2. Aspek- Aspek Coping Stress

Aspek- aspek coping stress ini menjadi alat ukur untuk mendeteksi seberapa besar tingkat coping stress pada siswa tersebut. Lazarus dan Folkman (1984) membedakan bentuk dan fungsi coping stress dalam dua bentuk yaitu sebagai berikut:

a. Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*).

Problem- focused coping adalah strategi penanganan stres atau coping yang berpusat pada sumber masalah, individu berusaha untuk menghadapi langsung masalah, mencari solusi alternatif untuk masalah, dan berusaha menyelesaikan masalah hingga

stressor yang dirasakan berkurang bahkan hilang. Problem-focused coping lebih sesuai apabila digunakan dalam menghadapi masalah atau situasi yang dianggap dapat dikontrol atau dikuasai oleh individu.

b. Coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*)

Emotion- focused coping adalah strategi penanganan stres atau coping yang lebih memfokuskan pada masalah emosi, bentuk coping ini lebih melibatkan pikiran dan tindakan yang ditunjukkan untuk mengatasi perasaan yang menekan akibat dari situasi stres. Emotion- focused coping digunakan ketika individu merasa tidak dapat mengubah situasi.

Berdasarkan penelitian lanjutan yang dilakukan oleh Folkman, Lazarus dkk (1986) mengenai variasi dari kedua jenis coping stress yaitu problem- focused coping dan emotion- focused coping dibagi menjadi delapan bagian coping stress. Kedelapan bagian coping stress tersebut adalah :

a. Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), antara lain:

1) *Planful Problem Solving*

Individu menganalisis situasi yang dihadapi guna untuk memperoleh cara-cara yang diperlukan untuk mengatasi masalah dan memikirkan lebih dari satu solusi untuk menyelesaikan suatu masalah.

2) *Confrontive coping*

Menggambarkan upaya agresif untuk mengubah situasi, tingkat permusuhan, dan pengambilan resiko.

3) *Seeking social support*

Usaha individu untuk memperoleh informasi terkait situasi masalah dan dukungan emosional maupun nyata dari orang lain.

b. Coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*), antara lain:

1) *Distancing*

Individu berusaha untuk menghindari atau melepaskan diri dari situasi stres atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif.

2) *Self Control*

Upaya individu untuk mengontrol emosi dan tindakan yang berkaitan dengan situasi yang dihadapi.

3) *Seeking social support*

Usaha individu untuk memperoleh informasi terkait situasi masalah dan dukungan emosional maupun nyata dari orang lain.

4) *Accepting responsibility*

Usaha individu mengaku peran dirinya dalam permasalahan dan mencoba untuk menempatkan segala sesuatu dengan benar.

5) *Escape-Avoidance*

Individu berharap agar masalah yang dialami berakhir atau bertindak sesuatu sebagai upaya untuk melarikan diri dari permasalahan tersebut.

6) *Positive reappraisal*

Usaha individu untuk menciptakan makna yang positif dengan berfokus pada pertumbuhan pribadi dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

Selanjutnya Carver dkk (1989) menyusun COPE scale yang merupakan pengembangan dari konseptualisasi yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman. Pada tahun 1997, Carver memperbarui lagi alat ukur yang diberi nama Brief COPE ini dengan aspek-aspek sebagai berikut:

a. Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*)

1) Perilaku aktif (*active coping*)

Active coping merupakan proses pengambilan langkah secara aktif guna untuk mencoba menghilangkan stressor atau untuk meringankan dampaknya. *Active coping* mencakup mengambil keputusan untuk bertindak secara langsung dan melakukan usaha penyelesaian masalah secara bertahap.

2) Perencanaan (*planning*)

Planning merupakan pemikiran tentang bagaimana cara untuk mengatasi stressor, seperti memikirkan suatu strategi untuk bertindak, langkah-langkah apa yang harus diambil dan bagaimana cara paling baik untuk mengatasi masalah.

3) Mencari dukungan instrument (*using instrumental support*)

Dukungan instrumental adalah dengan mencari nasihat, saran, bantuan, maupun dukungan informasi yang dapat menyelesaikan masalah.

b. Coping yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*)

1. Reframing positif (*positive reframing*)

Penilaian kembali masalah secara positif terhadap situasi yang dihadapi merupakan upaya yang dilakukan individu untuk menanggulangi tekanan emosi yang timbul akibat masalah dibandingkan dengan menanggulangi masalah itu sendiri.

2. Penyangkalan (*denial*)

Denial adalah suatu usaha individu untuk menyangkal bahwa dirinya dihadapkan pada suatu masalah

3. Penerimaan (*acceptance*)

Penerimaan atau *acceptance* merupakan individu dapat menerima kenyataan terhadap situasi yang sedang dihadapi. Sikap menerima memiliki dua makna, yakni individu menerima kenyataan yang dihadapi sebagai suatu kenyataan atau hal tersebut terjadi karena belum adanya langkah nyata untuk menghadapi stressor.

4. Menggunakan dukungan emosional (*using emotional support*)

Definisi *using emotional support* hampir sama dengan dukungan sosial pada *problem focused coping*, yang membedakan adalah *using emotional support* berfokus hanya untuk menenangkan

diri. Dukungan emosional seperti mencari dukungan moral, simpati atau pengertian.

5. Agama (*religion*)

Sikap individu untuk menenangkan apa yang dirasakan secara keagamaan atau mencoba untuk mengembalikan permasalahan yang dihadapi pada agama dengan cara memohon pertolongan kepada Tuhan dan beribadah.

6. Mengekspresikan perasaan (*venting*)

Venting adalah kecenderungan seseorang untuk melepaskan emosi yang dirasakannya.

7. Pengalihan diri (*self-distraction*)

Berbagai aktivitas yang berfungsi untuk mengalihkan perhatian individu dari pemikiran tentang permasalahan yang sedang dihadapi, seperti melamun, tidur, atau menonton TV.

8. Perilaku menyimpang (*behavioral disengagement*)

Bentuk coping yang berupa berkurangnya usaha-usaha yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi stressor.

9. Penggunaan zat (*substance*)

Usaha individu untuk menghilangkan tekanan dengan melarikan diri pada pengkonsumsian alkohol atau obat-obatan terlarang.

10. Menyalahkan diri sendiri (*self blame*)

Self blame adalah mengkritik diri sendiri sebagai penanggung jawab dalam sebuah situasi.

11. Lelucon (humor)

Individu mencoba membuat lelucon mengenai masalah yang sedang dihadapi.

Berdasarkan paparan dari beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari coping stress adalah Coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), Coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*).

3. Faktor- Faktor yang mempengaruhi Coping Stress

Faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* berdasarkan Rizky & Zulharman (2013) , yaitu meliputi :

a. Faktor Internal

1. Personality (Kepribadian)

Karakteristik kepribadian yang dibawa oleh setiap orang akan mempengaruhi bagaimana cara atau upaya mereka dalam mengatasi situasi yang menekan atau peristiwa stres.

2. Optimism

Adalah suatu sikap yang lahir dari dalam diri individu yang merupakan sikap terhadap masalah yang sedang dihadapi. Sikap terhadap sesuatu mengandung unsur penilaian (positif atau negatif). Sikap optimisme merupakan pilihan yang dimunculkan seseorang dalam mempersepsikan masalahnya. Sikap optimis bertolak belakang dengan sikap pesimis yang berorientasi pada sikap yang negatif.

3. self regulation

Adalah suatu proses ketika seorang peserta didik berpartisipasi aktif dalam belajar secara metakognisi, motivasi, maupun perilaku (Zimmerman dalam Cheng, 2011). Zumbunn, Taddlock dan Roberts (2011) menyatakan bahwa self regulated learning adalah suatu proses ketika peserta didik mengendalikan pikiran, perilaku, dan emosinya untuk mencapai kesuksesan di dalam proses belajar.

4. Self efficacy

Perasaan efikasi diri memainkan satu peran penting dalam mengatasi memotivasi pekerja untuk menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu.

5. Kecerdasan Emosional

Patton (1998) mengemukakan kecerdasan emosi sebagai kemampuan untuk mengetahui emosi secara efektif guna mencapai tujuan, dan membangun hubungan yang produktif dan dapat meraih keberhasilan.

b. Faktor eksternal

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dorongan materi atau sosial yang diterima oleh individu yang berasal dari orang lain.

Dukungan dapat diberikan oleh kerabat seperti orangtua, pasangam atau teman.

2. Materi

Materi berupa uang, pekerjaan, rumah, transportasi yang dimiliki individu akan mempengaruhi coping stres yang dilakukan dalam menghadapi situasi stres.

3. Tingkat Pendidikan

Perkembangan kognitif sangat berhubungan dengan tingkat pendidikan. Apabila tingkat pendidikan seseorang tinggi maka perkembangan kognitifnya akan menjadi semakin baik. Hal ini akan mempengaruhi bagaimana cara dalam mengatasi situasi yang menekan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa coping stress merupakan upaya individu untuk mengolah sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan lingkungan agar dapat mengatasi situasi atau peristiwa yang menyebabkan stres atau tekanan baik fisik maupun psikologis.

4. Optimisme

Optimisme yang muncul dari efikasi diri dalam hidup seseorang memiliki hubungan dengan banyak konsekuensi positif, termasuk dalam kemampuan menghadapi kondisi yang sulit sehingga menimbulkan ketenangan emosional dalam copingnya.

Coping yang dilakukan individu ketika menghadapi situasi stres dibagi menjadi dua yaitu :

1. Effective coping

Merupakan suatu metode yang efektif untuk mengatasi, menghapus dan mengontrol sumber stres. Effective coping dibagi menjadi tiga yaitu :

a. removing stress

Merupakan cara individu mengatasi stres dengan menghapus sumber stres,

b. cognitive coping

Merupakan cara individu mengatasi stres dengan melakukan penilaian kembali,

c. managing stres reaction

Merupakan cara individu mengatasi stres dengan mengolah reaksi psikologis.

2. Ineffective coping

Merupakan solusi sementara ketika individu mengatasi stres tidak efektif, ineffective coping tidak memberikan solusi jangka panjang atau bahkan membuat masalah menjadi lebih buruk. Ineffective coping dibagi menjadi empat cara yaitu:

a. Withdrawal

Merupakan cara individu menghilangkan stres dengan bersenang-senang,

b. Aggression

Merupakan individu melakukan tindakan agresif ketika dihadapkan dengan situasi frustrasi,

c. Self medication

Merupakan individu lebih menggunakan tembakau, alkohol ketika menghadapi situasi stres,

d. Defence mechanism

Merupakan individu membentuk pertahanan diri ketika dihadapkan dengan situasi stres.

Berdasarkan faktor-faktor yang sudah dipaparkan diatas, tinggi rendahnya coping stress dapat dipengaruhi oleh internal (efikasi diri, optimism karakteristik kepribadian, kematangan bergama, kecerdasan emosi) dan eksternal (withdrawal , aggression, self medication, defence mechanism). Faktor-faktor ini akan mempengaruhi coping stress sesuai dengan individu itu sendiri. Faktor-faktor tersebut akan berpengaruh baik sesuai dengan isi kognitif salah satunya terdiri dari efikasi diri dan cara pandang ataupun tindakan individu dalam menghadapi permasalahan.

C. *Self Efficacy*

1. *Pengertian Self Efficacy*

Belajar di sekolah atas dituntut untuk tidak hanya mempunyai keterampilan teknis tetapi juga mempunyai motivasi yang kuat untuk mampu mencapai keyakinan (*self-efficacy*) yang baik agar dapat mencapai prestasi belajar yang diinginkan. Menurut Ghufon (2011) efikasi diri merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self- knowledge*

yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki. Pajares menyatakan bahwa efikasi diri sebagai suatu sikap internal dalam diri manusia yang terhubung dalam setiap kajian pendidikan. Efikasi diri yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Bandura (Santrock,2007) mengatakan bahwa efikasi diri berpengaruh besar terhadap perilaku.

Menurut Alwisol (2008) efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Hargenhahn menyatakan bahwa orang yang menganggap tingkat kemampuannya cukup tinggi akan berusaha lebih keras, dan lebih gigih menjalankan tugas dibandingkan dengan orang yang menganggap kemampuan dirinya rendah. Menurut Hangerhahn mahasiswa perlu meningkatkan efikasi diri agar segala yang diinginkan akan tercapai.

Gist dan Mitchell (dalam Judge dan Erez, dalam Ghufron, 2010) mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri memengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha. Seseorang dengan efikasi diri percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara orang dengan efikasi diri yang tinggi

akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada. Hal senada juga diungkapkan oleh Gist, yang menunjukkan bukti bahwa perasaan efikasi diri memainkan satu peran penting dalam mengatasi memotivasi pekerja untuk menyelesaikan pekerjaan yang menantang dalam kaitannya dengan pencapaian tujuan tertentu.

Berdasarkan dari penjelasan beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri yaitu keyakinan seseorang bahwa ia mampu melakukan tugas tertentu dengan baik. Efikasi diri memiliki keefektifan, yaitu individu mampu menilai dirinya memiliki kekuatan untuk menghasilkan pengaruh yang diinginkan.

2. Aspek- aspek *Self Efficacy*

Menurut Bandura (2010), efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga aspek. Berikut ini adalah tiga aspek tersebut :

a. Tingkat (*Magnitude*)

Tingkat ini berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya.

b. Kekuatan (*Strength*)

Kekuatan ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya.

c. Generalisasi (*Generality*)

Generalisasi ini berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya.

Kreitner dan Kinichi (2003) menambahkan bahwa orang yang memiliki efikasi diri yang positif dapat diketahui dari beberapa aspek yaitu:

a. Kognitif

Kemampuan individu untuk memikirkan cara-cara yang dipergunakan dan merancang sesuatu tindakan yang akan diambil untuk mencapai tujuan yang diinginkan atau diharapkan.

b. Motivasi

Kemampuan individu atau seseorang untuk memotivasi diri melalui pikiran-pikiran untuk melakukan sesuatu tindakan dan keputusan dalam mencapai tujuan yang diharapkan.

c. Afeksi

Kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Afektif ditunjukkan dengan mengontrol kecemasan/perasaan depresi menghadapi pola-pola yang besar untuk mencapai tujuan.

d. Seleksi

Kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan tingkah laku yang tepat sehingga dapat

mencapai tujuan yang diharapkan, aspek ini timbul karena ketidak mampuan individu dalam melakukan seleksi tingkah laku membuat individu tidak percaya diri, bingung dan mudah menyerah ketika menghadapi masalah atau situasi sulit.

Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *self-efficacy* adalah tingkat . kekuatan dan generalisasi dimana pada setiap diri siswa dapat dilihat dalam dirinya bagaimana ia mampu meingkatkan *self-efficacy*.

3. Faktor- faktor yang mempengaruhi *Self Efficacy*

Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri. Tinggi rendahnya efikasi diri seseorang sangat bervariasi. Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri. Menurut Bandura ada beberapa faktor yang berpengaruh dalam mempersepsikan kemampuan diri individu antara lain: (Bandura, dalam Anwar: 2009) :

a. Budaya

Budaya mempengaruhi self- efficacy melalui nilai value), kepercayaan (beliefs), dan proses pengaturan diri (self-regulation process) yang berfungsi sebagai sumber penilaian *self-efficacy* dan juga sebagai konsekuensi dari keyakinan akan *self-efficacy*.

b. Jenis Kelamin

Perbedaan gender juga berpengaruh terhadap *self-efficacy*. Hal ini dapat dilihat dari penelitian Bandura (1997) yang

menyatakan bahwa wanita efikasinya lebih tinggi dalam mengelola perannya. Wanita yang memiliki peran selain sebagai ibu rumah tangga, juga sebagai wanita karir akan memiliki *self-efficacy* yang tinggi dibandingkan dengan pria yang bekerja.

c. Sifat dari tugas yang dihadapi

Derajat kompleksitas dari kesulitan tugas yang dihadapi oleh individu akan mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kemampuan dirinya sendiri semakin kompleks suatu tugas yang dihadapi oleh individu maka akan semakin rendah individu tersebut menilai kemampuannya. Sebaliknya, jika individu dihadapkan pada tugas yang mudah dan sederhana maka akan semakin tinggi individu tersebut menilai kemampuannya.

d. Insentif eksternal

Faktor lain yang dapat mempengaruhi *self- efficacy* individu adalah insentif yang diperolehnya. Bandura menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan *self- efficacy* adalah competent contingens incentive, yaitu insentif yang diberikan oleh orang lain yang merefleksikan keberhasilan seseorang.

e. Status atau peran individu dalam lingkungan

Individu yang memiliki status lebih tinggi akan memperoleh derajat kontrol yang lebih besar sehingga *self- efficacy* yang dimilikinya juga tinggi. Sedangkan individu yang memiliki

status yang lebih rendah akan memiliki kontrol yang lebih kecil sehingga *self-efficacy* yang dimilikinya juga rendah.

f. Informasi tentang kemampuan diri

Individu akan memiliki *self- efficacy* tinggi, jika ia memperoleh informasi positif mengenai dirinya, sementara individu akan memiliki *self- efficacy* yang rendah, jika ia memperoleh informasi negatif mengenai dirinya.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self efficacy* menurut Greenberg dan Baron (Maryati, 2008) mengatakan ada dua faktor yang mempengaruhi, yaitu:

a. Pengalaman langsung

Sebagai hasil dari pengalaman mengerjakan suatu tugas dimasa lalu (sudah melakukan tugas yang sama dimasa lalu).

b. Pengalaman tidak langsung

Sebagai hasil observasi pengalaman orang lain dalam melakukan tugas yang sama (pada waktu individu mengerjakan sesuatu dan bagaimana individu tersebut menerjemahkan pengalamannya tersebut dalam mengerjakan suatu tugas.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *self efficacy* adalah pengalaman keberhasilan (*master experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal (*verbal persuasion*), keadaan fisiologis dan emosi (*physiological and affective state*).

D. Hubungan Self Efficacy dengan Coping Stress pada Siswa

Siswa adalah generasi penerus masa depan yang memiliki aset penting bagi kemajuan pendidikan. Hal itu dikarenakan kemajuan pendidikan

dipengaruhi oleh adanya kualitas kemampuan akademis siswa. Dunia pendidikan selalu berusaha menciptakan atau memberikan dorongan untuk kemajuan para pelajar. Ghufron (2011) menyebut hal ini disebut dengan efikasi diri yang merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self-knowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan efikasi diri yang dimiliki ikut mempengaruhi pencapaian hasil belajar.

Bandura (2010) menyebutkan 3 aspek yang terdapat dalam efikasi diri yaitu 1 tingkatan (*Magnitude*) yaitu derajat kesulitan, 2) kekuasaan (*Strength*) yaitu pengharapan individu mengenai kemampuan, 3) generalisasi (*Generality*) yaitu keyakinan atas kemampuannya. Hal ini dicerminkan dengan besarnya usaha yang dilakukan serta ketekunannya dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada. Ia akan terus mengerjakan tugas-tugasnya dan tidak mudah menyerah dan bertahan apabila menemui kesulitan-kesulitan. Orang-orang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan berusaha lebih keras di dalam mengatasi rintangan-rintangan yang ada.

Menurut Alwisol (2005) efikasi adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. Hargenhahn menyatakan bahwa orang yang menganggap tingkat kemampuannya cukup tinggi akan berusaha lebih keras, dan lebih gigih menjalankan tugas dibandingkan dengan orang yang menganggap kemampuan dirinya rendah. Menurut Hangerhahn mahasiswa perlu meningkatkan efikasi diri agar segala yang diinginkan akan tercapai. *Coping stress* dan efikasi diri merupakan dua konsep yang berbeda, tetapi bekerja sama. Individu dengan efikasi diri yang rendah bisa mudah terkena stres kronik. Jika

individu tersebut diberikan tugas yang membuat stres, ia mungkin tidak percaya mampu menyelesaikan tugas tersebut dan berhenti untuk menyelesaikan tugas tersebut.

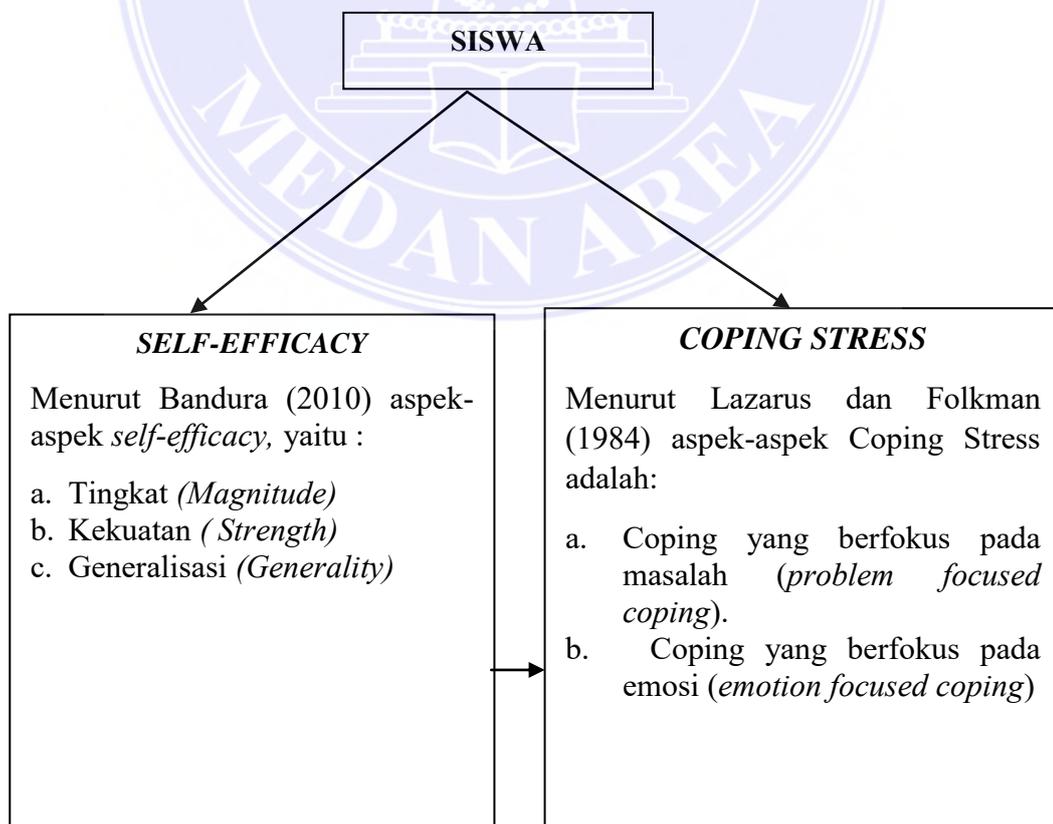
Berdasarkan penelitian Oktovia pada tahun 2013 pada mahasiswa angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau, tingkat stres mahasiswa angkatan 2012 umumnya berada pada tingkat sedang. Berdasarkan wawancara yang dilakukan mengenai coping stress pada 20 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau angkatan 2012 pada tanggal 3 Maret 2014, sebagian besar dari mereka lebih banyak menggunakan *emotional focused coping* dalam menghadapi masalah dan selebihnya lebih menggunakan *problem focused coping*. *Emotional focused coping* yang banyak mereka lakukan diantaranya menjauhi hal yang menyebabkan masalah dan mengatur tindakan dan perasaan diri sendiri. *Problem focused coping* yang banyak mereka lakukan yaitu meminta bantuan orang lain dalam menyelesaikan masalah.

Hasil dari penelitian Nugroho pada tahun (2009) menyatakan bahwa ada keterkaitan antara efikasi diri dengan *coping stress*. Devenport dan Lane pada tahun (2006) juga membuktikan efikasi berkaitan erat dengan *coping stress*, pada siswa.

Hal ini didukung juga dengan pendapat menurut Mutadin (Dalam Rafikasari, 2015) yaitu cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu. Sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut meliputi Kesehatan fisik atau energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan diri atau positif, keterampilan social dan dukungan social, serta materi.

Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki permasalahan dalam penggunaan jenis *coping stress*, individu tersebut akan lebih memilih menghindari semua tugas dan menyerah dengan mudah ketika muncul masalah. Berbeda dengan individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi, individu tersebut akan berusaha atau mencoba lebih keras dalam menghadapi berbagai tantangan. Seorang individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki *problem focused coping* yang tinggi. Pada individu yang efikasi dirinya rendah cenderung *emotional focused copingnya* yang tinggi. Efikasi diri mempengaruhi *coping stress* dapat kita lihat pada siswa yang yakin bahwa ia dapat menyelesaikan berbagai tuntutan di pendidikan yang dapat mempengaruhi bagaimana cara ia mengatasi berbagai kendala dan tekanan yang datang ketika menjalankan peran sebagai siswa di sekolahnya.

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan serta teori yang dikemukakan di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *coping stress* bahwa semakin tinggi *self efficacy* pada siswa maka akan semakin tinggi *coping stress* tersebut, demikian sebaliknya semakin rendah *self efficacy* pada siswa maka semakin rendah pula *coping stress* pada siswa tersebut.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Menurut Azwar (2011) penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Penelitian ini termasuk dalam penelitian non-eksperimen, dimana peneliti tidak memberikan perlakuan terhadap subjek penelitian.

Penelitian ini dapat dikatakan sebagai penelitian korelasional bila ditinjau dari judul penelitian. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang memiliki kegunaan untuk mencari hubungan antar dua variable yang akan dicari hubungannya, sehingga diperoleh arah dan kuatnya hubungan antara dua variable atau lebih yang diteliti (Sugiyono, 2011).

B. Identifikasi Variable Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variable yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini yaitu :

1. Variable Bebas : *Self Efficacy*
2. Variable Terikat : *Coping Stress*

C. Defenisi Operasional Variabel

Defenisi operasional variable penelitian dimaksudkan agar pengukuran variable – variable penelitian dapat terarah sesuai dengan metode

pengukuran yang dipersiapkan. Adapun defenisi operasional variable penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki (Santrock, 2007). Efikasi diri yakni keyakinan bahwa seseorang bisa menguasai situasi dan mendapatkan hasil positif. Menurut Bandura (2010), efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya. Di ukur menggunakan aspek-aspek menurut Bandura (2010) : tingkat (Magnitude), kekuatan (Strength), generalisasi (Generality).

2. *Coping Stress*

Menurut Sarafino (2012) coping stress adalah suatu proses yang terjadi secara terus menerus, berubah, dan kompleks yang memungkinkan individu menggabungkan beberapa cara untuk mengatasi masalah. Hal yang sama juga dikemukakan oleh King (2016) coping stress adalah usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi situasi yang menekan, menyelesaikan masalah dan mengatasi atau mengurangi stres. Di ukur menggunakan aspek-aspek menurut Lazarus dan Folkman (1984) : Coping yang berfokus pada masalah (problem focused coping), Coping yang berfokus pada emosi (emotion focused coping).

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Sampel Penelitian

Hadi (2004) menyatakan bahwa populasi adalah individu yang biasa dikenai generalisasi dari kenyataan- kenyataan yang peroleh dari sampel penelitian. Populasi merupakan keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2012). Sedangkan menurut Arikunto (2006) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek / subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang diharapkan oleh peneliti untuk dipelajari dikemudian ditarik kesimpulannya. Populasi merupakan totalitas dari seluruh unsur yang ada dalam sebuah wilayah penelitian.

Dalam penelitian ini populasi yang dimaksud adalah siswa kelas XI yang bersekolah di SMA PANCABUDI MEDAN. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 168 siswa di kelas XI.

2. Sampel

Menyadari luasnya keseluruhan populasi dan keterbatasan yang dimiliki oleh peneliti, maka subjek penelitian yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel. Sampel merupakan sebagian dari populasi atau sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi. Sampel sedikitnya harus memiliki satu sifat yang sama dengan populasi (Hadi, 2000). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 65 siswa. Sampel tersebut di dapat dari rumus slovin.

Berdasarkan tabel diatas peneliti menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

Dimana

n : jumlah sampel

N : jumlah populasi

e : batas toleransi kesalahan (error tolerance)

Untuk menggunakan rumus ini, pertama ditentukan berapa batas toleransi kesalahan. Batas toleransi kesalahan ini dinyatakan dengan presentase. Semakin kecil toleransi kesalahan, semakin akurat sampel menggambarkan populasi.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Yaitu pengambilan sampel dilakukan dengan randomisasi terhadap individual (Azwar, 2005). Sampel dipilih sebanyak siswa dari tiap kelas secara acak dengan cara membagikan skala dalam bentuk angket kepada siswa.

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam menentukan hasil penelitian ini, maka digunakan metodologi

1. Skala Self Efficacy

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala, yaitu skala yang disusun berdasarkan aspek dalam Self Efficacy:

Menurut Bandura (1997) efikasi diri pada diri individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan beberapa aspek- aspek berikut ini adalah :

- a. Tingkat (*Magnitude*)
- b. Kekuatan (*Strength*)
- c. Generalisasi (*Generality*)

2. Skala Coping Stress

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala, yaitu skala yang disusun berdasarkan aspek dalam coping stress yaitu :

Pada tahun 1997, Carver memperbarui lagi alat ukur yang diberi nama Brief COPE ini dengan aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Perilaku Aktif (Active Coping)
- b. Perencanaan (Planning)
- c. Mencari dukungan instrument (Using instrumental Support)

- d. Penerimaan
- e. Reframing positif
- f. Dukungan emosional

Kedua skala diatas menggunakan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, yakni sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Pertanyaan disusun berdasarkan bentuk favourable dan unfavourable. Penelitian yang diberikan untuk jawaban favourable, yakni Sangat Setuju (SS) diberi nilai 4, jawaban Setuju (S) diberi nilai 3, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 2, jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 1. Sedangkan untuk item yang unfavourable maka penilaian yang diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS) diberi nilai 1, jawaban Setuju (S) diberi nilai 2, jawaban Tidak Setuju (TS) diberi nilai 3 dan jawaban Sangat Tidak Setuju (STS) diberi nilai 4.

Tabel 3.1

Bobot Penilaian Skala Likert

favourable	Skor	unfavourable	Skor
Sangat Setuju	4	Sangat Tidak Setuju	1
Setuju	3	Tidak Setuju	2
Tidak Setuju	2	Setuju	3
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Setuju	4

Berdasarkan cara penyampaianya, skala yang akan digunakan dalam penelitian ini termasuk jenis skala langsung dan tertutup. Skala diberikan secara langsung dan subjek diminta untuk memilih salah satu dari

alternative jawaban yang telah disediakan. Adapun item-item dari skala tersebut disajikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat favourable dan unfavourable.

F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

Menurut Arikunto (1997) data di dalam penelitian ini dapat mempunyai kedudukan yang paling tinggi, karena merupakan penggambaran variable yang diteliti, dan berfungsi sebagai alat pembuktian hipotesis. Oleh karena itu benar atau tidaknya data, tergantung dari baik tidaknya instrument pengumpulan data. Instrument yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel.

1. Validitas Alat Ukur

Arikunto (2002) menyatakan bahwa suatu instrument pengukur dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Sebuah instrument dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi rendahnya validitas instrument menunjukkan sejauh mana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang validitas yang dimaksud. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur (skala) adalah teknik korelasi product moment dari Karl Perason, sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N(\sum X^2) - (\sum X)^2\} \{(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek tiap item)

dengan variabel y (total skor subjek dari keseluruhan item)

$\sum xy$ = Jumlah hasil perkalian antara variabel x dan y

$\sum x$ = Jumlah skor keseluruhan subjek tiap item

$\sum y$ = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat skor y

N = Jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien r product moment Pearson) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikoreksinya dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien r menjadi lebih besar (Hadi, 1990). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai formula Whole.

$$r. bt = \frac{(r_{xy})(SDy) - (SDx)}{\sqrt{\{(SDx)^2 + (SDy)^2 - 2(r_{xy})(SDx)(SDy)\}}}$$

Keterangan :

r. bt = Koefisien korelasi setelah dikoreksi dengan part whole

r. xy = Koefisien korelasi sebelum dikoreksi

SD. y = Standart deviasi total

SD. x = Standart deviasi butir

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keajekan, kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama dalam diri subjek yang di ukur memang belum berubah (Azwar, 2003). Skor yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur maka digunakan rumus koefisien Alpha sebagai berikut :

$$\alpha = 2 \left[\frac{1 - S1^2 - S2^2}{SX^2} \right]$$

Keterangan :

$S1^2$ dan $S2^2$ = Varians skor belahan 1 dan varians skor belahan 2

SX^2 = Varians skor skala.

G. Metode Analisis Data

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, maka analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis *Product Moment*, dengan tujuan utama penelitian ini yakni ingin melihat apakah ada hubungan antara self efficacy dengan coping stress. Untuk tujuan ini, dilakukan pengukuran empirik dengan menggunakan uji statistik korelasi *Product Moment* dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left[(\sum x^2) - \left(\frac{\sum x^2}{N} \right) \sum y^2 \right] - \left(\frac{\sum y^2}{N} \right)}}$$

Keterangan :

r_{xy} : koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek setiap aitem) dengan variabel x

$\sum xy$: jumlah dari hasil perkalian antara variabel y (total skor subjek dari seluruh item) dengan variabel y.

$\sum X$: Jumlah skor seluruh tiap item x

$\sum Y$: Jumlah skor seluruh tiap item y

$\sum x^2$: Jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$: Jumlah kuadrat y

N : Jumlah Subjek

Sebelum data analisis dengan teknik korelasi *Product Moment* maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi :

1. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi dari penelitian, yang variabel bebas dan terikat telah menyebar secara normal.

2. Uji linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah data dari penelitian variabel bebas memiliki hubungan linear dengan variabel terikat.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berpedoman pada hasil-hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis Korelasi *r Product Moment*, diketahui bahwa ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *coping stres* dimana $r_{xy} = 0,415$ dengan signifikan $p = 0.001 < 0,050$. Artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi *coping stress* dinyatakan diterima. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antara variable bebas X dengan variable terikat Y adalah sebesar $r^2 = 0.172$. Ini menunjukkan bahwa *self efficacy* berkontribusi terhadap *coping stress* sebesar 17,2%.
2. Diketahui dari hasil penelitian ini bahwa *self efficacy* tinggi sebab nilai rata-rata empirik (76,54) lebih besar dari hipotetik (67,5), dan *coping stress* tergolong tinggi sebab nilai rata-rata empirik (77,95) lebih tinggi dari nilai rata-rata hipotetik (65)

B. Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Melihat bahwa *coping stress* di SMA Panca Budi Medan tergolong tinggi. Hal ini akan berpengaruh terhadap peningkatan kesediaan siswa dalam melakukan *self efficacy*. Maka disarankan dalam mempertahankan *coping stress* dengan dapat

dilakukan dengan 4 hal yaitu pengalaman menguasai sesuatu prestasi, pengalaman vikarius, persuasi social, dan pembangkitan emosi. Hal ini dapat berguna untuk menghadapi masalah yang terjadi di sekolah sehingga dapat menggunakan strategi *coping stress* yang tepat.

2. Saran Kepada Sekolah

Disarankan kepada sekolah agar mengupayakan peningkatan *coping stress* pada siswa. Hal ini karena berpengaruh terhadap peningkatan siswa dalam melakukan *coping stress*. Upaya dalam meningkatkan dan mempertahankan *self efficacy* siswa dapat dilakukan dengan lebih memperhatikan kondisi siswa dalam meningkatkan kegiatan yang dapat mengandung menangani masalah pada *coping stress* seperti melakukan kegiatan positif antara siswa, menjaga hubungan yang baik antara siswa dan guru, mendampingi siswa dalam masalah yang ia hadapi di sekolah.

3. Saran Peneliti Berikutnya

Menyadari bahwa penelitian ini memiliki berbagai kekurangan, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk memperbaiki metode yang berhubungan dengan sampel, dan pengisian skala. Dan juga disarankan kepada oeneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *coping stress* untuk melibatkan factor lain dari *coping stress*, sehingga akan diperoleh gambaran yang lebih mengenai *coping stress*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul Hidayat, Aziz. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian* edisi revisi. Malang : UMM Press.
- Arikunto, Suharsini, 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar S.(2014). *Penyusun Skala Psikologi* .Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. 2001. *Guide for constructing self efficacy scales*. (online). (<http://www.uky.edu/~eushe2/Bandura/BanduraGuide2006.pdf>,
- Didi T. 2010. *Teori Perkembangan Karir (Intisari dari Zunker, Vernon G. (1986)*.
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Penelitian Research*. Yogyakarta: BPFE.
- Kristianto YAK. 2009. *Hubungan antara self efficacy dengan kecemasan dalam menghadapi ujian nasional pada mahasiswa kelas xii sma negeri 1 magelang [Skripsi]*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Sogijapranata
- Lazarus. Folkman. (2012). *Stres and conitive aprasial. theory of cognitive aprasial*.
- Nisa' K.2006. *Proactive coping mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ditinjau dari self efficacy*. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Budaya Universitas Islam Indonesia
- Nurchahyo. 2012. *Ilmu Kesehatan Jilid 2*. Depdiknas. Jakarta.
- Nurtjahjanti, H., Mujiasih, E., Prihatsanti, U., Prasetyo, A.R., Ratnaningsih, I.Z (2012). *Hubungan antara efikasi diri dan persepsi terhadap pengembangan karir dengan work family conclict pada polwan di Poltabes Semarang. National conference promoting harmony in urban community: A multiperspective approach*, 423-434.
- Rachmah DN. 2013. *Hubungan self efficacy, coping stress dan prestasi akademik*. Jurnal Ecopsy.

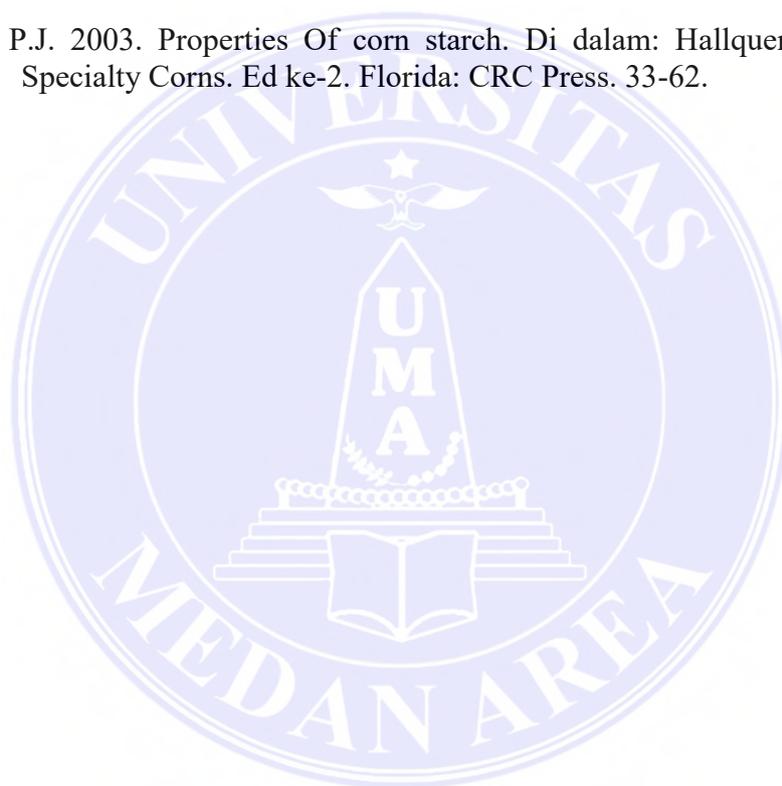
Rafikasari, M. W. N. 2015. Hubungan antara efikasi diri dengan strategi coping pada mahasiswa yang sedang Menyusun skripsi. Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Rahmandani A, Karyono, Dewi EK. 2010. *Strategi penanggulangan (coping) pada ibu yang mengalami postpartum blues di rumah sakit umum daerah kota semarang*. Semarang.

Sugiyono.2011.Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta. Bandung

Sutrisno Hadi. 2006. Pengantar Pengolahan Data. Jakarta. Sinar Baru.

White, P.J. 2003. Properties Of corn starch. Di dalam: Hallquer A.R., editor. Specialty Corns. Ed ke-2. Florida: CRC Press. 33-62.



LAMPIRAN GOOGLE FORM

Skala Self Efficacy

Isilah form ini sesuai dengan keadaan yang ada dalam diri anda!

Penjelasan :
S = Setuju
SS = Sangat Setuju
TS = Tidak Setuju
STS = Sangat Tidak Setuju

Banyaknya tugas membuat saya malas mengulang pelajaran

S
 SS
 TS
 STS
 Other:

Di rumah saya pakai untuk beristirahat

S
 SS
 TS

*Tampilan Skala Self Efficacy Menggunakan Google Form
(<https://forms.gle/jSZFpcMqT7DdaWr39>)*

Skala Coping Stress

SS : Sangat Sesuai
S : Sesuai
TS : Tidak Sesuai
STS : Sangat Tidak Sesuai

Pilihlah salah satu pilihan dibawah ini yang paling menggambarkan situasi pada diri anda
Selamat mengerjakan !

Saya tidak terlalu memikirkan permasalahan yang saya hadapi

SS
 S
 TS
 STS
 Other:

Saya percaya peluang dari setiap kesempatan

SS
 S
 TS

*Tampilan Skala Coping Stress Menggunakan Google Form (
https://docs.google.com/forms/d/1W2oYMfSgkF7PW5TxxwRnBARsFC31qP65Vf9A-SAZsPYM/viewform?edit_requested=true)*

LAMPIRAN A

ALAT UKUR PENELITIAN

Data Identitas Diri

Isilah data-data berikut ini dengan keadaan diri saudara :

1. Nama :
2. Jenis Kelamin :
3. Usia :
4. Pendidikan :

Petunjuk Pengisian Skala

Berikut ini saya sajikan pernyataan kedalam dua bentuk skala ukur. Saudara diminta untuk memberikan pendapatnya terhadap pernyataan-pernyataan yang terdapat dalam skala ukur tersebut dengan cara memilih :

- SS : Bila merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
S : Bila merasa **SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
TS : Bila merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.
STS : Bila merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan yang diajukan.

Saudara hanya diperbolehkan memilih satu pilihan jawaban dengan cara memberikan tanda ceklis (√) pada lembar jawaban yang tersedia. Contoh nya ada dibawah ini :

SS S TS STS

Tanda ceklis (√) merupakan seseorang itu merasa SESUAI dengan pernyataan yang diajukan.

SELAMAT BEKERJA

No	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Banyaknya tugas membuat saya malas mengulang pelajaran.				
2.	Dirumah saya pakai untuk beristirahat				
3.	Saya tidak pernah mengetahui hal apa yang harus dilakukan dalam setiap tugas.				
4.	Ketika saya sakit saya tidak bisa melakukan aktivitas apapun.				
5.	Saya tidak mampu dalam menyelesaikan tugas-tugas didalam sekolah.				
6.	Saya gagal dalam setiap tugas yang diberikan.				
7.	Saya pesimis dalam setiap hal yang saya lakukan				
8.	Saya hanya mengerjakan tugas dari soal yang paling mudah.				
9.	Saya tidak pernah berusaha lebih baik ketika saya gagal.				
10.	Saya tidak pernah mengikuti les tambahan.				
11.	Saya lebih banyak membuang waktu.				
12.	Standar nilai dalam tugas yang tinggi membuat saya malas.				

13.	Mampu untuk belajar secara rutin setiap minggu daripada belajar di saat ulangan saja				
14.	Saya mengerjakan tugas ketika saya ingat ada tugas.				
15.	Saya mampu melakukan langkah-langkah yang sistematis dalam mengerjakan tugas.				
16.	Saya berusaha untuk dapat menyelesaikan tugas				
17.	Saya pasrah dalam setiap hasil yang saya dapatkan.				
18.	Saya mampu segera bangkit kembali ketika saya gagal dalam melakukan sesuatu.				
19.	Saya susah dalam mengikuti setiap pelajaran				
20.	Ketika gagal dalam ujian saya tidak pernah niat untuk belajar				
21.	Saya selalu mengulang pelajaran ketika dirumah				
22.	Saya mudah bosan dalam setiap hal yang selalu saya lakukan.				
23.	Saya mudah frustasi ketika menghadapi kegagalan.				
24.	Saya optimis berhasil menyelesaikan tugas yang diberikan guru.				
25.	Saya yakin dalam setiap kemampuan diri sendiri.				
26.	Saya termotivasi untuk mendapatkan nilai yang bagus				

	dalam setiap tugas.				
27.	Mampu untuk belajar dari kesalahan sebelumnya dalam menyelesaikan tugas.				
28.	Saya selalu mencari kegiatan lain agar dapat mengasah kemampuan saya.				
29.	Saya mampu menyelesaikan tugas meskipun saya dalam keadaan lelah dan sakit.				
30.	Saya mampu meningkatkan juga mempertahankan usaha-usaha yang dapat lakukan meskipun saya remedial.				
31.	Saya mampu mengusir rasa malas saya dalam melakukan sesuatu.				
32.	Saya mampu mengendalikan perasaan kecewa saya ketika saya gagal.				

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak terlalu memikirkan permasalahan yang saya hadapi.				
2.	Saya percaya peluang dari setiap kesempatan .				
3.	Saya menyadari setiap permasalahan memiliki resiko.				
4.	Semua masalah akan selalu berakhir sesuai yang saya inginkan				
5.	Saya selalu berusaha untuk mencari informasi dari setiap masalah yang akan saya hadapi.				
6.	Saya percaya setiap permasalahan sesuai kemampuan individu.				
7.	Saya selalu optimis dalam menghadapi kendala dalam proses belajar.				
8.	Sekolah selalu jadi beban saya dalam berpikir.				
9.	Saya berani mengakui kesalahan saya				
10.	Saya mampu mengatasi masalah saya dengan baik.				
11.	Saya tidak mudah terpengaruh oleh situasi yang membuat saya sulit memahami.				
12.	Saya tidak memiliki semangat belajar.				
13.	Saya selalu melibatkan Tuhan dalam setiap penentu jalan keluar.				
14.	Ketika saya mengalami masalah, saya memikirkan				

	jalan keluar dari masalah tersebut.				
15.	Saya hanya berdiam diri ketika menghadapi masalah.				
16.	Teman saya selalu membantu juga memberi dukungan ketika saya sedang sulit memahami pelajaran.				
17.	Saya sering mengeluh dalam setiap kesulitan.				
18.	Saya bertanggung jawab atas kesalahan yang saya miliki.				
19.	saya selalu memikirkan hal-hal yang benar untuk bertindak.				
20.	Saya menyerah ketika menghadapi permasalahan.				
21.	Saya selalu menyalahkan keadaan dalam setiap hal yang salah saya lakukan.				
22.	Saya tidak pernah melakukan ibadah.				
23.	Ketika saya dalam situasi mendesak, saya merilekskan pikiran saya agar emosi saya tidak keluar.				
24.	Saya tidak memiliki teman yang peduli terhadap saya.				
25.	Setiap permasalahan yang saya hadapi akan membuat saya stress.				
26.	Saya tidak peduli terhadap permasalahan yang saya hadapi.				
27.	Saya merasa bahwa setiap permasalahan harus dihadapi dengan teman saya.				
28.	Saya akan mudah tersinggung jika saya diolok teman				

	saya.				
29.	Saya akan bersikap gegabah ketika saya tidak mampu berpikir.				
30.	Saya tidak pernah mendengarkan pendapat orang lain.				



LAMPIRAN B

DATA PENELITIAN

KONFORMITAS

<i>SELF EFFICACY (X)</i>																															
No	AITEM																													Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29		30
1	2	3	4	4	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	4	4	3	2	2	1	2	77
2	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	113
3	3	3	2	3	3	4	4	2	4	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	1	92
4	3	2	2	4	2	2	4	3	4	2	3	3	4	2	3	3	2	4	4	3	3	2	2	4	4	3	3	2	4	4	90
5	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	103
6	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86
7	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	82
8	3	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	2	2	3	95

9	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	109		
10	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	109		
11	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	71		
12	3	2	4	3	2	4	4	2	3	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	4	4	3	2	4	3	3	4	2	2	4	94	
13	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	2	2	3	103	
14	2	2	2	4	1	1	4	3	2	1	2	3	2	3	3	1	1	3	3	2	3	3	1	3	4	3	3	1	3	4	73	
15	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	99	
16	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	111	
17	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	85
18	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	4	4	84	
19	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	81	
20	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	91	
21	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	92	
22	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	79	
23	3	2	4	4	2	3	4	2	4	3	3	1	1	3	2	1	3	4	4	3	1	3	2	4	4	3	4	2	2	3	84	

24	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	96
25	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	85
26	4	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	95	
27	3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	1	3	4	3	4	2	2	3	4	3	4	2	1	4	86
28	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	101
29	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	82
30	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	2	2	1	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	92
31	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	90
32	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	1	87
33	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	1	2	87
34	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	96
35	4	2	3	4	2	3	4	2	4	3	4	3	2	2	2	1	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	2	3	3	92
36	4	3	3	4	2	3	4	2	4	3	4	3	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	2	1	3	92
37	3	3	2	4	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	91
38	3	3	4	4	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	99

39	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	83	
40	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	2	3	1	2	4	3	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3	90	
41	3	3	4	4	2	3	4	2	4	3	3	3	1	3	2	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	94	
42	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	1	3	3	4	4	4	3	3	2	2	96	
43	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	95	
44	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	100	
45	2	3	1	4	4	3	4	2	3	3	3	2	1	2	2	1	3	4	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	2	2	85	
46	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	98	
47	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	85
48	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	89
49	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	76	
50	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	95	
51	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	4	2	85	
52	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	99	
53	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	98	

54	4	3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	4	1	1	2	3	4	4	82
55	2	3	1	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	4	82	
56	2	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	2	1	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	3	3	83	
57	2	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	80	
58	4	1	3	3	2	3	4	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	4	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	84	
59	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	76	
60	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	4	4	78	
61	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	4	4	79	
62	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	2	81	
63	2	3	2	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	80	
64	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	1	3	1	3	3	1	2	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	2	2	4	74	
65	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	4	86	

SELF EFFICACY																											
No	AITEM																										Total
	1	2	3	4	5	6	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
1	2	3	4	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	4	4	3	2	2	67
2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	97
3	3	3	2	3	3	4	2	4	4	4	3	2	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	80
4	3	2	2	4	2	2	3	4	2	3	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	2	4	4	3	3	2	74
5	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	90
6	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	74
7	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	70
8	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	82
9	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	96
10	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	94
11	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	61
12	3	2	4	3	2	4	2	3	4	4	4	3	3	2	2	2	4	4	4	3	2	4	3	3	4	2	80

13	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	91
14	2	2	2	4	1	1	3	2	1	2	3	2	3	3	1	1	3	2	3	3	1	3	4	3	3	1	59
15	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	86
16	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	97
17	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	75
18	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	70
19	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	68
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	77
21	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	79
22	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	67
23	3	2	4	4	2	3	2	4	3	3	1	1	3	2	1	3	4	3	1	3	2	4	4	3	4	2	71
24	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	82
25	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	72
26	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	80
27	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	2	1	3	3	4	2	2	3	4	3	4	2	73

28	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	86	
29	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	69
30	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	2	1	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	77
31	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	77	
32	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	75	
33	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	76	
34	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	82	
35	4	2	3	4	2	3	2	4	3	4	3	2	2	2	1	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	2	78
36	4	3	3	4	2	3	2	4	3	4	3	2	3	2	2	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	2	81
37	3	3	2	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	78
38	3	3	4	4	4	2	2	4	2	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	84
39	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	72
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	1	2	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3	77	
41	3	3	4	4	2	3	2	4	3	3	3	1	3	2	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	80
42	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	3	4	4	4	4	3	3	84

43	3	3	4	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	3	4	83
44	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	85
45	2	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	1	2	2	1	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	4	73
46	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	84
47	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	72
48	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	76
49	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	65
50	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	81
51	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	72
52	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	86
53	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	87
54	4	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	4	1	1	2	3	69
55	2	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	70
56	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	1	2	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	70
57	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	67

58	4	1	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	70
59	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	65
60	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	62
61	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	65
62	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	71
63	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	69
64	4	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	1	3	3	1	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	63
65	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	72

COPING STRESS (Y)																																		
NO	AITEM																																Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1	1	3	1	2	3	3	1	3	2	1	1	2	2	2	4	2	3	3	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	2	1	77
2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	114	
3	1	3	3	2	3	2	4	3	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	4	3	2	3	3	79	
4	2	2	1	2	2	2	4	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	4	2	4	4	3	3	4	4	1	82	
5	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	85	
6	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	91
7	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	113
8	2	4	2	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	2	4	4	2	4	4	3	2	2	4	2	91	
9	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	4	5	2	2	3	3	81	
10	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	100	
11	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	4	4	3	4	3	3	85	
12	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	80	

13	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	112		
14	2	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2	4	95	
15	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	100	
16	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	107	
17	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	90	
18	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	5	4	4	3	86	
19	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	5	3	5	3	97	
20	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	95	
21	2	3	4	2	3	1	4	4	3	2	2	2	3	2	1	4	1	3	3	4	1	2	3	3	4	3	3	3	4	3	5	4	91	
22	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	5	3	3	3	4	3	97	
23	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	102	
24	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	1	4	2	2	3	1	3	3	4	3	2	3	4	3	3	5	3	3	3	3	2	88	
25	2	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	5	4	3	3	4	101	
26	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	4	4	3	4	3	88	
27	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	77

28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	94
29	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	99	
30	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	82	
31	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	1	3	2	3	4	4	3	4	2	3	3	2	87
32	3	4	3	2	3	3	3	1	4	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	1	2	3	3	2	3	4	3	89
33	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	81
34	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	97	
35	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	80
36	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	4	4	3	4	3	4	2	4	4	3	99	
37	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	107	
38	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	4	2	4	105
39	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	98
40	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	4	97
41	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	94
42	1	4	3	3	2	3	3	3	3	1	2	1	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	4	3	94

43	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	96
44	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	101
45	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	97	
46	2	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	4	4	4	2	75		
47	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	96	
48	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	2	83
49	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	85
50	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	87
51	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	3	3	88
52	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	88
53	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4	3	111
54	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	4	3	3	3	3	4	88
55	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	88	
56	2	3	3	1	2	1	3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	85
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	92

58	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	3	86	
59	3	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	94	
60	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	3	4	98	
61	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	95		
62	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	92	
63	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	96		
64	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	3	2	2	2	2	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	95
65	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	89		



COPING STRESS																													
NO	AITEM																											Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	32		
1	1	3	1	2	3	3	1	3	2	1	1	2	2	2	4	2	3	3	4	2	2	3	4	2	3	3	1	63	
2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	98	
3	1	3	3	2	3	2	4	3	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	64	
4	2	2	1	2	2	2	4	2	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	4	2	4	1	64	
5	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	4	69	
6	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	78	
7	2	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	99	
8	2	4	2	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	4	2	4	4	2	4	2	76	
9	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	65
10	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	1	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	86	
11	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	67	
12	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	67	

13	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	96	
14	2	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	79	
15	2	3	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	82	
16	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	88	
17	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	74	
18	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	68	
19	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	79	
20	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	78	
21	2	3	4	2	3	1	4	4	3	2	2	2	3	2	1	4	1	3	3	4	1	2	3	3	4	3	4	73	
22	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	79	
23	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	86	
24	2	3	2	2	2	2	3	3	4	2	3	1	4	2	2	3	1	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	71	
25	2	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	82	
26	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	70	
27	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	61

28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	78	
29	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	82	
30	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	67	
31	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	1	3	2	3	4	4	2	72	
32	3	4	3	2	3	3	3	1	4	3	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	1	2	3	74	
33	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	67	
34	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	82	
35	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	64	
36	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	4	4	3	4	3	82	
37	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	91	
38	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	89	
39	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	82	
40	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	4	85	
41	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	78	
42	1	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	2	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	77

43	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	80
44	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	83
45	2	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	80
46	2	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	57
47	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	79
48	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	67
49	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	67
50	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	69
51	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	71
52	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	74
53	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	94
54	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	4	72
55	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	73
56	2	3	3	1	2	1	3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	68
57	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	76

58	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	70
59	3	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	79
60	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	84
61	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
62	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77
63	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
64	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	3	2	2	2	4	4	3	3	4	4	78
65	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	73

LAMPIRAN C

UJI VALIDITAS DAN REABILITAS

DATASET ACTIVATE DataSet0.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7
aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15
aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23
aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31
aitem_32
    
```

```

/SCALE('Self Efficacy') ALL
    
```

```

/MODEL=ALPHA
    
```

```

/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
    
```

```

/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes

Output Created	11-NOV-2020 21:06:00
Comments	
Active Dataset	DataSet0
Filter	<none>
Weight	<none>
Input	
Split File	<none>
N of Rows in Working	65
Data File	
Matrix Input	

Missing Handling	Definition of Missing Value Cases Used	User-defined missing values are treated as missing. Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure. RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem_31 aitem_32 /SCALE('Self Efficacy') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Syntax		
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00,00 00:00:00,00

[DataSet0]

Scale: Self Efficacy

Case Processing Summary

	N	%
Valid	65	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	65	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,857	27

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,34	,668	65
aitem_2	3,05	,571	65
aitem_3	3,11	,732	65
aitem_4	2,58	,682	65
aitem_5	2,69	,584	65
aitem_6	2,66	,691	65
aitem_7	3,15	,643	65
aitem_8	2,89	,562	65
aitem_9	3,15	,643	65
aitem_10	2,34	,668	65
aitem_11	2,82	,705	65
aitem_12	2,66	,735	65
aitem_13	2,83	,453	65
aitem_14	2,58	,682	65
aitem_15	2,60	,725	65
aitem_16	3,00	,637	65
aitem_17	2,40	,725	65
aitem_18	2,83	,486	65
aitem_19	3,00	,586	65
aitem_20	3,18	,583	65
aitem_21	2,62	,744	65
aitem_22	2,63	,601	65
aitem_23	2,91	,701	65
aitem_24	3,15	,643	65
aitem_25	2,89	,562	65
aitem_26	3,17	,627	65
aitem_27	3,15	,712	65
aitem_28	3,26	,644	65
aitem_29	3,37	,782	65
aitem_30	3,15	,643	65
aitem_31	3,20	,795	65
aitem_32	3,11	,732	65

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	90,15	76,788	,386	,852
aitem_2	89,45	77,063	,435	,851
aitem_3	89,38	74,397	,541	,848
aitem_4	89,91	73,054	,706	,843
aitem_5	89,80	75,162	,617	,847
aitem_6	89,83	74,768	,545	,848
aitem_7	89,34	77,540	,336	,854
aitem_8	89,60	77,775	,369	,853
aitem_9	89,34	75,759	,499	,849
aitem_10	90,15	76,788	,386	,852
aitem_11	89,68	75,472	,472	,850
aitem_12	89,83	76,143	,395	,852
aitem_13	89,66	78,821	,339	,854
aitem_14	89,91	73,054	,706	,843
aitem_15	89,89	74,785	,514	,848
aitem_16	89,49	77,035	,385	,852
aitem_17	90,09	77,398	,301	,855
aitem_18	89,66	78,946	,397	,854
aitem_19	89,49	77,285	,400	,852
aitem_20	89,31	77,341	,397	,852
aitem_21	89,88	77,578	,377	,855
aitem_22	89,86	77,215	,395	,852
aitem_23	89,58	73,465	,649	,845
aitem_24	89,34	75,759	,499	,849
aitem_25	89,60	77,775	,369	,853
aitem_26	89,32	76,066	,484	,850
aitem_27	89,34	82,227	-,076	,865
aitem_28	89,23	82,524	-,101	,864
aitem_29	89,12	81,766	-,044	,865
aitem_30	89,34	80,102	,108	,859
aitem_31	89,29	82,273	-,080	,867
aitem_32	89,38	74,397	,541	,848

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
92,49	81,754	9,042	32

DATASET ACTIVATE DataSet1.

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7
aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15
aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23
aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30

```

```

/SCALE('Coping Stress') ALL

```

```

/MODEL=ALPHA

```

```

/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE

```

```

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

Notes

Output Created		11-NOV-2020 21:06:17
Comments		
Input	Active Dataset	DataSet1
	Filter	<none>
	Weight	<none>
	Split File	<none>
	N of Rows in Working Data File	65
Missing Handling	Matrix Input	
	Definition of Missing Value	User-defined missing values are treated as missing.
	Cases Used	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.

Syntax	<pre> RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 /SCALE('Coping Stress') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL. </pre>
Resources	<pre> Processor Time 00:00:00,02 Elapsed Time 00:00:00,02 </pre>

[DataSet1]

Scale: Coping Stress

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	65	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	65	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,882	26

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,02	,696	65
aitem_2	2,78	,573	65
aitem_3	2,89	,753	65
aitem_4	3,34	,567	65
aitem_5	2,63	,741	65
aitem_6	2,86	,556	65
aitem_7	3,66	,509	65
aitem_8	2,60	,657	65
aitem_9	3,38	,521	65
aitem_10	2,86	,556	65
aitem_11	3,03	,585	65
aitem_12	2,97	,728	65
aitem_13	2,40	,746	65
aitem_14	2,88	,696	65
aitem_15	2,60	,657	65
aitem_16	2,37	,782	65
aitem_17	2,80	,814	65
aitem_18	3,54	,502	65
aitem_19	3,34	,509	65
aitem_20	3,03	,585	65
aitem_21	2,97	,728	65
aitem_22	2,88	,696	65
aitem_23	2,63	,741	65
aitem_24	3,54	,502	65
aitem_25	3,34	,567	65
aitem_26	3,17	,517	65
aitem_27	3,25	,613	65
aitem_28	2,63	,741	65
aitem_29	2,91	,914	65
aitem_30	3,05	,837	65

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	86,32	83,316	,445	,878
aitem_2	86,55	84,688	,420	,879
aitem_3	86,45	82,532	,464	,878
aitem_4	86,00	85,813	,315	,881
aitem_5	86,71	80,429	,637	,873
aitem_6	86,48	85,878	,317	,881
aitem_7	85,68	86,941	,237	,882
aitem_8	86,74	83,352	,472	,877
aitem_9	85,95	84,826	,453	,878
aitem_10	86,48	85,878	,317	,881
aitem_11	86,31	83,810	,494	,877
aitem_12	86,37	83,737	,389	,879
aitem_13	86,94	83,652	,384	,880
aitem_14	86,46	81,690	,578	,875
aitem_15	86,74	83,352	,472	,877
aitem_16	86,97	82,718	,430	,879
aitem_17	86,54	80,940	,536	,876
aitem_18	85,80	84,538	,504	,877
aitem_19	86,00	86,938	,237	,882
aitem_20	86,31	83,810	,494	,877
aitem_21	86,37	83,737	,389	,879
aitem_22	86,46	81,690	,578	,875
aitem_23	86,71	80,429	,637	,873
aitem_24	85,80	84,538	,504	,877
aitem_25	86,00	85,813	,315	,881
aitem_26	86,17	85,268	,409	,879
aitem_27	86,09	83,929	,458	,878
aitem_28	86,71	80,429	,637	,873
aitem_29	86,43	85,937	,158	,887
aitem_30	86,29	87,054	,108	,887

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
89,34	89,446	9,458	30

LAMPIRAN D

UJI NORMALITAS

NPAR TESTS

/K-S(NORMAL)=X Y

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

NPar Tests

Notes

Output Created		11-NOV-2020 22:52:41
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet2 <none> <none> <none> 65
Missing Handling	Value Definition of Missing Cases Used	User-defined missing values are treated as missing. Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test. NPART TESTS /K-S(NORMAL)=X Y /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Syntax		
Resources	Processor Time Elapsed Time Number of Cases Allowed ^a	00:00:00,02 00:00:00,06 157286

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet2]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SELF EFFICACY	65	76,54	8,986	59	97
COPING STRESS	65	77,95	8,779	57	99

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SELF EFFICACY	COPING STRESS
N		65	65
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	76,54	77,95
	Std. Deviation	8,986	8,779
	Absolute	,093	,092
Most Extreme Differences	Positive	,093	,092
	Negative	-,038	-,072
Kolmogorov-Smirnov Z		,752	,739
Asymp. Sig. (2-tailed)		,624	,646

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

LAMPIRAN E

UJI LINIERITAS

MEANS TABLES=Y BY X

/CELLS MEAN COUNT STDDEV

/STATISTICS ANOVA LINEARITY.

Means

Notes

Output Created		11-NOV-2020 22:52:56
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet2 <none> <none> <none> 65
Missing Handling	Definition of Missing Value	For each dependent variable in a table, user-defined missing values for the dependent and all grouping variables are treated as missing. Cases used for each table have no missing values in any independent variable, and not all dependent variables have missing values.
Syntax	Cases Used	MEANS TABLES=Y BY X /CELLS MEAN COUNT STDDEV /STATISTICS ANOVA LINEARITY.
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00,02 00:00:00,02

[DataSet2]

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
COPING STRESS *	65	100,0%	0	0,0%	65	100,0%
SELF EFFICACY						

Report
COPING STRESS

SELF EFFICACY	Mean	N	Std. Deviation
59	79,00	1	.
61	67,00	1	.
62	84,00	1	.
63	78,00	1	.
65	75,67	3	7,572
67	72,67	3	8,505
68	79,00	1	.
69	77,67	3	5,132
70	75,60	5	13,240
71	81,50	2	6,364
72	77,40	5	5,128
73	78,50	2	2,121
74	71,00	2	9,899
75	74,00	2	,000
76	67,00	2	,000
77	75,50	4	7,767
78	79,00	1	.
79	73,00	1	.
80	70,75	4	7,890
81	81,00	2	1,414
82	76,33	3	5,508
83	80,00	1	.
84	74,33	3	16,166
85	83,00	1	.
86	82,67	3	5,033
87	94,00	1	.
88	91,00	1	.
90	88,00	1	.
91	96,00	1	.
94	86,00	1	.
96	90,00	1	.
97	93,00	2	7,071
Total	77,95	65	8,779

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
COPING STRESS * SELF EFFICACY	(Combined)	2617,712	31	84,442	1,204	,300
	Linearity	849,743	1	849,743	12,112	,001
	Between Groups Deviation from Linearity	1767,968		58,932	,840	,684
	Within Groups	2315,150	33	70,156		
	Total	4932,862	64			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
COPING STRESS * SELF EFFICACY	,415	,172	,728	,531

LAMPIRAN F
UJI KORELASI

CORRELATIONS

```

/VARIABLES=X Y

/PRINT=TWOTAIL NOSIG

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING=PAIRWISE.
    
```

Correlations

Notes

Output Created		11-NOV-2020 22:54:15
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet2 <none> <none> <none> 65
Missing Handling	Definition of Missing Value Cases Used	User-defined missing values are treated as missing. Statistics for each pair of variables are based on all the cases with valid data for that pair.
Syntax		CORRELATIONS /VARIABLES=X Y /PRINT=TWOTAIL NOSIG /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING=PAIRWISE.
Resources	Processor Time Elapsed Time	00:00:00,02 00:00:00,02

[DataSet2]

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
SELF EFFICACY	76,54	8,986	65
COPING STRESS	77,95	8,779	65

Correlations

		SELF EFFICACY	COPING STRESS
SELF EFFICACY	Pearson Correlation	1	,415**
	Sig. (2-tailed)		,001
	N	65	65
COPING STRESS	Pearson Correlation	,415**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	
	N	65	65

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



AKREDITASI A

YAYASAN PROF. DR. H. KADIRUN YAHYA

SMA PANCA BUDI

Jl. JEND. GATOT SUBROTO KM. 4,5 PO.BOX. 1099 MEDAN 20122 Call Center 08116300044
website : <http://www.sma.pancabudi.sch.id> Email : sma@perguruan.pancabudi.sch.id
SUMATERA UTARA – INDONESIA

Nomor :080/II.b/09/SMA-PB/2020

Lamp : -

Hal : Izin Melakukan Penelitian / Pengambilan Data

Kepada Yth :

Wakil Dekan Bidang Akademik

Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

Di

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat saudara dengan Nomor: 263/FPS/01.10/IX/2020 tanggal:15 September 2020 tentang Izin Melaksanakan Penelitian /Pengambilan Data, maka Kepala Sekolah SMA Panca Budi Medan memberikan izin penelitian kepada:

Nama : Aisyah Fauziah
NIM : 168600018
Fakultas : Ilmu Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Penelitian : *"Hubungan Self Efficacy dengan Coping Stree pada Siswa SMA Kelas XI di Panca Budi Medan"*

Demikian surat ini kami buat, atas perhatian dan kerjasamanya. Kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Medan, 26 September 2020

Kepala Sekolah



Sugansari S.Si

Tembusan :

- ✓ Yang bersangkutan
- ✓ File



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 263/FPSI/01.10/IV/2021
Lampiran : -
Hal : **Pengambilan Data**

Medan, 15 September 2020

Yth. Yth. Kepala Sekolah SMA S Panca Budi , Medan
Di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Aisyah Fauziah
NPM : 168600018
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di **Yth. Kepala Sekolah SMA S Panca Budi , Medan, SMA S Panca Budi Medan, Jl. Gatot Subroto Km. 4.5, Sei Sikambing, 20122, Medan** guna penyusunan skripsi yang berjudul ***“Hubungan Self Efficacy Dengan Coping Stress Pada Siswa SMA Kelas XI Di Pancabudi Medan”***.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Sekolah** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Mahasiswa Ybs

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 22/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)22/12/21