

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *COPING STRESS*  
PADA REMAJA DI PESANTREN AR RAUDHATUL HASANAH**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area

Oleh :

**PINTA ITO HARAHAHAP**

**NPM: 14.860.0074**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2018**

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan di dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku.

Medan, 11 Agustus 2018



PINTA ITO HARAHAP

14.860.0074

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian  
dari Syarat - Syarat Guna Memperoleh Derajat  
Sarjana (S1) Psikologi

Pada Tanggal  
11 Agustus 2018

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

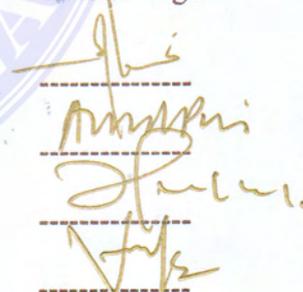
Dekan

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

Dewan Penguji

1. Farida Hanum Siregar S.Psi, M.Psi
2. Anna wati Dewi Purba S.Psi, M.Si
3. Drs.H. Mulia Siregar M.Psi
4. Nafessa S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan



Handwritten signatures of the exam board members, including the Dean and four members of the exam board, each on a dashed line.

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan  
*Coping Stress* Pada Remaja Di Pesantren

Ar radhatul Hasanah

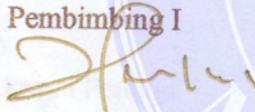
Nama Mahasiswa : Pinta Ito Harahap

No Stambuk :14.860.0074

Program Studi : Psikologi Perkembangan

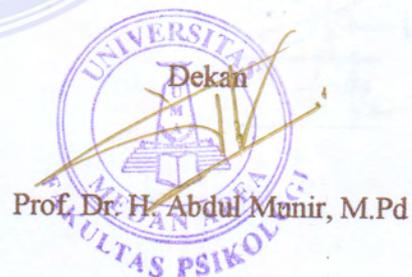
Disetujui Oleh  
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

  
Drs. H. Mulia Siregar M.Psi

Pembimbing II

  
Nafessa S.Psi, M.Psi



Tanggal Sidang Meja Hijau

11 Agustus 2018

**Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Coping Stress* Pada Remaja Di Pesantren Ar  
raudhatul Hasanah**

**PINTA ITO HARAHAHAP**

**14.860.0074**

**Abstrak**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji dan mendapatkan data secara empiris mengenai hubungan dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja. Sejalan dengan landasan teori, maka diajukan hipotesa yang berbunyi ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja. Dimana Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi juga *coping stress*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *coping stress*. Penelitian ini melibatkan 72 remaja di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah sebagai subjek penelitian. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument skala likert untuk skala dukungan sosial dan skala *coping stress*. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino, 1998 (dalam Lubis, N.L,& Hasnida, 2009) yaitu: (1) Dukungan emosional, (2) Dukungan penghargaan atau harga diri, (3) Dukungan instrumental, (4) Dukungan informatif dan (5) Dukungan integrasi sosial. Skala *coping stress* disusun berdasarkan fungsi dari *coping stress* menurut Lazarus, 1984 (dalam Jaya, 2017) yaitu: 1) *Emotion-focused Coping*: (a) *Pendekatan Perilaku* (b) *Pendekatan Kognitif*, (2) *Problem-focused Coping*. Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *coping stress*. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi, dimana  $r_{xy} = 0.676$  ;  $p = 0.000 < 0.05$ . Nilai koefisien determinasi (*R square*) penelitian dengan nilai sebesar 0.456. Dapat diartikan bahwa variable dukungan sosial mempengaruhi *coping stress* sebesar 45,6%. Dari hasil perhitungan mean hipotetik dan mean empirik diperoleh dukungan sosial dengan *coping stress* berada pada kategori tinggi.

**Kata Kunci : Dukungan Sosial, *Coping Stress*, Remaja**

*The Correlation Between Social Support and Overcoming Stress in Adolescents at Ar*

*Raudhatul Hasanah Islamic Boarding School*

**Pinta Ito Harahap**

**14.860.0074**

*Abstract*

This study was a quantitative research that aims to test and obtain empirical data about social support relationships with stress coping in adolescents. In line with the theoretical foundation, the hypothesis is proposed that says there is a positive relationship between social support and stress coping in adolescents. Where the higher social support, the higher the coping stress. Conversely, the lower the social support, the lower the coping stress. This study involved 72 adolescents at the Ar-raudhatul Hasanah Islamic Boarding School as the subject of research. Sampling is done by total sampling technique. This study uses a Likert scale instrument for social support scale and stress coping scale. The scale of social support is compiled based on aspects of social support according to Sarafino, 1998 (in Lubis, NL, & Hasnida, 2009), namely: (1) emotional support, (2) Support of appreciation or self-esteem, (3) instrumental support, (4) Informative support and (5) Social integration support. Stress coping scale is arranged based on the function of stress coping according to Lazarus, 1984 (in Jaya, 2017) is: 1) Emotion-focused Coping: (a) Behavioral Approach (b) Cognitive Approach, (2) Problem-focused Coping. Based on data analysis, obtained results there is a positive relationship between social support with coping stress. This result is proven by the correlation coefficient, where  $r_{xy} = 0.676$ ;  $p = 0.000 < 0.05$ . Value of the determination coefficient (R square) of the study with a value of 0.456. It can be interpreted that social support variables affect coping stress by 45.6%. From the results of the calculation of the mean hypothetical and empirical mean obtained social support with stress coping is in the high category.

**Keywords:** *Social Support; Coping Stress; Teenagers*

## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN A ALAT UKUR

A-1 Skala <i>Coping Stress</i> .....	81
A-2 Skala Dukungan Sosial.....	87

### LAMPIRAN B DATA PENELITIAN

B-1 Data <i>Coping Stress</i> .....	93
B-2 Data Dukungan Sosial.....	98

### LAMPIRAN C UJI VALIDITAS, RELIABILITAS DAN UJI DAYA BEDA

C-1 <i>Coping Stress</i> .....	105
C-2 Dukungan Sosial.....	109

### LAMPIRAN D UJI ASUMSI NORMALITAS DAN LINIERITAS

D-1 Uji Normalitas.....	113
D-2 Uji Linieritas.....	114

### LAMPIRAN E UJI HIPOTESA

E-1 Uji Empirik dan Uji Analisis Data <i>Product Moment</i> .....	117
-------------------------------------------------------------------	-----

### LAMPIRAN F SURAT IZIN PENELITIAN

F-1 Surat Pengantar Universitas Medan Area.....	118
F-2 Surat Selesai Penelitian.....	119

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN	
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	10
A. Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian.....	10
1. Pengertian Remaja .....	10
2. Batasan Usia Remaja .....	11

3. Tugas Perkembangan Remaja.....	13
4. Konsep Santri dan Pesantren .....	18
B. Tinjauan Pustaka : Strategi <i>Coping Stress</i> .....	20
1. Pengertian <i>Stress</i> .....	20
2. Penyebab <i>Stress</i> .....	22
3. Dampak <i>Stress</i> .....	23
4. <i>Coping</i> .....	25
5. Pengertian <i>Coping Stress</i> .....	26
6. Fungsi <i>Coping Stress</i> .....	27
7. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	30
8. Aspek-aspek <i>Coping Stress</i> .....	32
C. Tinjauan Pustaka : Dukungan Sosial.....	35
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	35
2. Sumber Dukungan Sosial.....	36
3. Bentuk-bentuk Dukungan Sosial.....	38
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	40
5. Aspek-aspek Dukungan Sosial .....	42
D. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan <i>Coping Stress</i> Pada Remaja .....	43
E. Kerangka Konseptual .....	45
F. Hipotesis .....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	46
A. Tipe Penelitian .....	46
B. Identifikasi Variabel.....	46
C. Definisi Operasional.....	46

D. Subjek Penelitian.....	47
1. Populasi.....	47
2. Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	47
E. Metode Pengumpulan Data .....	48
F. Analisis Data.....	50
1. Validitas Alat Ukur .....	50
2. Reabilitas Alat Ukur .....	51
3. Indeks Daya Beda .....	52
G. Uji Normalitas dan Linieritas.....	53
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN.....</b>	<b>55</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	55
B. Persiapan Penelitian .....	58
1. Tahap Observasi dan Administrasi .....	58
2. Perijinan Penelitian .....	58
3. Persiapan Instrumen Penelitian.....	58
C. Pelaksanaan Penelitian.....	62
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	62
1. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	63
2. Uji Asumsi .....	66
a. Uji Normalitas Sebaran.....	66
a. Uji Linieritas Hubungan.....	68
3. Uji Hipotesa .....	68
4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	70
a. Mean Hipotetik.....	70

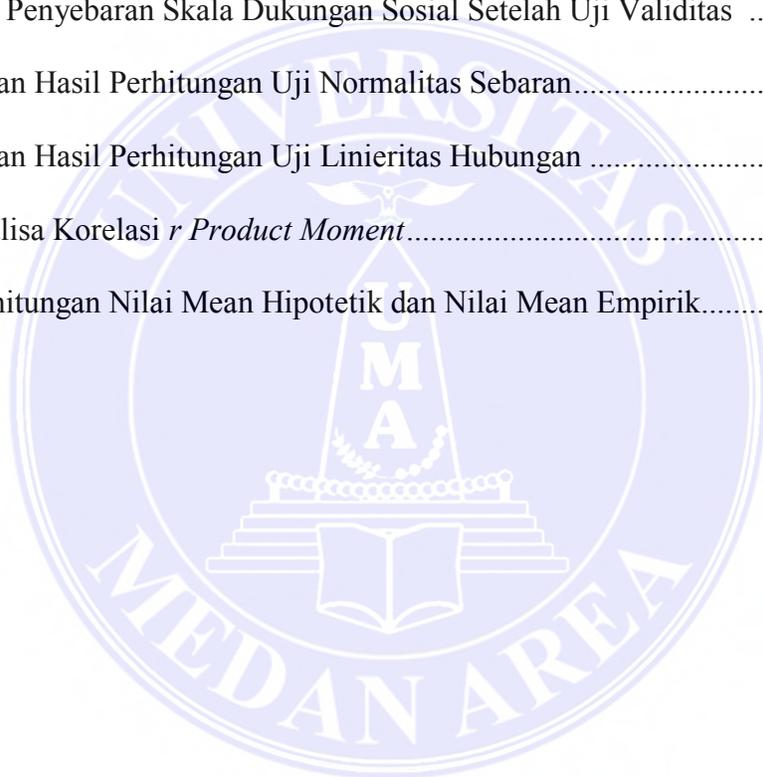
b. Mean Empirik .....	70
c. Kriteria .....	70
e. Pembahasan.....	72
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Simpulan .....	75
B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA .....	78



## DAFTAR TABEL

Tabel :

1. Interpretasi Reliabilitas .....	52
2. Distribusi Penyebaran Skala <i>Coping Stress</i> .....	59
3. Distribusi Penyebaran Skala Dukungan Sosial.....	60
4. Distribusi Penyebaran Skala <i>Coping Stress</i> Setelah Uji Validitas.....	63
5. Distribusi Penyebaran Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Validitas .....	65
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	67
7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan .....	68
8. Hasil Analisa Korelasi <i>r Product Moment</i> .....	69
9. Hasil Perhitungan Nilai Mean Hipotetik dan Nilai Mean Empirik.....	71



## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahim*

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya berupa kelancaran, kemudahan, pengalaman, kekuatan, serta kesabaran bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dan mampu bertahan pada setiap kendala maupun cobaan yang dihadapi selama penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam penulisan ini tidak akan dapat berjalan dengan baik tanpa dukungan dan bimbingan serta bantuan dari berbagai pihak. Untuk kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih setulusnya dengan segala kerendahan hati kepada :

1. Yang paling utama Allah SWT, Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Saya hanturkan puji dan syukur atas karunia, ridho dan lindungan-Mu serta kelancaran dalam proses pengerjaan skripsi ini. Karena atas izin-Mu lah segala hal yang tidak mungkin menjadi mungkin tercapai.
2. Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area
3. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area
4. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
5. Bapak Hairul Anwar, S.Psi, M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
6. Bapak Drs. H. Mulia Siregar, M.Psi selaku dosen pembimbing I (satu) yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

7. Ibu Nafessa S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing II (dua) yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Ibu Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi selaku ketua penguji yang selalu baik hati kepada peneliti.
9. Ibu Anna wati Dewi Purba, S.Psi, M.Si selaku sekretaris yang telah memberikan saran dan baik hati kepada peneliti.
10. Bapak Azhar Azis, S.Psi, MA selaku ketua jurusan Psikologi Perkembangan
11. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, terima kasih atas segala ilmu yang diberikan semoga kelak bermanfaat dan sebagai bekal untuk dikemudian hari.
12. Seluruh staff dan pegawai Fakultas Psikologi yang juga sangat membantu saya dalam mempersiapkan segala berkas yang dibutuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
13. Seluruh pengajar dan staff di Pesantren Ar raudhatul Hasanah yang telah memberikan izin dan membantu saya bersosialisasi dengan para remaja dipesantren tersebut untuk observasi, wawancara dan pengambilan data. Terima kasih yang sebesar-besarnya.
14. Ayah dan Mama Terima kasih atas do'a, dukungan, semangat, bantuan dalam segala bentuk yang diberikan, serta teruntuk keluarga besar yang senantiasa mengingatkan tanggung jawab dan selalu memberi support.
15. Sahabat-sahabatku tersayang, Roni Syahputra, Nursyah Fitri Hrp, Yuni Annisa, Carissa Nindy dan Laila Najmi Terima kasih untuk dukungan, semangat, kebersamaan, dan cinta yang diberikan.
16. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2014, terima kasih atas kebersamaan yang sudah kita lalui selama ini semoga pertemanan terus terjalin.

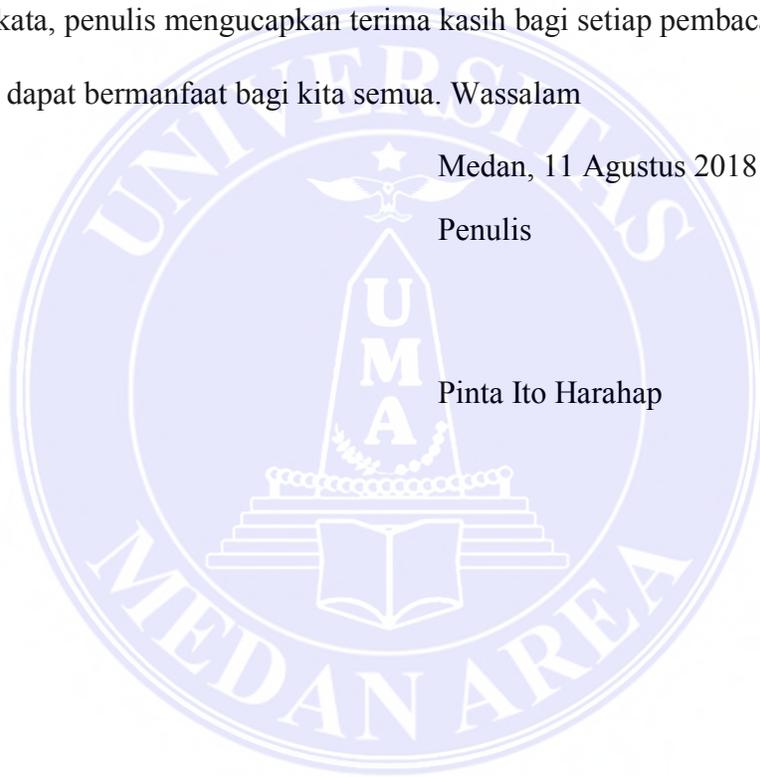
17. Semua responden penelitian, terima kasih atas kesediaan kalian semua meluangkan waktu demi kelancaran penelitian ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak disebut oleh penulis, yang telah membantu dan memberikan perhatian lebih terhadap proses penyelesaian skripsi ini. Penulis telah berupaya seoptimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, meskipun demikian penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Wassalam

Medan, 11 Agustus 2018

Penulis

Pinta Ito Harahap



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Salah satu fase kehidupan yang dilewati dan dijalani oleh setiap orang adalah fase remaja. Remaja adalah salah satu fase kehidupan setiap individu yang penuh akan gejolak. Pada masa remaja seseorang tidak lagi pantas dikatakan anak-anak, tetapi juga belum layak disebut sebagai orang dewasa. Sebagian orang bisa melewati masa remajanya dengan baik dan penuh kebahagiaan karena pada masa remaja ia tidak mengalami konflik yang besar baik yang berasal dari dirinya maupun berasal dari luar. Akan tetapi ada juga orang yang melewati masa remaja dengan tidak bahagia karena begitu banyak konflik pada kehidupannya baik itu berasal dari dirinya maupun dari luar.

Para remaja oleh orangtua dan masyarakat umum sudah dianggap dewasa dan mampu menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi. Stres yang dialami remaja harus dikelola dengan baik. Cara menghadapi stres lazim disebut *coping*. Konsep umum *coping* adalah menangani masalah atau mengatur emosi akibat masalah. Tuntutan atau konflik yang dialami dimana lebih banyak efek negatif yang ditimbulkannya. *Coping* menunjuk pada berbagai upaya atau proses seseorang dalam mengelola suatu kondisi yang penuh dengan tuntutan atau tekanan dengan berbagai sumber daya baik perubahan kognitif atau perilaku untuk mendapatkan rasa aman dari dirinya.

Perilaku *coping* merupakan suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan tugas atau masalah (Chaplin, 2006).

Taylor (2012) mendefinisikan *coping* sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang menekan. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *coping* stres merupakan suatu bentuk upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi dan meminimalisasikan situasi yang penuh akan tekanan (stres) baik secara kognitif maupun dengan perilaku.

Menurut Lazarus dan Launier (dalam Martina, 2010) *coping* sebagai usaha individu yang berorientasi pada tindakan dan intrapsikis untuk mengendalikan, menguasai, mengurangi dan memperkecil pengaruh lingkungan, tuntutan internal dan konflik-konflik yang telah melampaui kemampuan individu tersebut. Kemampuan menurut Lazarus mengacu kepada kemampuan individual, pengetahuan, latar belakang serta keyakinan positif terhadap takdir. Ia juga mengungkapkan bahwa lingkungan jugaberperan sama pentingnya seperti kemampuan individu.

Strategi *coping* diklasifikan menjadi dua, antara lain *adaptive coping* dan *maladaptive coping*. *Adaptive coping* adalah sikap yang lebih efektif dan bermanfaat dalam mengatasi sumber stress, *coping* yang efektif akan membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Cohen dan Lazarus (dalam Rubbyana, 2012) mengemukakan agar *coping* dilakukan dengan efektif, maka strategi *coping* perlu mengacu pada lima fungsi tugas *coping*, yaitu mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya, mentoleransi atau menyesuaikan diri dengan kenyataan yang negatif, mempertahankan gambaran diri yang positif, mempertahankan

keseimbangan emosional, serta melanjutkan kepuasan terhadap hubungannya dengan orang lain.

*Coping* stres para remaja yang menjadi santri di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah adalah dalam waktu senggang mereka dapat menghubungi keluarganya dan menceritakan setiap kegiatan yang dilakukan di Pesantren. Mereka juga membangun hubungan yang cukup dekat dengan teman-teman dan para guru agar dapat merasakan tetap memiliki keluarga di Pesantren. Aktifitas di Pesantren memang sudah terjadwalkan dengan sangat terperinci dan terkadang para santri merasa lelah dengan banyaknya aktifitas yang harus dijalani. Muncul stres dengan ditandai semangat belajar yang menurun dan tidak efektifnya pembelajaran yang diterima. Hal-hal semacam ini sangat membutuhkan *coping* yang tepat, maka dari itu pengurus-pengurus di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah tidak terlalu keras dengan peraturan yang membuat para santri merasa jauh dari keluarganya, walaupun tetap ada peraturan wajib yang ditetapkan dengan tujuan agar mereka mandiri.

Karena seseorang yang mengalami stres secara langsung maupun tidak langsung membutuhkan suatu dukungan dari lingkungannya untuk mengatasi tekanan yang dialaminya tersebut atau sebagai *coping* stress bagi dirinya. Dukungan tersebut bisa berasal dari keluarga, pasangan, ataupun sahabat dan teman-teman (Smet, 1994). Dukungan sosial meningkatkan cara seseorang dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan seseorang untuk melakukan *coping* stress (Johnson dalam Ruwaida, 2006). Individu akan memberikan reaksi yang berbeda untuk mengatasi stres. Secara umum, stres dapat

diatasi dengan melakukan transaksi dengan lingkungan, dimana hubungan transaksi tersebut merupakan proses dimana seseorang berusaha untuk menangani atau mengatasi situasi stres yang menekan dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku.

Dukungan sosial bagi remaja di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah dirasakan dari orang-orang terdekat yaitu keluarga. Keluarga yang sering berkunjung ke Pesantren pada saat waktu yang ditentukan dan menjemput para santri pulang ke rumah untuk menghabiskan waktu liburan bersama. Tidak jarang juga keluarga mereka mengantarkan banyak makanan untuk anak-anaknya dan para santri akan tetap bisa merasakan masakan dari Ibu mereka masing-masing walaupun sedang tinggal di Pesantren. Hal ini juga dilakukan para orang tua untuk memberi motivasi bagi anak agar bersemangat dalam belajar dan mendapatkan prestasi yang baik.

Seseorang yang tengah mengalami kesulitan membutuhkan orang lain untuk dapat menolongnya, membangkitkan kembali semangat serta rasa percaya dirinya dalam menghadapi kesulitan yang sedang dihadapi perubahan kognitif maupun perilaku. Hal tersebut berfungsi untuk memperoleh rasa aman dalam diri individu (Lazarus, 1996). Seseorang yang tengah mengalami kesulitan membutuhkan orang lain untuk dapat menolongnya, membangkitkan kembali semangat serta rasa percaya dirinya dalam menghadapi kesulitan yang sedang dihadapi. Menurut Mu'tadin (dalam Srafino, 2002), mengatakan bahwa cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu sendiri yang meliputi faktor-faktor sebagai berikut : kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan materi.

Dalam hal ini, peneliti akan berfokus terhadap pengaruh dukungan sosial terhadap *coping* stres. Sarafino (dalam Baiti & Munadi, 2014) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah hubungan interpersonal yang melibatkan dua orang atau lebih untuk memenuhi kebutuhan dasar individu dalam mendapatkan rasa aman, hubungan sosial, persetujuan, dan kasih sayang. Dukungan sosial mempengaruhi kesehatan dengan cara melindungi individu terhadap efek negatif dari stres berat. Dukungan sosial bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan tanpa memperhatikan tingkat stres yang dialami, baik tingkat stres tinggi atau rendah, dukungan sosial mempunyai efek yang sama. Apabila seseorang mendapatkan dukungan sosial yang banyak, maka ia akan memperoleh kehidupan yang baik (seperti kesehatan yang baik), dan sebaliknya kekurangan dukungan sosial akan menyebabkan hal yang tidak baik (seperti stres). Dengan kata lain, dukungan sosial dapat menyebabkan seseorang memiliki pandangan yang lebih baik terhadap dirinya sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik pula.

Observasi awal yang dilakukan peneliti di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah bahwa remaja di lingkungan ini mengalami masalah-masalah internal dalam kehidupannya. Menjadi santri di sebuah Pondok Pesantren membuat para santri dihadapkan pada tugas-tugas baru, misalnya harus mematuhi peraturan-peraturan yang berlaku di Pondok Pesantren tersebut, harus melakukan kegiatan-kegiatan yang belum pernah dilakukan sebelumnya di rumah, seperti bangun jam 4 shubuh, mengantri untuk mandi, pakaian yang sering berhilangan dan lain sebagainya. Bagi santri yang menganggap hal tersebut menjadi tekanan, dapat mempengaruhi kondisi santri secara fisik ataupun psikologis.

Dari hasil wawancara, para santri merasakan hukuman yang cukup berat ketika tidak mematuhi peraturan, terpisahnya santri putra dan putri, peraturan-peraturan yang ketat, pengajar yang galak, terpisah dengan keluarga, materi pelajaran yang banyak, uang saku habis, jadwal kegiatan yang padat dan fasilitas yang kurang memadai. Seperti kutipan wawancara peneliti dengan salah satu santri di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah berikut ini :

*“Saya sering merasa merindukan keluarga disela-sela waktu belajar, karena disini tidak mudah seperti di rumah ada orang tua, biasanya kalau saya rindu sama orangtua saya akan menelpon orangtua saya ketika waktu istirahat. Disini kami harus mengerjakan semua hal sendiri, belajar dengan keras dan kegiatan yang menumpuk. Kadang juga mendapatkan hukuman yang melelahkan ketika melanggar peraturan.”*

Fenomena yang terjadi di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah ini memerlukan strategi *coping* yang baik agar tidak terjadi banyak hal buruk bagi masa depan remaja di pesantren ini. Baik masalah yang dihadapi dalam pendidikan, hubungan dengan keluarga dan orang-orang disekitar. Para remaja dapat merasa tentram ketika keluarganya datang berkunjung ke pesantren untuk menemui mereka atau wajah bahagia sangat terlihat ketika para santri mendapatkan jadwal liburan dan dapat pulang ke rumah masing-masing. Ketika kembali ke pesantren usai liburan, para santri akan terlihat lebih semangat karena telah mendapatkan dukungan yang besar dari keluarga untuk belajar dengan baik dan berprestasi. Sesama santri juga saling memberi dukungan dengan sering belajar bersama, hal ini dikarenakan mereka jauh dari keluarga dan merasa telah menemukan keluarga baru di pesantren, yaitu teman-teman dan para guru.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *coping* stress.

Pada Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah terlihat besarnya pengaruh yang diberikan dukungan sosial terhadap *coping* stress para santri, pengobat segala stres yang dirasakan ketika berada di Pesantren adalah dukungan yang besar dari orang-orang terdekat agar dapat berprestasi dan menjadi kebanggaan, terutama keluarga. Juga terbentuknya hubungan yang baik antara para santri dan guru yang ada di Pesantren dapat menjadi dukungan sosial tersendiri, karena para santri menemukan keluarga baru yang dapat menjadi pengganti sementara keluarga yang jauh berada di rumah. Fenomena di atas melatar belakangi menariknya pengkajian “Hubungan Antara dukungan sosial dengan *coping* stres pada remaja di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Masa remaja merupakan fase dimana anak merasa sudah lebih dewasa dari usia sebelumnya, pada masa ini anak sulit mengontrol perilaku terutama perilaku sosialnya. Anak akan mengalami banyak peristiwa yang terkadang bisa ia terima atau tidak. Dalam hal ini anak harus banyak mengontrol sikap dan setiap hal yang ia lakukan agar tidak menimbulkan tekanan pada dirinya sendiri. Karena tekanan yang menjadi masalah bagi anak ini akan mempengaruhi kehidupannya sehari-hari, baik dalam hal sosial, pendidikan dan hubungan interpersonalnya. Dan akan menyebabkan stres pada anak.

Stres yang dialami remaja harus dikelola dengan baik. Cara menghadapi stres lazim disebut *coping*. Konsep umum *coping* adalah menangani masalah atau mengatur emosi akibat masalah. Tuntutan atau konflik yang dialami dimana lebih banyak efek negatif yang ditimbulkannya. *Coping* stress menunjuk pada berbagai upaya atau proses seseorang dalam mengelola suatu kondisi yang

penuh dengan tuntutan atau tekanan dengan berbagai sumber daya baik perubahan kognitif atau perilaku untuk mendapatkan rasa aman dari dirinya. *Coping* yang dilakukan setiap orang berbeda sesuai dengan keadaan internal dan eksternalnya.

Individu akan memberikan reaksi yang berbeda untuk mengatasi stres. Secara umum, stres dapat diatasi dengan melakukan interaksi dengan lingkungan, dimana hubungan interaksi tersebut merupakan proses dimana seseorang berusaha untuk menangani atau mengatasi situasi stres yang menekan dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku. Apabila seseorang mendapatkan dukungan sosial yang banyak, maka ia akan memperoleh kehidupan yang baik (seperti kesehatan yang baik), dan sebaliknya kekurangan dukungan sosial akan menyebabkan hal yang tidak baik (seperti stres). Dengan kata lain, dukungan sosial dapat menyebabkan seseorang memiliki pandangan yang lebih baik terhadap dirinya sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik pula

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengidentifikasi adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *coping* stres pada remaja di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah.

### **C. Batasan Masalah**

Agar lebih mengarahkan penelitian yang sesuai dengan tujuan dan berfokus pada sasaran, maka peneliti membatasi masalah yang akan diteliti yaitu hanya melihat hubungan antara dukungan sosial dengan *coping* stres pada remaja di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santriwati kelas 1 intensif di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah. Sampel pada penelitian ini berjumlah 72 orang.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah : apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini secara khusus bertujuan untuk mengetahui dan membuktikan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja di Pesantren Ar-raudhatul Hasanah.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi ilmuwan psikologi sehingga dapat mengembangkan ilmu psikologi khususnya Psikologi Perkembangan mengenai dukungan sosial dengan *coping stress*. Selain itu, dapat dijadikan sumbangan pengetahuan secara langsung maupun tidak langsung dalam menyelesaikan permasalahan yang terkait dengan remaja pada lingkungan tertentu.

##### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan ilmu pengetahuan bagi peneliti mengenai teori dan fakta mengenai dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja, juga memberikan pemahaman terhadap remaja bagaimana pentingnya dukungan sosial terhadap kenyamanan dan mengurangi tingkat stres dalam remaja.

## BAB II

### Tinjauan Pustaka

#### A. Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian

##### 1. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2003). Masa remaja disebut pula sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi (Ali & Asrori, 2006).

Menurut Rice (dalam Gunarsa, 2004), masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah, pertama, hal yang bersifat eksternal, yaitu adanya perubahan lingkungan, dan kedua adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relative lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (*storm and stress period*).

Masa remaja adalah periode peralihan dari masa anak ke masa dewasa (Widyastuti, Rahmawati, Purnamaningrum, 2009). Pubertas (puberty) ialah suatu periode di mana kematangan kerangka dan seksual terjadi secara pesat terutama

pada awal masa remaja. Akan tetapi, pubertas bukanlah suatu peristiwa tunggal yang tiba-tiba terjadi. Pubertas adalah bagian dari suatu proses yang terjadi berangsur-angsur (*gradual*) (Santrock, 2002). Pubertas adalah periode dalam rentang perkembangan ketika anak-anak berubah dari makhluk aseksual menjadi makhluk seksual. Kata pubertas berasal dari kata latin yang berarti “usia kedewasaan”.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah perubahan dalam rentang kehidupan manusia dari kanak-kanak menjadi dewasa dan tumbuk untuk menuju kematangan.

## **2. Batasan Usia Remaja**

Tahapan perkembangan individu dari masa bayi hingga masa tua akhir menurut Erickson, masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yakni masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun (Thalib, 2010).

Menurut Papalia & Olds (dalam Jahja, 2012), masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun. Jahja (2012) menambahkan, karena laki-laki lebih lambat matang daripada anak perempuan, maka laki-laki mengalami periode awal masa remaja yang lebih singkat, meskipun pada usia 18 tahun ia telah dianggap dewasa, seperti halnya anak perempuan. Akibatnya, seringkali laki-laki tampak kurang

untuk usianya dibandingkan dengan perempuan. Namun adanya status yang lebih matang, sangat berbeda dengan perilaku remaja yang lebih muda.

Menurut Mappiare masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir (Ali & Asrori, 2006). Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti pada 14 ketentuan sebelumnya. Pada usia ini, umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah (Hurlock dalam Ali & Asrori, 2006).

Masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 sampai masa remaja akhir atau awal usia dua puluhan, dan masa tersebut membawa perubahan besar saling bertautan dalam semua ranah perkembangan (Papalia, dkk., 2008). Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Menurut BKKBN adalah 10 sampai 19 tahun (Widyastuti dkk., 2009). Berdasarkan uraian di atas dapat diketahui bahwa usia remaja pada perempuan relatif lebih muda dibandingkan dengan usia remaja pada laki-laki. Hal ini menjadikan perempuan memiliki masa remaja yang lebih panjang dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa batas usia remaja adalah 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

### 3. Tugas Perkembangan Remaja

Widyastuti dkk (2009) menjelaskan tentang perubahan kejiwaan pada masa remaja. Perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kejiwaan pada remaja adalah:

- a. Perubahan emosi. Perubahan tersebut berupa kondisi:
  1. Sensitif atau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi, dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri, lebih-lebih sebelum menstruasi.
  2. Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya. Itulah sebabnya mudah terjadi perkelahian. Suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu.
  3. Ada kecenderungan tidak patuh pada orang tua, dan lebih senang pergi bersama dengan temannya daripada tinggal di rumah.
- b. Perkembangan intelegensi. Pada perkembangan ini menyebabkan remaja:
  1. Cenderung mengembangkan cara berpikir abstrak, suka memberikan kritik.
  2. Cenderung ingin mengetahui hal-hal baru, sehingga muncul perilaku ingin mencoba-coba. Tetapi dari semua itu, proses perubahan kejiwaan tersebut berlangsung lebih lambat dibandingkan perubahan fisiknya.
- c. Perkembangan Kognitif Masa Remaja Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa (Jahja, 2012).

Menurut Piaget (dalam Santrock, 2001; dalam Jahja, 2012), seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif

mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga mengembangkan ide-ide ini. Seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengholah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru.

Kekuatan pemikiran remaja yang sedang berkembang membuka cakrawala kognitif dan cakrawala sosial baru. Pemikiran mereka semakin abstrak (remaja berpikir lebih abstrak daripada anak-anak), logis (remaja mulai berpikir seperti ilmuwan, yang menyusun rencana-rencana untuk memecahkan masalah-masalah dan menguji secara sistematis pemecahan-pemecahan masalah), dan idealis (remaja sering berpikir tentang apa yang mungkin. Mereka berpikir tentang ciri-ciri ideal diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia); lebih mampu menguji pemikiran diri sendiri, pemikiran orang lain, dan apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka; serta cenderung menginterpretasikan dan memantau dunia sosial (Santrock, 2002).

Semiawan (dalam Ali & Asrori, 2006) mengibaratkan: terlalu besar untuk serbet, terlalu kecil untuk taplak meja karena sudah bukan anak-anak lagi, tetapi juga belum dewasa. Masa remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian. Ali & Ansori (2006) menambahkan bahwa perkembangan emosi seseorang pada umumnya tampak jelas pada perubahan tingkah lakunya. Perkembangan emosi remaja juga demikian halnya. Kualitas atau fluktuasi gejala yang tampak dalam tingkah laku itu sangat tergantung pada tingkat fluktuasi emosi yang ada pada individu tersebut.

Dalam kehidupan sehari-hari sering kita lihat beberapa tingkah laku emosional, misalnya agresif, rasa takut yang berlebihan, sikap apatis, dan tingkah laku menyakiti diri, seperti melukai diri sendiri dan memukul-mukul kepala sendiri.

Sejumlah faktor menurut Ali & Asrori (2006) yang dapat mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah sebagai berikut:

- a. Perubahan jasmani. Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya perubahan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Pada taraf permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja yang mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Ketidak seimbangan tubuh ini sering mempunyai akibat yang tak terduga pada perkembangan emosi remaja. Tidak setiap remaja dapat menerima perubahan kondisi tubuh seperti itu, lebih-lebih jika perubahan tersebut menyangkut perubahan kulit yang menjadi kasar dan penuh jerawat. Hormon-hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga dapat menyebabkan rangsangan di dalam tubuh remaja dan seringkali menimbulkan masalah dalam perkembangan emosinya.
- b. Perubahan pola interaksi dengan orang tua. Pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk remaja, sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh tak acuh, tetapi ada juga yang dengan penuh cinta kasih. Perbedaan pola asuh orang tua seperti ini dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja. Cara memberikan hukuman misalnya, kalau dulu anak dipukul karena nakal, pada masa remaja cara semacam itu

justru dapat menimbulkan ketegangan yang lebih berat antara remaja dengan orang tuanya.

- c. Perubahan pola interaksi dengan teman sebaya. Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktifitas bersama dengan membentuk semacam geng. Interaksi antar anggota dalam suatu kelompok geng biasanya sangat intens serta memiliki kohesivitas dan solidaritas yang sangat tinggi. Pembentukan kelompok dalam bentuk geng seperti ini sebaiknya diusahakan terjadi pada masa remaja awal saja karena biasanya bertujuan positif, yaitu untuk memenuhi minat mereka bersama.
- d. Perubahan pandangan luar. Ada sejumlah pandangan dunia luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional dalam diri remaja, yaitu sebagai berikut:
  1. Sikap dunia luar terhadap remaja sering tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa, tetapi mereka tidak mendapat kebebasan penuh atau peran yang wajar sebagaimana orang dewasa. Seringkali mereka masih dianggap anak kecil sehingga menimbulkan kejengkelan pada diri remaja. Kejengkelan yang mendalam dapat berubah menjadi tingkah laku emosional.
  2. Dunia luar atau masyarakat masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan. Kalau remaja laki-laki memiliki banyak teman perempuan, mereka mendapat predikat populer dan mendapatkan kebahagiaan. Sebaliknya, apabila remaja putri mempunyai banyak teman laki-laki sering dianggap tidak baik atau

bahkan mendapat predikat yang kurang baik. Penerapan nilai yang berbeda semacam ini jika tidak disertai dengan pemberian pengertian secara bijaksana dapat menyebabkan remaja bertingkah laku emosional.

3. Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu dengan cara melibatkan remaja tersebut ke dalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral.
- e. Perubahan interaksi dengan sekolah. Pada masa anak-anak, sebelum menginjak masa remaja, sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan oleh mereka. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka karena selain tokoh intelektual, guru juga merupakan tokoh otoritas bagi para peserta didiknya. Oleh karena itu, tidak jarang anak-anak lebih percaya, lebih patuh, bahkan lebih takut kepada guru daripada kepada orang tuanya. Posisi guru semacam ini sangat strategis apabila digunakan untuk pengembangan emosi anak melalui penyampaian materi-materi yang positif dan konstruktif.

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan psikis masa remaja meliputi : Perubahan emosi, Perkembangan intelegensia dan Perkembangan Kognitif Masa Remaja.

#### **4. Konsep Santri dan Pesantren**

Kata santri sendiri, menurut C. C Berg (dalam Babun, 2011) berasal dari bahasa India, shastri, yaitu orang yang tahu buku-buku suci agama Hindu atau seorang sarjana ahli kitab suci agama Hindu. Nurcholish Madjid (dalam Yasmadi, 2005) juga memiliki pendapat berbeda, dalam pandangannya asal usul kata “Santri”

dapat dilihat dari dua pendapat. Pertama, pendapat yang mengatakan bahwa “Santri” berasal dari kata “sastri”, sebuah kata dari bahasa Sanskerta yang artinya melek huruf. Pendapat ini menurut Nurcholish Masjidi didasarkan atas kaum santri kelas literari bagi orang Jawa yang berusaha mendalami agama melalui kitab-kitab bertulisan dan berbahasa Arab. Kedua, pendapat yang mengatakan bahwa perkataan santri sesungguhnya berasal dari bahasa Jawa, dari kata “cantrik” berarti seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemana guru ini pergi menetap.

Santri adalah sekelompok orang yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan ulama. Santri adalah siswa atau mahasiswa yang dididik dan menjadi pengikut dan penerus perjuangan ulama yang setia. Penggunaan istilah santri ditujukan kepada orang yang sedang menuntut pengetahuan agama di pondok pesantren. sebutan santri senantiasa berkonotasi mempunyai kyai. Para santri menuntut pengetahuan ilmu agama kepada kyai dan mereka bertempat tinggal di pondok pesantren. karena posisi santri yang seperti itu maka kedudukan santri dalam komunitas pesantren menempati posisi subordinat, sedangkan kyai menempati posisi superordinat. Santri adalah para siswa yang mendalami ilmu-ilmu agama di pesantren baik dia tinggal di pondok maupun pulang setelah selesai waktu belajar.

Menurut KH. Sahal Mahfudz (dalam Sahal, 2004) pesantren mempunyai jiwa dan watak yang jarang ditemui pada lembaga pendidikan lain, yakni watak islami yang kuat, watak sosial kemasyarakatan, watak kemandirian, jiwa perjuangan, bermusyawarah, dan lebih dari itu adalah watak ikhlas. Pondok pesantren merupakan salah satu cikal bakal dan pilar pendidikan di Indonesia, selain pendidikan umum dan madrasah. Pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan yang telah terbukti berperan penting dalam melakukan transmisi ilmu-

ilmu keagamaan di masyarakat. Pesantren sebagai lembaga pendidikan islam tradisional yang sangat populer.

Dari segi fisik, pesantren merupakan sebuah kompleks pendidikan yang terdiri dari susunan bangunan yang dilengkapi dengan sarana prasarana pendukung penyelenggaraan pendidikan. Kompleks pesantren ditandai beberapa bangunan fisik yang digunakan oleh para Santri untuk tempat pemondokan, bangunan tempat belajar para santri dengan kyai atau guru, serta masjid atau mus}alla tempat menjalankan ibadah bersama, serta rumah tempat tinggal bagi kyai. Menurut Mukti Ali (1989), bagi pesantren setidaknya ada 6 metode yang diterapkan dalam membentuk perilaku santri, yakni:

- 1) Metode Keteladanan
- 2) Latihan dan Pembiasaan
- 3) Mengambil Pelajaran
- 4) Nasehat
- 5) Kedisiplinan
- 6) Pujian dan Hukuman

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa Santri adalah siswa atau mahasiswa yang dididik dan menjadi pengikut dan pelanjut perjuangan ulama yang setia. Dan Pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan yang telah terbukti berperan penting dalam melakukan transmisi ilmu-ilmu keagamaan di masyarakat.

## **B. Coping Stress**

### **1. Pengertian stress**

Sebelum penelitian menjelang tentang *coping* stress, terlebih dahulu penelitian menjelaskan tentang kata stress itu sendiri. Menurut Mahsun (2004), stress adalah apa saja yang seseorang rasakan ketika bereaksi terhadap tekanan, baik dari luar diri (sekolah, pekerjaan rumah, kerja paruh waktu, aktivitas setelah sekolah, keluarga dan saudara atau teman-teman) maupun dari dalam diri sendiri (ingin berprestasi di sekolah, ingin menang, marah kepada adik atau kakak).

Menurut sarafino (1998) stress adalah kondisi yang dihasilkan ketika seseorang mentransaksikan peran individu kepada perasaan yang dihasilkan ketika seseorang mentransaksikan peran individu kepada perasaan ketidaksesuaian (nyata atau tidak) diantara situasi yang menekan dan bersumber dari sistem biologi, psikologi dan sosial seseorang. Menurut Sarafino (1998) stress diartikan kedalam 3 cara yaitu :

- a. Stimulus, yaitu kondisi atau kejadian yang dirasakan seseorang sebagai ancaman atau bahaya, kemudian menimbulkan perasaan tertekan yang disebut *stressor*.
- b. Respon, yaitu merupakan suatu reaksi terhadap *stressor*. Respon mempunyai 2 komponen yang saling berhubungan. Komponen psikologis mencakup tingkah laku, pola pemikiran, dan emosi. Komponen fisiologis mencakup jantung berdebar, pusing dan sebagainya. Respon psikologis dan fisiologis seseorang terhadap *stressor* disebut strain (ketenangan).

- c. Proses, meliputi interaksi dan penyesuaian yang disebut *transaction* (transaksi)- siantara seseorang dengan lingkungan dimana seduanya saling mempengaruhi.

Baum (dalam Taylor, 2003) menjelaskan bahwa stress adalah pengalaman emosi negative yang disertai dengan perubahan secara biologis, psikologi, kognitif dan tingkah laku secara langsung terhadap perubahan tekanan dan penyesuaian terhadap efek tersebut. Menurut Malkani (2004) stress berasal dari kata perancis *retrecir*, berarti kesempitan, suatu penyempitan, atau factor pembatasan kekuatan. Jenis stress yang paling berbahaya-stres negative- umumnya terjadi ketika seseorang memandang perubahan dan tekanan sebagai sesuatu beban serta menanggapi peningkatan tuntutan sebagai ancaman. Selye (dalam Hawari, 2004) mengertikan stres sebagai respon atau reaksi tubuh dari seseorang terhadap ancaman-ancaman, tantangan-tantangan atau suatu keadaan yang menekan individu, stress merupakan mekanisme kompleks yang menghasilkan respon yang saling terkait baik secara psikologis, fisiologis maupun tingkah laku dari individu yang mengalaminya.

## 2. Penyebab Stres

Stressor adalah sesuatu yang dapat menyebabkan stres. Stressor dapat berasal dari luar maupun dari dalam diri individu, mulai dari hal hal yang kecil sampai pada hal-hal yang sangat besar. Lazarus dan Cohen (dalam Hamida dan Woelan 2007 mengidentifikasi kategori stressor sebagai berikut :

- a. *Cataclysmic events*, yaitu semua peristiwa yang terjadi pada beberapa orang atau pada keseluruhan komunitas pada saat yang bersamaan.

Stressor ini tidak dapat diprediksi, mempunyai pengaruh yang sangat kuat dan memerlukan usaha untuk penanggulangan yang besar. Contohnya bencana alam atau perang.

- b. *Stresoor personal*. Stressor ini berpengaruh pada individu dan termasuk peristiwa-peristiwa yang bersifat individual, misalnya gagal dalam ujian, menganggur atau bercerai.
- c. *Background stressor*, yaitu stressor dalam bentuk pertentangan sehari-hari dalam kehidupan. Stressor ini dibentuk masalah-masalah kecil, namun terus menerus dan selalu mengganggu dan menyusahkan seseorang. Misalnya, tempat kerja yang gaduh, lampu yang sering mati dan sebagainya.

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penyebab munculnya stress dikarenakan faktor yang ada dalam kehidupan manusia yang menimbulkan respon stress. Stressor dapat berasal dari berbagai sumber, baik dari kondisi fisik, psikologis, lingkungan atau pun peristiwa-peristiwa alam yang tidak dapat diprediksi kedatangannya.

### **3. Dampak Stres**

#### **A. Aspek fisiologis**

Selye (dalam Wade & Tavris, 2008) menggambarkan respon tubuh terhadap segala jenis stressor eksternal sebagai sindrom adaptasi umum (*general adaptation syndrome*), serangkaian reaksi fisiologis yang terjadi dalam tiga tahapan :

1. Fase alarm (*the alarm phase*), ini adalah fase saat tubuh menggerakkan sistem saraf simpatetik untuk menghadapi ancaman langsung. Pelepasan hormone adrenal, *epinephrine*, dan *norepinephrine* terjadi saat munculnya emosi kuat. Menurut Siswanto (2010), fase pertama ini adalah fase ketika tubuh member reaksi mula-mula ketika terkena stres. Pada awalnya stres ini tubuh mengalami perubahan-perubahan fisiologis sehingga tingkat resistensinya menurun dibawah tingkat normal. Akibatnya individu merasakan gejala-gejala seperti degup jantung yang semakin cepat, nafas yang memburu, keringat dingin dan sebagainya.
2. Fase penolakan (*the resistance phase*), saat tubuh berusaha menolak atau mengatasi stressor yang tidak dapat dihindari. Selama fase ini, respon fisiologis yang terjadi pada fase alarm terus berlangsung, namun respon-respon tersebut membuat tubuh menjadi rentan terhadap stressor-stressor lain. Dalam kebanyakan kasus, tubuh pada akhirnya akan beradaptasi terhadap stressor dan kembali ke kondisi normal.
3. Fase kelelahan (*the exhaustion phase*). Saat stres yang berkelanjutan menguras energy tubuh, meningkatkan kerentanan terhadap masalah fisik dan pada akhirnya akan memunculkan penyakit. Reaksi yang sama, yang memungkinkan tubuh merespons tantangan secara efektif pada fase alarm akan merugikan apabila berlangsung secara terus menerus. Otot-otot yang tegang mengakibatkan sakit kepala dan sakit leher. Peningkatan tekanan darah dapat mengakibatkan tekanan darah tinggi kronis. Jika proses pencernaan yang normal terganggu atau terhenti untuk waktu yang lama, akan muncul gangguan pencernaan.

## B. Aspek psikologis

Reaksi psikologis terhadap stressor yang dijelaskan dalam Sarafino (1998), meliputi :

### a. Kognisi

Stres dapat merusak fungsi kognitif dengan mengacaukan perhatian seseorang terhadap sesuatu. Misalnya, seseorang menjadi sulit berkonsentrasi dan fokus terhadap apa yang dikerjakannya.

### b. Emosi

Emosi cenderung terkait stres, individu sering menggunakan keadaan emosionalnya untuk mengevaluasi stres. Reaksi emosional terhadap stres yaitu rasa takut, phobia, kecemasan, depresi, perasaan sedih dan marah.

### c. Prilaku sosial

Stress dapat mengubah individu terhadap orang lain. Individu dapat berperilaku menjadi positif dan negative. Stress yang diikuti dengan rasa marah menyebabkan perilaku sosial negative cenderung meningkat sehingga dapat menimbulkan perilaku agresif.

Dari penjelasan di atas, disimpulkan stres dapat mengakibatkan pada dampak fisiologis dan psikologis. Dampak fisiologis menggambarkan bagaimana reaksi tubuh situasi yang menyebabkan stres, seperti fase alarm (*the Alarm phase*), fase penolakan (*the resistance phase*), fase kelelahan (*the exhaustion phase*). Sedangkan dampak psikologis meliputi kognisi, emosi dan perilaku.

## **4. Coping**

Akibat stress yang berkepanjangan adalah terjadinya kelelahan baik fisik maupun mental, yang pada akhirnya melahirkan berbagai macam

keluhan/gangguan, individu menjadi sakit. Namun sering kali penyebab sakitnya tidak diketahui secara jelas karena individu yang bersangkutan tidak menyadari lagi tekanan/stress yang dialami. Tanpa disadari, individu menggunakan jenis penyesuaian diri yang kurang tepat dalam menghadapi stresnya. Sebaliknya bila individu mampu menggunakan cara-cara penyesuaian diri yang sehat/baik/sesuai dengan stress yang dihadapi, meskipun stress/tekanan tersebut tetap ada, individu yang bersangkutan tetaplah dapat hidup sehat. Tekanan-tekanan tersebut akhirnya justru akan memungkinkan individu untuk memunculkan potensi-potensi manusiawi dengan optimal. Penyesuaian diri dalam menghadapi stress dalam konsep kesehatan mental dikenal dengan istilah *coping* (Siswanto, 2006).

Menurut Siswanto (2006) *coping* itu sendiri dimaknai sebagai apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan/luka/kehilangan/ancaman. Jadi *coping* lebih mengarah pada yang orang lakukan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang penuh tekanan atau yang membangkitkan emosi. Atau dengan kata lain, *coping* adalah bagaimana reaksi orang ketika menghadapi stress/tekanan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *coping* merupakan sesuatu usaha atau cara seseorang mengatasi atau menanggulangi stress yang menekan akibat masalah yang dihadapi dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku, guna menciptakan rasa aman dalam diri sendiri.

## **5. Pengertian *Coping Stres***

*Coping* merupakan suatu proses yang dilakukan setiap waktu dalam lingkungan keluarga, lingkungan kerja, sekolah maupun masyarakat. *Coping* digunakan seseorang untuk mengatasi stress dan hambatan-hambatan yang

dialami. Dalam kamus psikologi (Chaplin, 2002), *coping* behavior diartikan sebagai sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas atau masalah).

Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 1997) mengartikan *coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Sedangkan (dalam Smet, 1994) Lazarus dan Folkman mendefinisikan *coping* sebagai sesuatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan, baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi stres.

Rasmun mengatakan bahwa *coping* adalah dimana seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikis dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya. Dengan kata lain, *coping* adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stressful. *Coping* tersebut adalah merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikis (Rasmun, 2004 ).

Jadi dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *coping* adalah segala usaha individu untuk mengatur tuntutan lingkungan dan segala konflik yang muncul, mengurangi ketidak sesuaian/kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi baik yang berasal dari individu maupun lingkungan dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi stress.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa *coping* stress merupakan suatu bentuk upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi dan meminimalisasikan situasi yang penuh akan tekanan (stress) baik secara kognitif maupun dengan perilaku.

## 6. Fungsi *Coping*

Lazarus, 1984 (dalam Jaya, 2017) *Coping* mempunyai dua fungsi utama, yaitu mengatasi masalah penyebab stress dan mengatur respon emosi terhadap masalah tersebut :

### 1. *Emotion Focused Coping*

Diarahkan pada pengontrolan respon emosi pada stress. Pengontrolan emosi dapat melalui pendekatan perilaku dan kognitif.

- (a) Pendekatan perilaku, misalnya : penggunaan alcohol dan obat-obatan terlarang, mencari dukungan sosial atau meningkatkan aktivitas.

Misalnya berolahraga untuk mengaburkan perhatian terhadap masalah.

- (b) Pendekatan Kognitif

Mengubah persepsi terhadap stress, misalnya : penyangkalan terhadap fakta yang kurang menyenangkan.

### 2. *Problem Focused Coping*

Diarahkan pada penurunan tuntutan stress dan peningkatan kemampuan menghadapi stress, misalnya : keluar dari tempat yang menimbulkan stress, mengatur jadwal baru atau mencari pengobatan.

Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe *coping* stres, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman, dkk (dalam Smet, 1994 )

mengenai variasi dari kedua strategi terdahulu, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion focused coping*. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya delapan bentuk coping yang muncul, yaitu :

1. *Problem focused coping*, antara lain;

a. *Planful Problem Solving*

Menggambarkan usaha pemecahan masalah dengan tenang dan berhati-hati disertai dengan pendekatan analisis untuk pemecahan masalah.

b. *Confrontive Coping*

Menggambarkan reaksi agresif untuk mengubah keadaan, yang menggambarkan pula derajat kebencian dan pengambilan resiko.

c. *Seeking Social Support*

Menggambarkan usaha untuk mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, bantuan nyata maupun dukungan emosional.

2. *Emotion focused coping*

a. *Distancing*

Menggambarkan reaksi melepaskan diri atau berusaha tidak melibatkandiri dalam permasalahan, disamping menciptakan pandangan-pandangan yang positif.

b. *Self-Control*

Menggambarkan usaha-usaha untuk meregulasi perasaan maupun tindakan.

c. *Accepting Responsibility*

Yaitu usaha-usaha untuk mengakui peran dirinya dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk mendudukan segala sesuatu dengan benar sebagaimana mestinya.

d. *Escape-Avoidance*

Menggambarkan reaksi berkhayal dan usaha menghindar atau melarikan diri dari masalah yang sedang dihadapi.

*e. Positive Reappraisal*

Menggambarkan usaha untuk menciptakan makna yang positif dengan memusatkan pada pengembangan personal dan juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari *coping stress* terdiri dari dua klasifikasi yaitu *Coping* yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) dan *Coping* yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*).

### **7. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Coping Stress***

Reaksi terhadap stress bervariasi antara orang yang satu dengan orang yang lain dan dari waktu ke waktu pada orang yang sama. Perbedaan ini disebabkan oleh faktor psikologis dan sosial yang tampaknya dapat merubah dampak stressor bagi individu.

Keliat (1999) mengatakan ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *coping stress*:

1. Kesehatan fisik

Kesehatan hal yang sangat penting karena usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologi yang sangat penting seperti keyakinan akan nasib (*external locus of control*) yang mengerahkan individu pada

penilaian ketidak berdayan ( helplessness) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping* jenis *problem focused coping*

### 3. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternative tindakan, kemudian mempertimbangkan alternative tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan tindakan yang tepat.

### 4. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

### 5. Dukungan sosial

Dukungan sosial ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

### 6. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Beberapa penelitian mengenai faktor-faktor yang menjadi sebab kecenderungan seseorang akan *coping* stres yang dipilihnya telah dilakukan oleh beberapa tokoh. Menurut Pergament (1997) beberapa hal yang menjadi sumber *coping*. Dalam hal ini, sumber coping meliputi hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas coping stres tertentu. Hal-hal tersebut antara lain sebagai berikut :

- a. Materi (seperti makanan, uang)
- b. Fisik (seperti vitalitas dan kesehatan)
- c. Psikologis (seperti kemampuan problem solving)
- d. Sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial)
- e. Spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* adalah (1) Kesehatan fisik, (2) Keyakinan atau pandangan positif, (3) Keterampilan memecahkan masalah, (4) Keterampilan sosial, (5) Dukungan sosial dan (6) Materi. Dan pada penelitian ini, peneliti akan berfokus kepada faktor Dukungan Sosial.

### **8. Aspek-Aspek *Coping Stress***

Menurut Jerabek (dalam Marbun, 2008) ada 7 (tujuh) aspek *coping stress*, yaitu:

1. *Reactivity to stress* (reaksi terhadap stress)

Bagaimana individu bereaksi terhadap stress, atau dapat dikatakan sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi stress, maka reaksinya terhadap stress tergolong maladaptif. Sebaliknya, semakin besar kemampuan seseorang meghadapi stress, maka reaksinya terhadap stress semakin adaptif.

2. *Ability to assess situation* (kemampuan untuk menilai situasi)

Kemampuan untuk menilai situasi yang dimaksud yaitu bagaimana cara individu menanggapi situasi/masalah yang mengancam dirinya. Dimana situasi tersebut dapat terkendalikan jika individu memiliki kemampuan yang besar untuk menilai situasi, dan situasi yang menyimpannya akan menimbulkan stress jika

individu memiliki kemampuan yang rendah untuk menilai situasi (Jerabek dalam Marbun, 2008)

3. *Self-reliance* (kepercayaan terhadap diri sendiri)

Self-reliance merupakan kepercayaan individu terhadap dirinya untuk dapat menghadapi/menyelesaikan situasi atau masalah yang datang kepadanya. Jerabek (dalam Marbun, 2008) menyatakan bahwa, semakin besar kepercayaan diri individu dalam menghadapi situasi yang mengancam, maka ia akan mengalami stress.

4. *Resourcefulness* (banyaknya akal daya)

Menurut Jerabek (dalam Marbun, 2008) resourcefulness merupakan daya/kemampuan individu untuk memikirkan jalan keluar dalam menghadapi situasi/masalah yang mengancamnya. Semakin besar kemampuan individu untuk mencari jalan keluar bagi masalahnya, ia akan terlepas dari stres, namung semakin rendah kemampuan individu untuk mencapai jalan keluar bagi masalahnya, ia akan mengalami stress. Salah satu contoh dari aspek ini yaitu : berbagi masalah dengan teman atau orang yang disayangi, mengikuti group therapy.

5. *Adaptability and flexibility* (adaptasi dan penyesuaian)

Adaptasi dan penyesuaian individu dalam menghadapi situasi/masalah yang mengancam dirinya juga mempengaruhi tingkat stress seseorang. Jerabek (dalam Marbun, 2008) mengatakan bahwa, semakin besar adaptasi dan penyesuaian diri individu terhadap situasi/masalah yang mengancam, ia akan terindar dari stress. Sebaliknya, semakin rendah adaptasi dan penyesuaian individu terhadap situasi/ masalah yang mengancam. Ia akan mengalami stress.

6. *Proactive attitude* (sikap proaktif)

Jerabek (dalam Marbun, 2008) menyatakan bahwa individu yang harus berperan aktif dalam menghadapi situasi/masalah yang mengancam dirinya. Jika individu tidak aktif dalam menyelesaikan masalahnya atau terlalu bergantung kepada orang lain, ia akan mengalami stress. Namun sebaliknya, jika seseorang aktif menghadapi situasi/ masalah yang mengancam dirinya, ia akan terlepas dari stress.

#### 7. *Ability to relax* (kemampuan untuk relaks)

Jerabek (dalam Marbun,2008) menyatakan bahwa santai/relaks dalam menghadapi masalah, dapat mengurangi tingkat stress seseorang. Semakin besar kemampuan individu untuk relaks dalam menghadapi masalah semakin rendah tingkat stresnya. Namun semakin tegang seseorang menghadapi stresnya, maka tingkat stresnya akan semakin besar.

Terdapat beberapa aspek menurut jenis *coping* dari Lazarus dan Folkman (1984) diantaranya yaitu, aspek dari *problem-focused coping* terbagi atas:

a. *Confrontative* (Konfrontasi). Individu menggunakan usaha agresif untuk mengubah keadaan yang menekan, dengan tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan risiko.

b. *Seeking Social Support* (Pencarian Dukungan Sosial). Usaha individu untuk memperoleh dukungan dari orang lain berupa nasehat, informasi, dan bantuan yang diharapkan membantu memecahkan masalahnya.

c. *Planful Problem Solving* (Perencanaan Penyelesaian Masalah). Individu berusaha menganalisa situasi untuk memperoleh solusi, kemudian mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah.

Sedangkan aspek dari *emotion focused coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu:

a. *Self Control* (Kontrol Diri). Usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan terkait masalah.

b. *Distancing* (Menjauh). Usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seakan tidak terjadi apa-apa, atau menciptakan pandangan positif seperti menganggap masalah sebagai lelucon.

c. *Positive Reappraisal* (Penilaian Kembali Secara Positif). Usaha individu untuk menciptakan arti positif dari situasi yang dihadapi dengan fokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal bersifat religius.

d. *Accepting Responsibility* (Penerimaan Tanggung Jawab). Usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba menerima agar semua menjadi lebih baik.

e. *Escape atau Avoidance* (Melarikan Diri atau Menghindar). Usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa fungsi dari *coping stress* adalah (1) *Emotion-focused Coping* : (a) Pendekatan Perilaku (b) Pendekatan Kognitif, (2) *Problem-focused Coping*

## **C. Dukungan Sosial**

### **1. Pengertian Dukungan Sosial**

Menurut Taylor (2003) dukungan sosial dapat diartikan sebagai informasi dari orang lain kepada seseorang yang dicintai dan dilindungi, dihargai dan dinilai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama dari para orangtua, suami istri atau orang yang mencintai, teman, relasi, komunikasi atau

kontak sosial lainnya. Caplin (dalam soseno dan sugiyanto, 2010) mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah tindakan menolong orang lain dan ketentraman berkomunikasi dengan orang lain.

Cobb dkk (dalam sarafino, 1998) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada pemberian kenyamanan, perlindungan, penghargaan ataupun bantuan dari seseorang kepada orang lain. Menurut sarafino (1998) dukungan sosial dapat berfungsi sebagai perlindungan dari perasaan tertekan dan dapat mengubah pandangan negative individu terhadap situasi yang penuh stress. Dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku ataupun materi yang didapat dari hubungan sosial akrab yang dapat membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah suatu proses pemberian rasa nyaman, tentram dari seseorang kepada orang tersebut merasa dicintai, dihargai, dinilai dan sebagainya, dapat berupa bantuan, semangat. Perhatian dan lain-lain yang bermanfaat atau berarti bagi individu tersebut.

## **2. Sumber Dukungan Sosial**

Dukungan sosial dapat berasal dari banyak sumber yang beredar misalnya dari pasangan suami istri yang saling mencintai. Keluarga, teman, rekan kerja atau suatu komunitas. Menurut peneliti Sidney Cobb, Orang-orang dapat dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai dan dilindungi, dihargai dan dinilai, serta merupakan bagian dari kelompok sosial seperti bagian dari keluarga atau komunitas yang dapat memberikan sesuatu, pelayanan dan saling menguatkan di setiap mereka butuh dukungan.

Tidak semua orang mendapatkan dukungan sosial seperti yang diharapkan. Menurut Sarafino (1998) ada 3 faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan, yaitu:

- a. Potensi penerima dukungan.
- b. Orang-orang yang tidak suka menerima dukungan dari orang lain bisa disebabkan karna orang-orang tersebut bukan orang yang berjiwa sosial, tidak suka membantu orang lain dan tidak membiarkan orang lain tahu jika orang tersebut membutuhkan bantuan, atau merasa bahwa mereka tidak tergantung atau menyusahkan orang lain.
- c. Potensi penyedia dukungan.
- d. Seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan bisa saja tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain, atau mungkin mengalami stress sehingga justru membutuhkan bantuan untuk dirinya sendiri atau mungkin saja tidak sadar akan kebutuhan orang lain.
- e. Komposisi dan struktur jaringan social.
- f. Maksud dari jaringan sosial ini adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang – orang dalam keluarga atau lingkungannya. Hubungan ini dapat bervariasi dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu tersebut bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) dan kedekatan hubungan.

Menurut (Zainuddin Sri Kuntjoro, 2008) Sumber-sumber dukungan sosial banyak diperoleh individu dari lingkungan sekitar. Namun perlu diketahui

seberapa banyak sumber dukungan sosial ini efektif bagi individu yang memerlukan. Sumber dukungan sosial merupakan aspek paling penting untuk diketahui dan dipahami. Dengan pengetahuan dan pemahaman tersebut, seseorang akan tahu kepada siapa ia akan mendapatkan dukungan sosial sesuai dengan situasi dan keinginannya yang spesifik, sehingga dukungan sosial memiliki makna yang berarti bagi kedua belah pihak. Sumber dukungan sosial dibagi menjadi dua, yaitu sebagai berikut:

1) Sumber artifisial, yaitu dukungan sosial yang dirancang ke dalam kebutuhan primer seseorang. Hal tersebut dapat dicontohkan dengan 25 dukungan sosial akibat bencana alam melalui berbagai sumbangan sosial.

2) Sumber natural, yaitu dukungan sosial yang natural diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang-orang yang berada disekitarnya. Misalnya anggota keluarga, teman dekat, atau guru

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat bersumber dari pasangan suami istri yang saling mencintai. Keluarga, teman, rekan kerja atau suatu komunitas. Serta dapat dibagi atas 2 yaitu, 1) Sumber artifisial dan 2) Sumber natural.

### **3. Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial**

Cohen dkk (dalam Sarafino, 1998) membantu dukungan sosial dalam 5 tipe atau bentuk, yaitu:

a. Dukungan emosional mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan. Hal ini menjadikan individu

tersebut merasakan kenyamanan, tenang, diperhatikan dan perasaan dicintai dalam menghadapi tekanan atau stress

b. Dukungan penghargaan merupakan sebuah ekspresi pemberian penghargaan yang positif dari orang-orang di sekitar individu, dorongan atau sikap setuju dengan ide atau perasaan individu dan perbandingan positif dari individu terhadap orang lain bentuk dukungan ini akan membantu perasaan menghargai, merasa mampu dan penilaian terhadap diri sendiri.

c. Dukungan instrumental merupakan bantuan langsung seperti ketika seseorang memberikan atau meminjamkan uang atau bantuan pekerjaan di setiap kali individu merasa tertekan atau stress.

d. Dukungan informasi termasuk memberikan nasihat, petunjuk, saran ataupun umpan balik mengenai apa yang dilakukan individu.

e. Dukungan jaringan memberikan perasaan dimana individu merupakan anggota atau bagian dari suatu kelompok atau grup yang saling membagi perhatian dan melakukan aktivitas sosial bersama.

House (dalam Smet, 1994) membagi dukungan sosial atas empat bentuk, yaitu

:

a. Dukungan emosional, merupakan bentuk dukungan sosial empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan.

b. Dukungan penilaian atau penghargaan, merupakan dukungan sosial berupa ungkapan hormat secara positif kepada seseorang, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan positif seseorang dengan orang-orang lain.

c. Dukungan inofatif, merupakan bentuk dukungan sosial berupa pemberian nasehat, saran, petunjuk-petunjuk dan umpan balik.

d. Dukungan instrumental, merupakan bentuk dukungan sosial yang bersifat langsung, misalnya bantuan peralatan, pekerjaan, dan keuangan.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk dukungan sosial adalah dukungan emosional, dukungan penilaian atau penghargaan, dukungan informasi, dukungan instrumental dan dukungan jaringan.

#### **4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial**

Menurut Reis (Masbow, 2009) ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu:

a. Keintiman

Dukungan sosial lebih banyak diperoleh dari keintiman dari padan aspek-aspek lain dalam interaksi sosial, semakin intim seseorang maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar.

b. Harga Diri

Individu dengan harga diri memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk penurunan harga diri karena dengan menerima bantuan orang lain diartikan bahwa individu yang bersangkutan tidak mampu lagi dalam berusaha.

c. Keterampilan sosial

Individu dengan pergaulan yang luas akan memiliki keterampilan sosial yang besar, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan, individu yang memiliki jaringan individu yang kurang luas memiliki keterampilan sosial rendah.

Menurut Sarafino (Sarafino & Smith, 2012) tidak semua individu mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Ada beberapa faktor yang menentukan seseorang menerima dukungan sosial, berikut adalah faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang diterima individu :

a. Penerima dukungan (*Recipients*)

Seseorang akan memperoleh dukungan sosial jika dia juga melakukan hal-hal yang dapat memicu orang lain untuk memberikan dukungan terhadap dirinya.

Yang dimaksud dalam hal tersebut adalah individu harus memiliki proses sosialisasi yang baik dengan lingkungannya, termasuk didalamnya membantu orang lain yang butuh pertolongan atau dukungan, dan membiarkan orang lain tahu bahwa dirinya membutuhkan dukungan atau pertolongan jika memang membutuhkan. Seseorang tidak mungkin menerima dukungan sosial jika dia tidak ramah, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak *assertive* atau tidak terbuka kepada orang lain jika dia membutuhkan dukungan atau pertolongan. Hal ini terjadi karena adanya hubungan timbal balik antara individu dan orang-orang sekitarnya, begitu pula sebaliknya.

b. Penyedia dukungan (*Providers*)

*Providers* yang dimaksud mengacu pada orang-orang terdekat individu yang dapat diharapkan menjadi sumber dukungan sosial. Ketika individu tidak mendapatkan dukungan sosial, bisa saja orang yang seharusnya memberikan dukungan sedang dalam kondisi yang kurang baik seperti tidak memiliki jenis bantuan yang dibutuhkan oleh *recipients*, sedang mengalami stress, atau kondisi-kondisi tertentu yang membuatnya tidak menyadari bahwa ada orang yang membutuhkan bantuannya.

c. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Maksud dari komposisi dan struktur jaringan sosial adalah hubungan yang dimiliki individu dengan orang-orang dalam keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat dilihat dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut merupakan anggota keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) dan intimasi (kedekatan hubungan individu dan kepercayaan satu sama lain).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah : (a) Keintiman, (b) Harga Diri dan (c) Keterampilan sosial.

## **5. Aspek-Aspek Dukungan Sosial**

Sarafino, 1998 (dalam, Lubis, N.L & Hasnida, 2009) membagi aspek dukungan sosial menjadi 5 aspek, yaitu:

1. Dukungan emosional

Dukungan yang melibatkan ekspresi simpati, rasa peduli seseorang sehingga memberikan perasaan nyaman, membuat individu merasa lebih baik, memperoleh kembali rasa keyakinan diri, merasa dimiliki serta merasa dicintai saat mengalami stress.

2. Dukungan penghargaan atau harga diri

Dukungan yang ditujukan dengan cara menghargai, mendorong dan menyetujui terhadap suatu ide dan gagasan atau kemampuan yang dimiliki

seseorang. Dukungan ini dititikberatkan terhadap adanya pengakuan, penilaian yang positif dan penerimaan terhadap individu.

### 3. Dukungan instrumental

Dukungan yang meliputi bantuan yang diberikan langsung atau nyata seperti meminjamkan uang atau barang bagi individu yang memang membutuhkan pada saat itu. Dukungan instrumental mengacu kepada penyedia barang atau jasa yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah-masalah praktis.

### 4. Dukungan informative

Dukungan yang meliputi pemberian nasehat, petunjuk, saran atau umpan balik kepada individu.

### 5. Dukungan integrasi sosial

Dukungan integrasi sosial adalah perasaan individu sebagai bagian dari kelompok. Menurut Cohen & Wills (dalam orford,1992), dukungan ini dapat berupa menghabiskan waktu bersama-sama dalam aktivitas, rekreasional di waktu senggang. Dukungan ini dapat mengurangi stress dengan memenuhi kebutuhan afiliasi dan kontak dengan orang lain membantu mengalihkan perhatian seseorang dari masalah yang mengganggu serta memfasilitasi suatu suasana hati yang positif.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dukungan sosial adalah (1) Dukungan emosional, (2) Dukungan penghargaan atau harga diri, (3) Dukungan instrumental, (4) Dukungan informatif dan (5) Dukungan integrasi sosial.

#### **D. Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Coping Stress* Pada Remaja**

Dalam tahapan perkembangan remaja menempati posisi setelah masa anak dan sebelum masa dewasa. Adanya perubahan besar dalam tahap perkembangan remaja baik perubahan fisik maupun perubahan psikis (pada perempuan setelah mengalami *menarche* dan pada laki-laki setelah mengalami mimpi basah) menyebabkan masa remaja relatif bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya. Hal ini menyebabkan masa remaja menjadi penting untuk diperhatikan. Perubahan-perubahan ini dapat menjadi masalah internal bagi para remaja, juga masalah lingkungan sosialnya. Permasalahan yang dihadapi oleh remaja bisa berbagai macam mulai dari yang ringan sampai yang berat.

Maka dari itu remaja harus bisa mengatasi masalah-masalah tersebut dengan baik agar tidak ada dampak negatif bagi kehidupan mereka dimasa depan. Cara mengatasi masalah ini biasa disebut dengan strategi *coping stress*.

Strategi *coping* dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya dengan *Adaptive coping* adalah sikap yang lebih efektif dan bermanfaat dalam mengatasi sumber stress, Lazarus dan Folkman menyatakan *coping* yang efektif akan membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Adapun dimensi dari *adaptive coping* (Carver,dkk, 1989) antara lain: *coping* aktif, mencari dukungan sosial, reinterpretasi positif, pengendalian, perencanaan, penerimaan, *coping* agama, dan humor. Dukungan sosial Sering digunakan sebagai strategi untuk mengatasi (*coping*) masalah yang menimbulkan stres (Hay, 2001).

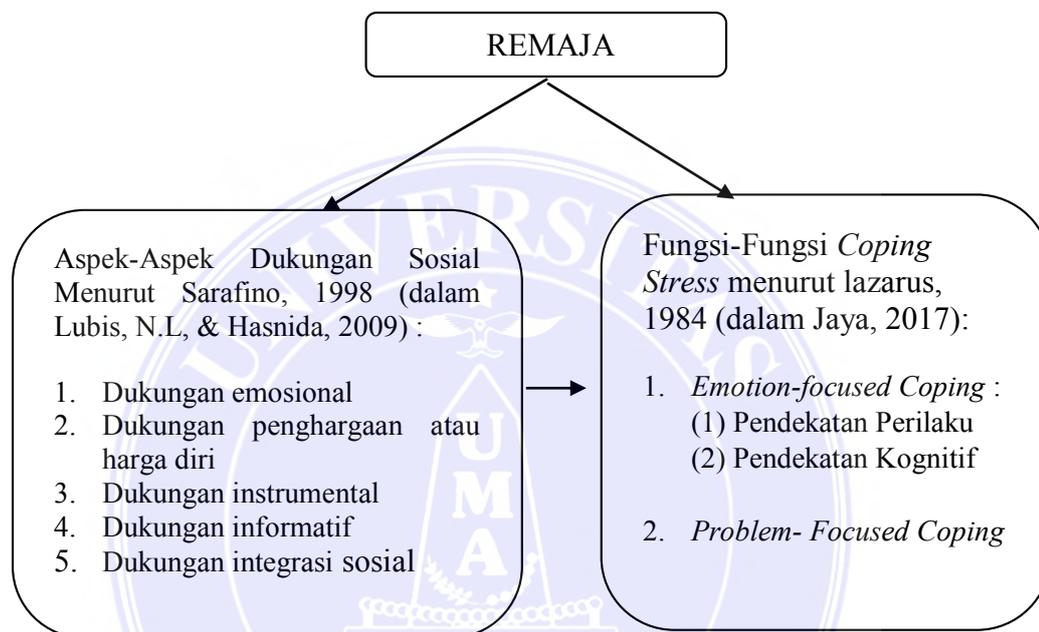
Hal ini didukung dengan penelitian menurut Fleming & Baum (dalam Sarafino, 2006), seseorang senantiasa membutuhkan dukungan sosial di dalam

segala aspek kehidupannya. Apabila seseorang mendapatkan dukungan sosial yang banyak, maka ia akan memperoleh kehidupan yang baik (seperti kesehatan yang baik), dan sebaliknya kekurangan dukungan sosial akan menyebabkan hal yang tidak baik (seperti stres). Dengan kata lain, dukungan sosial dapat menyebabkan seseorang memiliki pandangan yang lebih baik terhadap dirinya sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik pula. Adapun Menurut Reis (Masbow, 2009) ada tiga faktor yang mempengaruhi penerimaan dukungan sosial pada individu yaitu: keintiman, harga diri, dan keterampilan sosial.



Berdasarkan uraian diatas, peneliti melihat adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja. Dan hal ini akan dibuktikan pada hasil penelitian ini.

### E. Kerangka Konseptual



### F. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data terkumpul (Arikunto, 2006). Berdasarkan uraian teoritis yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula *coping stress*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula *coping stress*.

### **BAB III**

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

##### **A. Tipe Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, karena didalam penelitian ini bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dukungan sosial dengan *coping stress* pada remaja. Penelitian korelasional adalah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih Nazir (2005). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengukur variabel bebas dan variabel terikat dengan menggunakan angka-angka yang diolah melalui analisis statistik.

##### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian pada dasarnya adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009).

Oleh karena itu, peneliti telah menetapkan dua variabel dalam penelitian ini. Variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Terikat (Dependent) : *Coping Stress* (Y)
2. Variabel Bebas (Independent): Dukungan Sosial(X)

##### **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Definisi operasional variabel penelitian bertujuan untuk mengarahkan variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian agar sesuai dengan metode pengukuran yang telah disiapkan. Menurut Azwar (2013) definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.

Adapun definisi operasional untuk menjelaskan variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Coping Stress**

*Coping Stress* (X) adalah *coping stress* merupakan sebuah usaha atau upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi dan meredakan situasi yang membuat diri terasa tertekan (stress) secara fisik dan psikis

### **2. Dukungan Sosial**

Dukungan Sosial (Y) adalah bantuan atau bentuk-bentuk dukungan yang diberikan orang lain terhadap diri individu dalam menjalani kehidupan.

## **D. Subjek Penelitian**

### **1. Populasi**

Menurut Azwar (2013) populasi didefinisikan sebagai kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Jadi dapat dikatakan bahwa populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2006). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas 1 eksperimen di Pesantren Ar raudhatul Hasanah sebanyak 72 orang.

### **2. Sampel dan Teknik pengambilan Sampel**

Sampel adalah sebagian yang diambil dari suatu populasi. Bila sampel yang diambil jumlahnya kecil, maka besar kemungkinan akan diperoleh sampel yang tidak representatif dibandingkan bila sampel yang diambil jumlahnya besar. Sampel yang tidak representatif mengandung pengertian bahwa sampel tersebut tidak dipercaya. Sampel yang tidak dipercaya menghasilkan kesimpulan yang tidak akurat (Nisfiannoor, 2009).

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah sampling jenuh. Sugiyono (2006) menyatakan bahwa sampling jenuh adalah teknik penentuan sampling bila semua anggota populasi

digunakan sebagai sampel. Rescore dalam Sugiyono (2007) menyatakan bahwa ukuran sampel yang layak adalah minimal 30 orang, mengingat jumlah remaja putri kelas 1 eksperimen di Pesantren Ar raudhatul Hasanah sebanyak 72 orang, maka seluruh remaja putri kelas 1 eksperimen di Pesantren Ar raudhatul Hasanah adalah sampel dalam penelitian ini.

### **E. Metode Pengumpulan Data**

Menurut Suryabrata (2013), kualitas data ditentukan oleh kualitas pengambilan data atau kualitas alat ukurnya. Jika alat pengambilan datanya cukup reliabel dan valid, maka datanya juga akan cukup reliabel dan valid.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data di lapangan dalam penelitian ini adalah skala. Menurut Azwar (2013) skala merupakan perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut.

Adapun skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert yang dimodifikasi peneliti untuk mengungkap dukungan sosial dan *coping stress*.

#### **1. Coping Stress**

*Coping Stress* dapat diketahui dengan menggunakan *coping stress* yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek jenis Strategi *coping*, yaitu :

(1) *Problem-focused Coping* (2) *Emotion focused coping* : (a) Pendekatan Perilaku (b) Pendekatan Kognitif.

Model skala yang digunakan adalah penskalaan model Likert yang dimodifikasi peneliti dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk item mendukung (*favorable*), pilihan SS akan mendapat skor empat, pilihan S akan mendapat skor tiga, pilihan TS akan mendapat skor dua, pilihan STS akan mendapat skor satu. Sedangkan untuk item yang tidak mendukung

(*unfavorable*), pilihan SS akan mendapat skor satu, pilihan S akan mendapat skor dua, pilihan TS akan mendapat skor tiga, pilihan STS akan mendapat skor empat. Skor ini menunjukkan semakin tinggi skor jawaban maka semakin tinggi *coping stress*.

## **2. Dukungan Sosial**

Adapun aspek-aspek yang digunakan dalam penyusunan skala Dukungan Sosial ini adalah:

- (1) Dukungan emosional, (2) Dukungan penghargaan atau harga diri, (3) Dukungan instrumental, (4) Dukungan informative, (5) Dukungan integrasi sosial

Model skala yang digunakan adalah penskalaan model Likert yang dimodifikasi peneliti dengan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk item mendukung (*favorable*), pilihan SS akan mendapat skor empat, pilihan S akan mendapat skor tiga, pilihan TS akan mendapat skor dua, pilihan STS akan mendapat skor satu. Sedangkan untuk item yang tidak mendukung (*unfavorable*), pilihan SS akan mendapat skor satu, pilihan S akan mendapat skor dua, pilihan TS akan mendapat skor tiga, pilihan STS akan mendapat skor empat. Skor ini menunjukkan semakin tinggi skor jawaban maka semakin tinggi Dukungan Sosial.

## **F. Analisis Data**

Sebelum sampai pada pengelolaan data, data yang akan diolah nanti haruslah berasal dari alat ukur yang mencerminkan fenomena apa yang diukur. Untuk itu perlu dilakukan analisis butir validitas, reliabilitas, dan indeks daya beda.

### **1. Validitas Alat Ukur**

Validitas adalah sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur. Suatu alat ukur yang tinggi validitasnya akan menghasilkan varians error pengukuran yang kecil, artinya skor setiap subjek yang diperoleh oleh alat ukur tersebut tidak jauh berbeda dari

skor yang sesungguhnya (Azwar, 2012). Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Valid menunjukkan derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek dengan data yang dapat dikumpulkan oleh peneliti (Sugiyono, 2009).

Pengujian validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi mencerminkan sejauhmana isi tes mencerminkan atribut yang hendak diukur. Validitas isi dapat diestimasi melalui pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau *professional judgement* (Azwar, 2012). *Professional judgement* dilakukan oleh dosen pembimbing dalam penelitian ini.

## **2. Reliabilitas Alat Ukur**

Selain validitas, instrumen juga harus diukur reliabilitasnya. Suryabrata (2013) mengartikan reliabilitas sebagai taraf sejauh mana tes itu sama dengan dirinya (ajeg). Reliabilitas menunjukkan sejauh mana konsistensi hasil pengukuran apabila dilakukan pengukuran ulang terhadap gejala yang sama dengan alat ukur yang sama. Azwar (2012) menegaskan bahwa reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran tersebut dapat memberikan hasil yang relatif tidak berbeda bila dilakukan pengukuran terhadap subjek yang sama.

Uji reliabilitas alat ukur ini menggunakan pendekatan *Single trial administration*, yaitu tes akan disajikan hanya satu kali pada kelompok individu sebagai subjek, pendekatan ini mempunyai mempunyai nilai praktis dan efisien yang tinggi (Azwar, 2012). Teknik yang digunakan adalah teknik koefisien *Alpha Cronbach* yang akan menghasilkan reliabilitas dari skala Dukungan Sosial dan *coping stress*. Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur maka digunakan rumus koefisien alpha sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Dimana:  $r_{11}$  = reliabilitas instrument

$k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$  = jumlah varian butir/item

$\sigma_t^2$  = varian total

Jumlah varian dicari terlebih dahulu dengan cara mencari nilai varian tiap butir dengan persamaan sebagai berikut:

$$S = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}{n}$$

Keterangan:

S = varian

X = nilai skor yang dipilih

n = jumlah sampel

Pengolahan data tersebut dapat juga diperoleh dengan menggunakan program *SPSS version 16.0 for windows*. Interpretasi reliabilitas didasarkan pada tabel 3.2 dibawah ini:

**Tabel 1. Interpretasi Reliabilitas**

Besarnya Linier r	Interpretasi
0,800 – 1,000	Tinggi
0,600 – 0,800	Cukup

0,400 – 0,600	Agak Rendah
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0, 200	Sangat Rendah

Sumber : Arikunto, 2006

### 3. Indeks Daya Beda

Indeks daya beda merupakan koefisien yang menunjukkan bahwa fungsi item selaras dengan fungsi tes. Item yang memiliki indeks daya beda baik merupakan item yang konsisten karena mampu menunjukkan perbedaan antar subjek pada aspek yang diukur oleh tes yang bersangkutan (Azwar, 2012).

Indeks daya beda item merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi item dengan fungsi skala keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi item-total. Pengujian daya beda item dilakukan dengan cara menghitung koefisien antara distribusi skor item dengan distribusi skor skala itu sendiri (Azwar, 2013). Item dinyatakan lolos seleksi bila memiliki koefisien daya beda (*Corrected Item-Total Correlation*)  $\geq 0,30$ .

Teknik yang digunakan untuk menghitung koefisien korelasi item-total adalah teknik korelasi *product moment* dari Carl Pearson (Azwar, 2012), dengan formula sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2][n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

$\sum XY$  = Jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y.

$\sum X$  = Jumlah skor keseluruhan subjek setiap item.

$\sum Y$  = Jumlah skor keseluruhan item pada subjek.

$\Sigma X^2$	=	Jumlah kuadrat skor X.
$\Sigma Y^2$	=	Jumlah kuadrat skor Y.
N	=	Jumlah subjek.
$(\Sigma x)^2$	=	Jumlah nilai X kemudian dikuadratkan
$(\Sigma y)^2$	=	Jumlah nilai Y kemudian dikuadratkan

### G. Uji Normalitas dan Linieritas

Penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan antara dukungan sosial dengan coping stress pada remaja, maka analisa data yang digunakan adalah dengan korelasi *Pearson product moment*. Alasan peneliti menggunakan analisa ini adalah korelasi *Pearson product moment* digunakan untuk melukiskan hubungan antara dua gejala dengan skala interval atau rasio (Sugiyono, 2009). Di samping itu, dalam penggunaan formula ini diasumsikan bahwa hubungan yang terjadi bersifat linier (Azwar, 2013).

Adapun rumus korelasi *Pearson product moment* yang digunakan adalah:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2][n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$	=	Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y
$\Sigma XY$	=	Jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y.
$\Sigma X$	=	Jumlah skor keseluruhan subjek setiap item.
$\Sigma Y$	=	Jumlah skor keseluruhan item pada subjek.
$\Sigma X^2$	=	Jumlah kuadrat skor X.
$\Sigma Y^2$	=	Jumlah kuadrat skor Y.

- N = Jumlah subjek.
- $(\sum x)^2$  = Jumlah nilai X kemudian dikuadratkan
- $(\sum y)^2$  = Jumlah nilai Y kemudian dikuadratkan

Keseluruhan analisa dilakukan dengan menggunakan fasilitas komputerisasi SPSS 16.0 *for Windows*. Sebelum data dianalisis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi terhadap data penelitian yang meliputi yaitu:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian setiap masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji *one sample kolmogorof-smirnov*. Data dikatakan terdistribusi jika  $p > 0,05$ .

2. Uji Linieritas

Uji Linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel X (dukungan sosial) dan variabel Y (*coping stress*) memiliki hubungan linier atau tidak. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan uji F (Anova) dengan bantuan SPSS *versi 16.0 for windows*. Data dapat dikatakan linier apabila nilai  $p < 0.05$  dan jika  $p > 0.05$  maka data dikatakan tidak linier.

**Nama :**

**Usia :**

### **PETUNJUK PENGISIAN**

Di halaman berikut ada beberapa pernyataan yang akan anda jawab. Sebelum anda menjawab, ada beberapa hal yang perlu anda perhatikan yaitu:

1. Isilah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan pilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pendapat pribadi anda. Anda dapat memilih salah satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan anda yaitu:
  - SS : Sangat Sesuai
  - S : Sesuai
  - TS : Tidak Sesuai
  - STS : Sangat Tidak Sesuai
3. Bila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang salah kemudian berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban yang benar.
4. Apapun jawaban anda tidak dinilai sebagai jawaban benar atau salah, maka usahakan agar semua nomor terjawab dan jangan sampai ada yang terlewat.

Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya nyaman belajar disini		X		

----- SELAMAT MENGERJAKAN& TERIMA KASIH -----

1.	Saya berusaha meyakinkan diri untuk bisa mandiri karena jauh dari rumah	SS	S	TS	STS
2.	Saya merasa ingin menyerah dengan banyak dan padatnya sistem pembelajaran di pesantren	SS	S	TS	STS
3.	Ketika saya mendapat banyak hukuman (tugas) dari bagian bahasa, teman saya membantu untuk menyelesaikannya	SS	S	TS	STS
4.	Saya melakukan adaptasi terhadap diri saya sendiri saja tanpa peduli lingkungan sekitar pesantren	SS	S	TS	STS
5.	Saya mempergunakan waktu luang yang saya miliki untuk lebih banyak beristirahat	SS	S	TS	STS
6.	Tidak ada teman-teman yang bisa cocok berteman dengan saya di pesantren	SS	S	TS	STS
7.	Saya berusaha menghubungi orang tuadan meminta saran yang baik ketika saya merasa bingung untuk mengikuti ekstrakurikuler yang ada di pesantren	SS	S	TS	STS
8.	Saya berusaha menjalin hubungan yang baik dengan teman-temanagar tetap dapat bergabung dengan mereka di setiap kegiatan	SS	S	TS	STS
9.	Ketika kegiatan sedang padat, saya berusaha sabar menjalaninya satu per satu dengan tenang	SS	S	TS	STS
10.	Saya merasa sedih terus-menerus karena jauh dari orang tua	SS	S	TS	STS
11.	Saya lebih suka menyendiri ketika banyak masalah	SS	S	TS	STS

12.	Saya berusaha mengatur waktu dengan baik agar dapat menyelesaikan semua tugas saya di pesantren dengan tepat waktu	SS	S	TS	STS
13.	Saya menenangkan diri dengan pergi membaca ke perpustakaan ketika sedang ada perselisihan dengan teman sekamar	SS	S	TS	STS
14.	Saya tidak pernah meminta orang tua saya memberikan saran apapun	SS	S	TS	STS
15.	Saya berusaha menyempatkan diri untuk istirahat walaupun hanya sebentar ketika kegiatan sedang padat	SS	S	TS	STS
16.	Saya merasa tidak sanggup menjalani kegiatan yang sangat padat di pesantren	SS	S	TS	STS
17.	Saya meminta orangtua untuk datang berkunjung ke pesantren di saat saya rindu	SS	S	TS	STS
18.	Saya merasa sedih karena teman-teman di pesantren sering membully saya	SS	S	TS	STS
19.	Saya sering bangun terlambat dan harus mengantri untuk mandi	SS	S	TS	STS
20.	Saya berusaha mengajak teman-teman sekamar untuk melaksanakan Ta'lim diwaktul luang	SS	S	TS	STS
21.	Ketika baju saya hilang dijemuran, teman saya tidak pernah membantu untuk mencarinya	SS	S	TS	STS
22.	Saya berusaha agar tetap nyaman walaupun saya merasa sedih karena jauh dari orangtua	SS	S	TS	STS

23.	Saya berusaha untuk menghilangkan rasa bosan dengan memilih izin keluar dari lingkungan pesantren	SS	S	TS	STS
24.	Saya berusaha membuat jadwal belajar sendiri agar tidak tertinggal dalam mengikuti system pembelajaran yang ada di pesantren	SS	S	TS	STS
25.	Saya lebih banyak bermain ketika memiliki waktu luang tanpa memikirkan kegiatan lain	SS	S	TS	STS
26.	Saya berusaha menghindari rasa bosan dengan berkumpul dan bercerita hal-hal lucu dengan teman-teman	SS	S	TS	STS
27.	Teman saya tidak memberikan motivasi apapun ketika saya putus asa karena banyaknya hafalan	SS	S	TS	STS
28.	Saya yakin banyaknya tugas yang diberikan guru agar saya menjadi orang yang pandai	SS	S	TS	STS
29.	Saya mendapatkan masalah ketika jauh dari rumah dan harus melakukan apapun sendiri	SS	S	TS	STS
30.	Saya tetap bersemangat dalam mengikuti sitem pembelajaran di pesantren yang banyak dan padat	SS	S	TS	STS
31.	Ketika baju saya hilang di jemuran, teman saya membantu saya untuk mencarinya	SS	S	TS	STS
32.	Saya tetap berada dikamar meskipun sedang ada perselisihan dengan teman	SS	S	TS	STS
33.	Saya berusaha bangun lebih cepat dari teman-teman agar tidak kehabisan air untuk mandi	SS	S	TS	STS

34.	Saya tidak pernah mengatur waktu dalam mengerjakan tugas sehingga banyak tugas yang tidak selesai	SS	S	TS	STS
35.	Saya berusaha beradaptasi dengan teman-teman di pesantren dengan baik	SS	S	TS	STS
36.	Saya memilih untuk berdiam diri dikamar ketika merasa bosan	SS	S	TS	STS
37.	Waktu istirahat yang kurang membuat saya sangat lelah belajar di pesantren	SS	S	TS	STS
38.	Ketika saya merasa banyak masalah saya memilih untuk olahraga disore hari	SS	S	TS	STS
39.	Teman-teman sekamar tidak pernah membawa saya berobat ke klinik ketika saya sedang sakit	SS	S	TS	STS
40.	Ketika saya putus asa karena banyaknya hafalan,teman saya selalu memberikan motivasi agar tetap semangat	SS	S	TS	STS
41.	Saya merasa terbebani karena banyaknya tugas yang diberikan	SS	S	TS	STS
42.	Saya menjadikan bully-an dari teman-teman sebagai motivasi agar lebih baik lagi dan berprestasi	SS	S	TS	STS
43.	Saya yakin hukuman yang diberikan oleh bagian keamanan, untuk kebaikan saya agar bisa lebih berdisiplin lagi	SS	S	TS	STS
44.	Saya tidak pernah meminta orang tua saya untuk datang berkunjung ke pesantren	SS	S	TS	STS
45.	Saya tidak pernah membuat jadwal belajar sendiri	SS	S	TS	STS

46.	Saya memilih menyendiri ketika sedang bosan dan tidak melakukan apa-apa	SS	S	TS	STS
47.	Saya jarang mengajak teman-teman sekamar untuk melaksanakan Ta'lim diwaktu luang	SS	S	TS	STS
48.	Saya terus berusaha untuk melakukan adaptasi yang baik dengan teman-teman di lingkungan pesantren	SS	S	TS	STS
49.	Ketika saya mendapat hukuma (tugas) dari bagian bahasa, teman saya tidak mau mebantu menyelesaikannya	SS	S	TS	STS
50.	Saya merasa hukuman yang diberikan oleh bagian keamanan karena mereka membenci saya	SS	S	TS	STS
51.	Saya semakin tidak nyaman belajar di pesantren karena banyak teman-teman yang membully saya	SS	S	TS	STS
52.	Teman-teman sekamar membawa saya berobat ke klinik ketia saya sedang sakit	SS	S	TS	STS

**Nama :**

**Usia :**

### **PETUNJUK PENGISIAN**

Di halaman berikut ada beberapa pernyataan yang akan anda jawab. Sebelum anda menjawab, ada beberapa hal yang perlu anda perhatikan yaitu:

1. Isilah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Baca masing-masing pernyataan dengan teliti dan pilih jawaban yang benar-benar sesuai dengan pendapat pribadi anda. Anda dapat memilih salah satu dari 4 (empat) pilihan jawaban yang tersedia dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan anda yaitu:
  - SS : Sangat Sesuai
  - S : Sesuai
  - TS : Tidak Sesuai
  - STS : Sangat Tidak Sesuai
3. Bila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama dengan (=) pada jawaban yang salah kemudian berilah tanda silang (X) pada kolom jawaban yang benar.
4. Apapun jawaban anda tidak dinilai sebagai jawaban benar atau salah, maka usahakan agar semua nomor terjawab dan jangan sampai ada yang terlewat.

Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Guru saya memberikan pengajaran yang baik		X		

----- SELAMAT MENGERJAKAN& TERIMA KASIH -----

1.	Ketika saya ingin pindah dari pesantren, teman saya selalu memberikan saran yang membuat saya menjadi betah kembali tinggal di pesantren	SS	S	TS	STS
2.	Guru saya hanya menyarankan harus belajar giat tanpa memberi tau caranya	SS	S	TS	STS
3.	Ketika seragam sekolah saya hilang/belum kering, teman saya meminjamkan seragamnya kepada saya	SS	S	TS	STS
4.	Keluarga memberikan uang saku yang cukup bagi saya setiap bulannya	SS	S	TS	STS
5.	Guru saya tidak memberikan tugas tambahan untuk mengajari teman saya belajar malam dikelas	SS	S	TS	STS
6.	Keluarga saya selalu ada ketika dibutuhkan dan saya merasa tidak sendiri	SS	S	TS	STS
7.	Teman-teman saya hanya memperdulikan diri sendiri dantidak peduli dengan permasalahan yang saya hadapi	SS	S	TS	STS
8.	Teman-teman memuji prestasi saya ketika memenangkan perlombaan-perlombaan yang diadakan dipesantren	SS	S	TS	STS
9.	Teman saya memberikan makanan kepada saya sebagai ucapan terima kasih telah membantunya	SS	S	TS	STS
10.	Guru saya tidak pernah memberikan petunjuk kepada saya dalam pelaksanaan kegiatan belajar yang saya anggap sulit	SS	S	TS	STS
11.	Orang tua saya tidak pernah memberikan nasehat kepada saya untuk tetap semangat belajar di pesantren	SS	S	TS	STS
12.	Teman-teman mengajaksayapergibersamamenjumpaiwalikelasuntukmenyetorhafalanqur'an yang sudahdiwajibkan	SS	S	TS	STS

13.	Ketika seragam sekolah saya hilang, teman saya tidak mau meminjamkan kepada saya	SS	S	TS	STS
14.	Guru saya meyakinkan bahwa saya bisa menjalani pembelajaran disini dan akan berprestasi baik	SS	S	TS	STS
15.	Keluarga datang mengunjungi saya dengan membawakan makanan dan barang-barang yang saya butuhkan	SS	S	TS	STS
16.	Teman-teman acuh terhadap saya dan hanya mementingkan urusan masing-masing	SS	S	TS	STS
17.	Guru saya tidak memberikan apresiasi apapun atas keteladanan saya di pesantren	SS	S	TS	STS
18.	Teman-teman peduli dengan suasana hati saya dan selalu menguatkan saya ketika kondisi saya sedang drop	SS	S	TS	STS
19.	Keluarga memberikan bantuan makanan seperti buah-buahan, susudan roti	SS	S	TS	STS
20.	Keluarga saya jarang datang untuk menemui saya di pesantren	SS	S	TS	STS
21.	Ketika seragam sekolah saya sudah tidak layak digunakan, orang tua saya langsung membelikan yang baru	SS	S	TS	STS
22.	Guru saya tidak pernah memberikan informasi mengenai beasiswa, perlombaan dan kegiatan-kegiatan pesantren lainnya kepada saya	SS	S	TS	STS
23.	Teman-teman tidak mau mengingatkan dan mengajak saya pergi bersama untuk sholat berjamaah ke mesjid	SS	S	TS	STS
24.	Teman saya selalu menjadi pemberi saran terbaik buat saya ketika ada masalah	SS	S	TS	STS
25.	Teman-teman tidak pernah mengajak saya bergabung dalam mengerjakan tugas kelompok	SS	S	TS	STS

26.	Guru saya selalu memberikan petunjuk kepada saya dalam pelaksanaan kegiatan belajar yang saya anggap sulit	SS	S	TS	STS
27.	Keluarga memberikan saya hadiah ketika saya memenangkan perlombaan yang diadakan di pesantren	SS	S	TS	STS
28.	Teman-teman memperhatikan saya seperti yang dilakukan keluarga saya di rumah	SS	S	TS	STS
29.	Keluarga saya mengabaikan saya dan saya merasa dikucilkan	SS	S	TS	STS
30.	Ketika alat tulis saya hilang ataupun tertinggal, teman-teman meminjamkan saya pada saat belajar	SS	S	TS	STS
31.	Teman saya tidak memberikan apapun meskipun saya telah membantunya	SS	S	TS	STS
32.	Ketika seragam sekolah saya sudah tidak layak digunakan, orangtua saya lama membelikan yang baru	SS	S	TS	STS
33.	Ketika saya belum mendapatkan kiriman uang saku, teman saya meminjamkan uang kepada saya	SS	S	TS	STS
34.	Ketika saya ingin pindah dari pesantren, teman saya tidak pernah memberikan saran kepadaya agar tetap bertahan di pesantren	SS	S	TS	STS
35.	Teman-teman mengajak saya bergabung dalam mengerjakan tugas kelompok	SS	S	TS	STS
36.	Teman saya tidak pernah menjadi pemberi saran terbaik buat saya ketika ada masalah	SS	S	TS	STS

37.	Teman-teman tidak mau mengajak saya pergi bersama menjumpai wali kelas untuk menyeter hafalan qur'an yang sudahdi wajibkan	SS	S	TS	STS
38.	Guru saya selalu memberikan informasi mengenai beasiswa, perlombaan dan kegiatan-kegiatan pesantren lainnya kepada saya	SS	S	TS	STS
39.	Ketika saya belum mendapatkan kiriman uang saku, teman saya tidak mau meminjamkan uang kepada saya	SS	S	TS	STS
40.	Guru saya memberikan tugas tambahan untuk mengajari teman saya belajar malam di kelas	SS	S	TS	STS
41.	Teman-teman tidak mau meminjamkan saya alat tulis ketika saya lupa membawa	SS	S	TS	STS
42.	Guru saya memberikan apresiasi atas keteladanan saya, melalui pemberian berupa buku bacaan	SS	S	TS	STS
43.	Guru saya hanya memberikan pelajaran yang sesuai dengan aturan pesantren saja	SS	S	TS	STS
44.	Disini saya mempunyai teman yang selalu bisa menerima apapun kondisi yang saya alami	SS	S	TS	STS
45.	Saya merasa kehadiran saya kurang diterima di pesantren	SS	S	TS	STS
46.	Saya tidak mendapatkan apapun dari keluarga meskipun sudah berusaha memenangkan suatuperlombaan	SS	S	TS	STS
47.	Keluarga tidak pernah mengantarkan makanan ke pesantren untuk saya	SS	S	TS	STS

48.	Ketika alat tulis saya hilang ataupun tertinggal, teman-teman tidak mau meminjamkan saya pada saat belajar	SS	S	TS	STS
49.	Guru saya tidak memberikan beasiswa apapun kepada saya	SS	S	TS	STS
50.	Keluarga saya sering terlambat mengirimkan uang saku sehingga saya kesulitan mengatur keuangan disini	SS	S	TS	STS
51.	Orang tua saya selalu memberikan nasehat kepada saya untuk tetap semangat belajar di pesantren	SS	S	TS	STS
52.	Teman-teman menganggap biasa saja prestasi yang saya peroleh	SS	S	TS	STS
53.	Teman-teman mengingatkan dan mengajak saya pergi bersama untuk sholat berjamaah di masjid setiap hari	SS	S	TS	STS
54.	Guru saya memberikan beasiswa olahraga kepada saya	SS	S	TS	STS
55.	Guru saya menyarankan untuk mengulang pelajaran setiap malam sebelum tidur	SS	S	TS	STS
56.	Guru saya memberikan kepercayaan kepada saya menjadi bagian dari kepengurusan kelas	SS	S	TS	STS

## 1. DATA SKALA *COPING STRESS*

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	4	4	3	4	2	3	3	3	4	4	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	4	4
2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3
3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3
6	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	3	4
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	4	3
8	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	2	4	2	1	2	3	3
9	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	3	2	3	3	2	4	4	4	4	1	1	3	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3
11	4	2	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4
12	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	1	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4
13	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3
14	4	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	2	4
15	4	3	4	2	4	3	4	3	4	2	3	4	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3
16	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4
17	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3
18	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
19	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4
20	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	4	4	3	4	3
21	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4
22	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3
23	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	4
24	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	2	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3
25	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	4
26	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3
27	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3
28	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4
29	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3	4	4	3	4	4	2	2	3	4
30	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	3	4
31	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3
32	4	2	4	2	3	2	4	4	4	2	2	4	4	3	4	2	4	2	2	4	2	4
33	3	2	3	3	4	2	4	4	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
34	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4
35	3	2	2	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4
36	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3
37	3	2	3	4	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	2
38	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	3	3	4	2	2	4	3
39	4	2	3	4	2	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	4

23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42
2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3	3	2
2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4
3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2
2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3
2	2	2	4	4	3	2	2	3	1	3	3	4	3	2	1	4	3	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	4	4	3	4	2	3	1	1	4	3	4	3	2	3	3	3	2	2
2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	4	1	1	2	4	4	3	4
4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	4	3	3	2	3
4	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	1	3	3	2	3	4
2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2
4	2	3	4	3	4	1	3	2	1	4	2	3	3	1	1	3	3	1	4
3	3	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4
2	4	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4
3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3
2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4
3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4
4	2	2	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3
2	4	4	3	4	4	3	4	4	2	2	4	4	3	2	3	4	4	3	3
2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2
3	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	3	2
2	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2
4	4	3	4	2	4	2	2	4	4	3	4	4	4	2	3	4	4	2	4
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3
3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	4
3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3
3	3	4	3	4	4	4	3	2	2	4	4	4	2	2	2	4	4	3	2
2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	2	2	3	4	3	2
3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3
4	4	3	4	3	4	2	4	4	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	4
3	2	2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2
3	4	3	3	2	2	3	4	4	2	4	3	4	2	3	3	3	4	3	4
4	3	4	4	3	4	2	2	2	2	4	4	4	2	2	2	3	4	3	3
4	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2
3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	3	3	2	2
4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	2

<b>43</b>	<b>44</b>	<b>45</b>	<b>46</b>	<b>47</b>	<b>48</b>	<b>49</b>	<b>50</b>	<b>51</b>	<b>52</b>	<b>Total</b>
4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	<b>166</b>
3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	<b>135</b>
4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	<b>192</b>
3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	<b>145</b>
3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	<b>142</b>
2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	<b>153</b>
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	<b>155</b>
4	4	3	4	2	3	1	3	4	2	<b>154</b>
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	<b>147</b>
4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	<b>148</b>
3	4	4	2	3	3	4	4	4	4	<b>172</b>
4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	<b>169</b>
3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	<b>141</b>
3	4	2	2	2	4	3	2	3	3	<b>149</b>
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	<b>157</b>
4	2	4	4	4	3	3	4	4	4	<b>161</b>
3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	<b>152</b>
3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	<b>154</b>
4	2	4	4	3	4	3	4	4	4	<b>180</b>
3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	<b>152</b>
4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	<b>179</b>
3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	<b>147</b>
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	<b>152</b>
4	3	4	2	3	4	2	4	4	4	<b>172</b>
4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	<b>178</b>
3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	<b>146</b>
3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	<b>164</b>
2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	<b>180</b>
4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	<b>172</b>
3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	<b>176</b>
4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	<b>138</b>
4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	<b>153</b>
2	4	4	2	2	4	2	2	2	2	<b>137</b>
4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	<b>167</b>
2	4	2	2	2	4	2	3	4	4	<b>161</b>
3	3	3	2	4	4	3	4	2	3	<b>152</b>
3	4	2	4	2	4	3	3	3	3	<b>140</b>
4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	<b>178</b>

40	4	4	4	3	2	3	4	4	2	4	2	4	2	4	4	2	3	2	3	3	4	2	4	4	
41	4	3	2	3	2	2	3	3	4	3	2	4	3	4	4	3	4	2	3	3	2	4	3	4	3
42	4	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	2	4	4	2	4	3
43	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2
44	4	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	4	4	2
45	2	2	3	3	4	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3
46	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2
47	4	2	4	3	2	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	2	3	4
48	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3
49	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3
50	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3
51	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4
52	4	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2
53	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	2	2	4	3
54	4	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2
55	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	4	2	4	4	3	2	3	4	4	4	4
56	4	2	2	3	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	4	2	2	3	3	3	3
57	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	2	3	2	3	4	1	3	4	3	2	3	4	4	4	4
58	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	2	4	2	3	4	3	3	2
59	4	4	3	4	1	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4
60	4	3	3	2	3	3	4	4	4	2	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3
61	3	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
62	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3
63	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3
64	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
65	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3
66	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	2	3	2
67	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
68	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3
69	4	3	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3
70	4	2	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	4	3	3	4	3
71	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3
72	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3

4	4	4	2	4	3	2	4	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	<b>161</b>	
4	3	4	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	4	4	2	<b>153</b>	
s2	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	<b>176</b>	
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	<b>144</b>	
3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	<b>162</b>		
4	3	4	3	4	4	2	2	3	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	<b>151</b>	
3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	<b>141</b>	
3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	2	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	<b>157</b>	
4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	<b>161</b>	
2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	<b>154</b>	
3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	<b>165</b>	
2	4	4	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	4	4	2	3	4	2	3	3	3	4	3	4	4	3	<b>168</b>	
4	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	4	4	4	<b>163</b>	
4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	4	2	4	2	3	<b>176</b>	
3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	4	4	3	3	3	3	2	3	<b>145</b>	
2	3	4	4	4	4	2	4	4	3	2	3	2	4	3	2	3	4	2	3	2	2	4	3	4	4	4	<b>164</b>	
3	4	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	1	2	4	2	3	2	2	<b>151</b>	
4	1	4	4	1	4	1	4	3	3	2	1	2	3	4	3	1	4	1	3	4	2	4	3	3	4	4	<b>152</b>	
3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	<b>169</b>	
2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	4	4	3	<b>178</b>	
4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	<b>170</b>	
4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	<b>159</b>
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	<b>149</b>
3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	<b>180</b>	
4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	<b>160</b>	
3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	<b>159</b>
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	<b>142</b>	
3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	<b>157</b>	
3	2	3	2	4	4	2	4	3	3	3	2	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	<b>160</b>	
4	2	4	3	4	2	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	<b>162</b>	
3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	<b>172</b>	
3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	<b>167</b>	
3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	<b>143</b>	

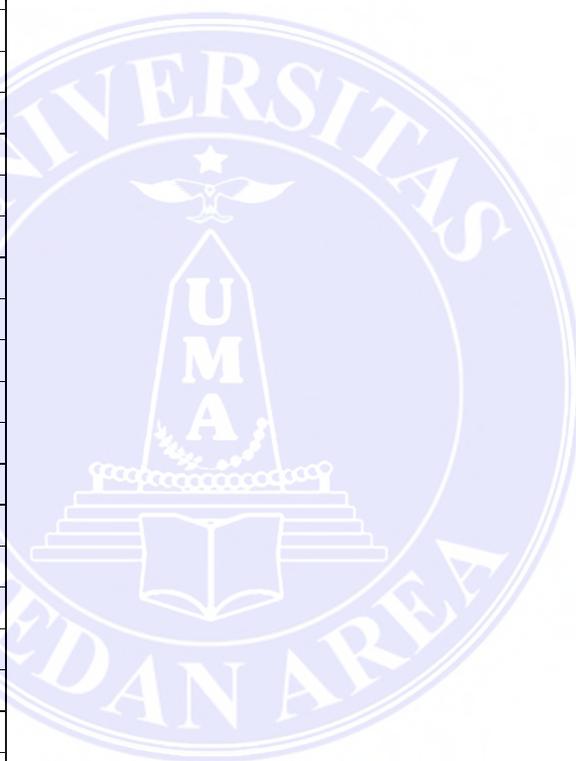
## 2. DATA SKALA DUKUNGAN SOSIAL

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3
2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3
3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	4	3
4	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3
5	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
6	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
7	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	1	3	3	4	4
8	2	2	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
10	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4
11	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4
12	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3
13	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	2
14	4	2	4	4	3	4	2	3	4	2	4	3	4	2	4	1	2
15	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	4	4	4	2	3
16	4	3	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3
17	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	4	4	4
18	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3
19	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	2	2
20	3	4	4	4	2	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3
21	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3
22	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	4
23	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3
24	3	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3
25	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3
26	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
27	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	4	4
28	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
29	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3
30	4	3	3	4	3	4	1	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3
31	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	2
32	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4
33	4	2	1	4	2	2	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	4
34	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4
35	3	2	2	2	2	4	3	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3
36	3	4	2	4	4	3	3	2	1	4	2	3	4	4	3	4	3
37	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2
38	3	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3
39	3	4	3	4	3	2	2	2	2	3	4	4	2	4	4	3	4
40	4	4	3	3	3	1	3	2	3	4	4	4	2	4	4	3	4
41	4	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4

18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2
4	4	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4
4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2
4	4	4	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	4	3	4
4	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2
2	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3
3	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	1	4	3	3	2	4	3	4	3
2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3
2	4	1	4	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	4	2	2
3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
4	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	3
3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3
4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3
3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4
4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3
4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	2	2	4	4	3
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3
4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3
3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4
2	3	2	4	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	3
2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	4	3	3	3	2
3	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	3	2	4	3
3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3
4	4	2	3	4	3	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3
3	4	3	4	1	3	4	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2
4	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	2	3
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	2	3	4	2	3
3	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4
3	1	2	4	4	3	3	3	4	2	1	4	4	4	4	4	3	3	3
3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3

37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
4	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	2	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3
2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3
3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	1	4	3	4
3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3
4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3	2	3	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4
3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3
3	4	1	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	4
3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3
3	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	1	3
3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3
3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	4
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4
4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3
3	4	2	3	3	3	4	2	4	2	2	3	3	4	4	3	4
4	4	4	2	4	2	2	3	3	4	4	4	3	4	4	2	4
4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4
4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3
4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	4
2	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	2	4
4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4
3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3
3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	3	4	3	2	4	2	4
3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3
3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4
3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	2	3	2
2	2	3	4	3	1	2	3	2	4	4	3	2	2	4	2	3
4	2	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3
3	4	3	3	3	4	2	2	2	4	4	4	4	3	4	3	3
3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	4	2	3

<b>54</b>	<b>55</b>	<b>56</b>	<b>Total</b>
3	4	3	<b>180</b>
2	3	2	<b>150</b>
3	4	3	<b>192</b>
2	3	2	<b>171</b>
2	3	2	<b>151</b>
2	4	3	<b>197</b>
2	3	2	<b>170</b>
2	4	4	<b>183</b>
3	3	3	<b>165</b>
3	4	2	<b>185</b>
3	4	2	<b>182</b>
2	4	2	<b>184</b>
3	3	2	<b>175</b>
2	4	2	<b>160</b>
2	3	2	<b>171</b>
3	3	4	<b>179</b>
2	4	2	<b>185</b>
3	4	3	<b>186</b>
3	4	4	<b>186</b>
2	4	3	<b>194</b>
4	4	4	<b>206</b>
2	3	3	<b>173</b>
2	3	3	<b>170</b>
3	4	3	<b>184</b>
4	4	2	<b>204</b>
3	3	3	<b>164</b>
3	3	3	<b>182</b>
2	3	3	<b>177</b>
2	4	3	<b>200</b>
2	2	2	<b>176</b>
2	3	2	<b>149</b>
3	4	4	<b>180</b>
2	3	2	<b>169</b>
3	4	4	<b>188</b>
2	2	2	<b>157</b>
2	3	2	<b>177</b>
1	2	3	<b>150</b>
3	3	4	<b>193</b>
3	4	2	<b>176</b>
2	4	4	<b>170</b>



42	4	4	3	3	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
44	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3
45	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3
46	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	
47	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3
48	4	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	1	4	3	4	3	4
49	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2
50	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3
51	4	4	3	3	3	1	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4
52	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4
53	4	4	3	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
54	4	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	2	3	2	2	3	2	4	4	4	4	3	2	2
55	4	4	2	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3
56	3	2	3	4	2	2	2	3	2	2	4	4	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	2	2
57	4	4	2	4	4	2	3	3	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3
58	3	4	2	3	4	4	1	2	2	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	1	3	4	4	3	3
59	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4
60	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	1	4	3	4	4	3
61	4	4	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3
62	4	4	3	3	2	2	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4
63	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
64	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
65	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3
66	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
67	4	3	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3
68	4	3	4	3	4	2	2	2	4	2	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4
69	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3
70	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
72	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3

4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	
3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	2	3	4	3		
3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	4	4	2	2	3	4	4	4	2	
3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	3	4	3	3	4	2	
3	3	2	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3		
3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	
3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	
4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	2	4	2	
4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	
4	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	2	3	
4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	4	2	
3	3	2	4	3	4	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	
4	4	2	4	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	
2	3	4	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3
3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3
4	3	2	4	3	3	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	
4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	
3	2	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	1	
3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	2	3	4	2	
4	3	2	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2
3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2
3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	
3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2
4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4
3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	

4	3	4	3	<b>191</b>
3	2	3	3	<b>166</b>
4	2	4	3	<b>174</b>
3	2	2	2	<b>155</b>
3	2	3	2	<b>161</b>
3	2	3	2	<b>159</b>
3	2	2	4	<b>175</b>
4	3	3	3	<b>185</b>
4	2	3	2	<b>186</b>
4	3	4	3	<b>196</b>
3	2	2	2	<b>193</b>
4	3	4	4	<b>167</b>
2	2	4	3	<b>170</b>
4	2	3	2	<b>170</b>
3	2	4	2	<b>166</b>
4	2	3	2	<b>165</b>
3	2	4	2	<b>182</b>
3	2	4	2	<b>181</b>
4	4	4	4	<b>185</b>
4	2	3	2	<b>172</b>
4	3	4	3	<b>173</b>
4	3	4	3	<b>197</b>
4	3	4	3	<b>192</b>
3	2	3	2	<b>173</b>
3	2	4	3	<b>168</b>
4	3	4	3	<b>189</b>
4	3	3	3	<b>190</b>
4	2	4	2	<b>165</b>
4	1	3	4	<b>197</b>
4	2	4	3	<b>187</b>
3	2	3	2	<b>162</b>

## Uji Validitas dan Reliabilitas *Coping Stress*

### Scale: Coping Stress

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	72	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	72	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.875	52

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.5417	.52908	72
VAR00002	2.9306	.73784	72
VAR00003	3.0694	.56485	72
VAR00004	3.0972	.60885	72
VAR00005	2.6944	.64216	72
VAR00006	3.1806	.65706	72
VAR00007	3.3750	.61524	72
VAR00008	3.4583	.50176	72
VAR00009	3.3194	.57718	72
VAR00010	3.0000	.71207	72
VAR00011	2.6389	.75630	72
VAR00012	3.3750	.61524	72
VAR00013	2.6111	.64032	72
VAR00014	3.5000	.53074	72

VAR00015	3.2361	.59323	72
VAR00016	2.8194	.67816	72
VAR00017	2.9861	.79599	72
VAR00018	3.1250	.80382	72
VAR00019	2.8333	.73158	72
VAR00020	2.8333	.62799	72
VAR00021	3.0694	.63526	72
VAR00022	3.4028	.59717	72
VAR00023	2.7778	.77318	72
VAR00024	3.2917	.68046	72
VAR00025	3.0139	.66062	72
VAR00026	3.2222	.69651	72
VAR00027	3.2639	.67120	72
VAR00028	3.5556	.57870	72
VAR00029	2.8194	.73784	72
VAR00030	3.0694	.73784	72
VAR00031	2.9861	.70197	72
VAR00032	2.4583	.69073	72
VAR00033	3.2500	.70711	72
VAR00034	3.1528	.62031	72
VAR00035	3.2639	.55647	72
VAR00036	2.8472	.70531	72
VAR00037	2.2361	.54367	72
VAR00038	2.2917	.63772	72
VAR00039	3.1528	.66417	72
VAR00040	3.2361	.70197	72
VAR00041	2.6111	.64032	72
VAR00042	2.8194	.79304	72
VAR00043	3.3333	.65003	72
VAR00044	2.9722	.80443	72
VAR00045	3.1389	.58876	72
VAR00046	2.9028	.77204	72
VAR00047	2.9167	.59930	72
VAR00048	3.4167	.57531	72
VAR00049	2.9444	.62549	72
VAR00050	3.3750	.59191	72
VAR00051	3.2639	.76900	72
VAR00052	3.1806	.71850	72

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	155.3194	156.587	.429	.872
VAR00002	155.9306	153.361	.473	.871
VAR00003	155.7917	157.322	.346	.873
VAR00004	155.7639	156.127	.397	.872
<u>VAR00005</u>	<u>156.1667</u>	<u>164.704</u>	<u>-.156</u>	<u>.880</u>
VAR00006	155.6806	154.643	.457	.871
VAR00007	155.4861	156.929	.340	.873
<u>VAR00008</u>	<u>155.4028</u>	<u>159.117</u>	<u>.251</u>	<u>.874</u>
VAR00009	155.5417	157.294	.340	.873
VAR00010	155.8611	156.628	.303	.874
<u>VAR00011</u>	<u>156.2222</u>	<u>157.612</u>	<u>.230</u>	<u>.875</u>
VAR00012	155.4861	155.634	.425	.872
<u>VAR00013</u>	<u>156.2500</u>	<u>158.866</u>	<u>.202</u>	<u>.875</u>
VAR00014	155.3611	156.685	.420	.872
<u>VAR00015</u>	<u>155.6250</u>	<u>160.688</u>	<u>.100</u>	<u>.876</u>
<u>VAR00016</u>	<u>156.0417</u>	<u>157.111</u>	<u>.293</u>	<u>.874</u>
<u>VAR00017</u>	<u>155.8750</u>	<u>157.097</u>	<u>.241</u>	<u>.875</u>
VAR00018	155.7361	154.028	.394	.872
<u>VAR00019</u>	<u>156.0278</u>	<u>158.140</u>	<u>.210</u>	<u>.875</u>
VAR00020	156.0278	156.647	.350	.873
VAR00021	155.7917	154.195	.504	.871
VAR00022	155.4583	157.125	.338	.873
<u>VAR00023</u>	<u>156.0833</u>	<u>160.106</u>	<u>.094</u>	<u>.877</u>
VAR00024	155.5694	153.206	.527	.870
VAR00025	155.8472	156.807	.320	.873
<u>VAR00026</u>	<u>155.6389</u>	<u>159.783</u>	<u>.129</u>	<u>.876</u>
VAR00027	155.5972	155.343	.403	.872
VAR00028	155.3056	155.877	.438	.872
VAR00029	156.0417	156.350	.306	.874
VAR00030	155.7917	154.590	.404	.872
VAR00031	155.8750	154.702	.421	.872
<u>VAR00032</u>	<u>156.4028</u>	<u>159.512</u>	<u>.146</u>	<u>.876</u>
VAR00033	155.6111	156.495	.314	.873
VAR00034	155.7083	152.435	.635	.869
VAR00035	155.5972	155.962	.451	.872

VAR00036	156.0139	154.915	.406	.872
<u>VAR00037</u>	<u>156.6250</u>	<u>159.562</u>	<u>.196</u>	<u>.875</u>
VAR00038	156.5694	153.742	.531	.870
VAR00039	155.7083	153.590	.517	.870
VAR00040	155.6250	153.674	.481	.871
VAR00041	156.2500	155.739	.400	.872
<u>VAR00042</u>	<u>156.0417</u>	<u>159.477</u>	<u>.122</u>	<u>.877</u>
VAR00043	155.5278	156.450	.349	.873
<u>VAR00044</u>	<u>155.8889</u>	<u>164.551</u>	<u>-.129</u>	<u>.881</u>
VAR00045	155.7222	157.556	.314	.873
<u>VAR00046</u>	<u>155.9583</u>	<u>158.097</u>	<u>.198</u>	<u>.875</u>
VAR00047	155.9444	156.729	.364	.873
VAR00048	155.4444	155.828	.445	.872
<u>VAR00049</u>	<u>155.9167</u>	<u>160.556</u>	<u>.101</u>	<u>.876</u>
VAR00050	155.4861	155.577	.448	.872
VAR00051	155.5972	154.385	.396	.872
VAR00052	155.6806	152.051	.563	.869

Item yang tidak valid sebanyak 16 item yaitu No : 5, 8, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 23, 26, 32, 37, 42, 44, 46, 49.

#### Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
158.8611	162.544	12.74927	52

## Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

### Scale: Dukungan Sosial

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	72	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	72	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.889	55

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.3611	.53879	72
VAR00002	3.3333	.60514	72
VAR00003	2.9861	.54367	72
VAR00004	3.3750	.56761	72
VAR00005	3.0000	.58140	72
VAR00006	3.0556	.90209	72
VAR00007	2.9167	.72675	72
VAR00008	3.0139	.61651	72
VAR00009	2.7222	.69651	72
VAR00010	3.3750	.70085	72
VAR00011	3.6389	.58876	72
VAR00012	3.4306	.60109	72
VAR00013	3.0694	.69862	72
VAR00014	3.4583	.57989	72

VAR00015	3.5417	.62658	72
VAR00016	3.1389	.71809	72
VAR00017	3.2639	.62783	72
VAR00018	3.2500	.66608	72
VAR00019	3.2361	.72176	72
VAR00020	2.7639	.86388	72
VAR00021	3.2917	.70085	72
VAR00022	3.4861	.60498	72
VAR00023	3.5417	.55507	72
VAR00024	3.2083	.62658	72
VAR00025	3.2361	.66062	72
VAR00026	3.3889	.57053	72
VAR00027	2.8472	.70531	72
VAR00028	2.6528	.75358	72
VAR00029	3.6111	.59471	72
VAR00030	3.2222	.56224	72
VAR00031	2.9444	.60255	72
VAR00032	3.0417	.72067	72
VAR00033	3.0417	.42584	72
VAR00034	3.3750	.59191	72
VAR00035	3.1667	.58140	72
VAR00036	3.1111	.61794	72
VAR00037	3.2778	.53661	72
VAR00038	3.2361	.66062	72
VAR00039	3.0694	.61269	72
VAR00040	3.0139	.59323	72
VAR00041	3.1944	.46387	72
VAR00042	3.1250	.67003	72
VAR00043	2.8611	.63480	72
VAR00044	3.1528	.66417	72
VAR00045	3.2639	.55647	72
VAR00046	3.0833	.64459	72
VAR00047	3.4306	.57718	72
VAR00048	3.2778	.45105	72
VAR00049	2.8194	.67816	72
VAR00050	3.0278	.76861	72
VAR00051	3.7639	.48912	72
VAR00052	2.6111	.64032	72
VAR00053	3.4722	.58073	72
VAR00054	2.4306	.64625	72

VAR00055	3.4306	.64625	72
----------	--------	--------	----

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
<u>VAR00001</u>	<u>171.2778</u>	<u>171.133</u>	<u>.189</u>	<u>.889</u>
<u>VAR00002</u>	<u>171.3056</u>	<u>169.257</u>	<u>.284</u>	<u>.888</u>
VAR00003	171.6528	168.878	.348	.887
<u>VAR00004</u>	<u>171.2639</u>	<u>169.831</u>	<u>.266</u>	<u>.888</u>
<u>VAR00005</u>	<u>171.6389</u>	<u>171.952</u>	<u>.118</u>	<u>.890</u>
<u>VAR00006</u>	<u>171.5833</u>	<u>172.585</u>	<u>.029</u>	<u>.893</u>
<u>VAR00007</u>	<u>171.7222</u>	<u>168.739</u>	<u>.256</u>	<u>.888</u>
<u>VAR00008</u>	<u>171.6250</u>	<u>171.449</u>	<u>.140</u>	<u>.890</u>
<u>VAR00009</u>	<u>171.9167</u>	<u>170.810</u>	<u>.154</u>	<u>.890</u>
VAR00010	171.2639	166.253	.407	.886
<u>VAR00011</u>	<u>171.0000</u>	<u>170.930</u>	<u>.183</u>	<u>.889</u>
VAR00012	171.2083	166.139	.490	.885
VAR00013	171.5694	166.840	.375	.887
VAR00014	171.1806	167.671	.405	.886
<u>VAR00015</u>	<u>171.0972</u>	<u>169.103</u>	<u>.282</u>	<u>.888</u>
VAR00016	171.5000	165.324	.447	.886
VAR00017	171.3750	168.801	.300	.888
VAR00018	171.3889	166.410	.421	.886
VAR00019	171.4028	166.695	.369	.887
<u>VAR00020</u>	<u>171.8750</u>	<u>171.210</u>	<u>.095</u>	<u>.892</u>
<u>VAR00021</u>	<u>171.3472</u>	<u>169.216</u>	<u>.241</u>	<u>.889</u>
VAR00022	171.1528	165.033	.559	.884
VAR00023	171.0972	163.835	.700	.883
VAR00024	171.4306	165.685	.497	.885
VAR00025	171.4028	164.751	.525	.885
VAR00026	171.2500	166.331	.505	.885
VAR00027	171.7917	166.195	.407	.886
<u>VAR00028</u>	<u>171.9861</u>	<u>168.155</u>	<u>.275</u>	<u>.888</u>
VAR00029	171.0278	167.210	.425	.886
VAR00030	171.4167	167.599	.424	.886
<u>VAR00031</u>	<u>171.6944</u>	<u>169.849</u>	<u>.247</u>	<u>.888</u>
<u>VAR00032</u>	<u>171.5972</u>	<u>169.821</u>	<u>.200</u>	<u>.889</u>

VAR00033	171.5972	168.948	.448	.886
VAR00034	171.2639	167.380	.415	.886
VAR00035	171.4722	164.985	.587	.884
VAR00036	171.5278	163.041	.676	.883
VAR00037	171.3611	165.333	.614	.884
VAR00038	171.4028	167.371	.368	.887
<u>VAR00039</u>	<u>171.5694</u>	<u>169.770</u>	<u>.247</u>	<u>.888</u>
<u>VAR00040</u>	<u>171.6250</u>	<u>172.040</u>	<u>.109</u>	<u>.890</u>
VAR00041	171.4444	167.659	.518	.886
VAR00042	171.5139	166.817	.394	.886
VAR00043	171.7778	167.471	.379	.887
VAR00044	171.4861	165.831	.457	.886
VAR00045	171.3750	168.012	.400	.886
<u>VAR00046</u>	<u>171.5556</u>	<u>169.518</u>	<u>.248</u>	<u>.888</u>
<u>VAR00047</u>	<u>171.2083</u>	<u>170.590</u>	<u>.210</u>	<u>.889</u>
VAR00048	171.3611	170.234	.311	.888
VAR00049	171.8194	167.897	.326	.887
<u>VAR00050</u>	<u>171.6111</u>	<u>174.044</u>	<u>-.027</u>	<u>.893</u>
VAR00051	170.8750	169.040	.378	.887
<u>VAR00052</u>	<u>172.0278</u>	<u>170.281</u>	<u>.204</u>	<u>.889</u>
VAR00053	171.1667	165.972	.520	.885
VAR00054	172.2083	166.505	.430	.886
VAR00055	171.2083	166.646	.421	.886

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
174.6389	174.093	13.19443	55

Item yang tidak valid sebanyak 21 item yaitu no : 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 15, 20, 21, 28, 31, 32, 39, 40, 46, 47, 50, 52

## UJI NORMALITAS

### NPar Tests

#### Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Cofing Stress	72	113.2500	10.98238	94.00	142.00
DukunganSosial	72	109.7500	10.42039	88.00	131.00

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Cofing Stress	DukunganSosial
N		72	72
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	113.2500	109.7500
	Std. Deviation	10.98238	10.42039
	Absolute	.109	.099
Most Extreme Differences	Positive	.109	.079
	Negative	-.058	-.099
Kolmogorov-Smirnov Z		.924	.843
Asymp. Sig. (2-tailed)		.360	.476

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## UJI LINIERITAS

### Curve Fit

#### Model Description

Model Name		MOD_1
Dependent Variable	1	DukunganSosial
Equation	1	Linear
Independent Variable		Cofing Stress
Constant		Included
Variable Whose Values Label Observations in Plots		Unspecified

#### Case Processing Summary

	N
Total Cases	72
Excluded Cases <sup>a</sup>	0
Forecasted Cases	0
Newly Created Cases	0

a. Cases with a missing value in any variable are excluded from the analysis.

#### Variable Processing Summary

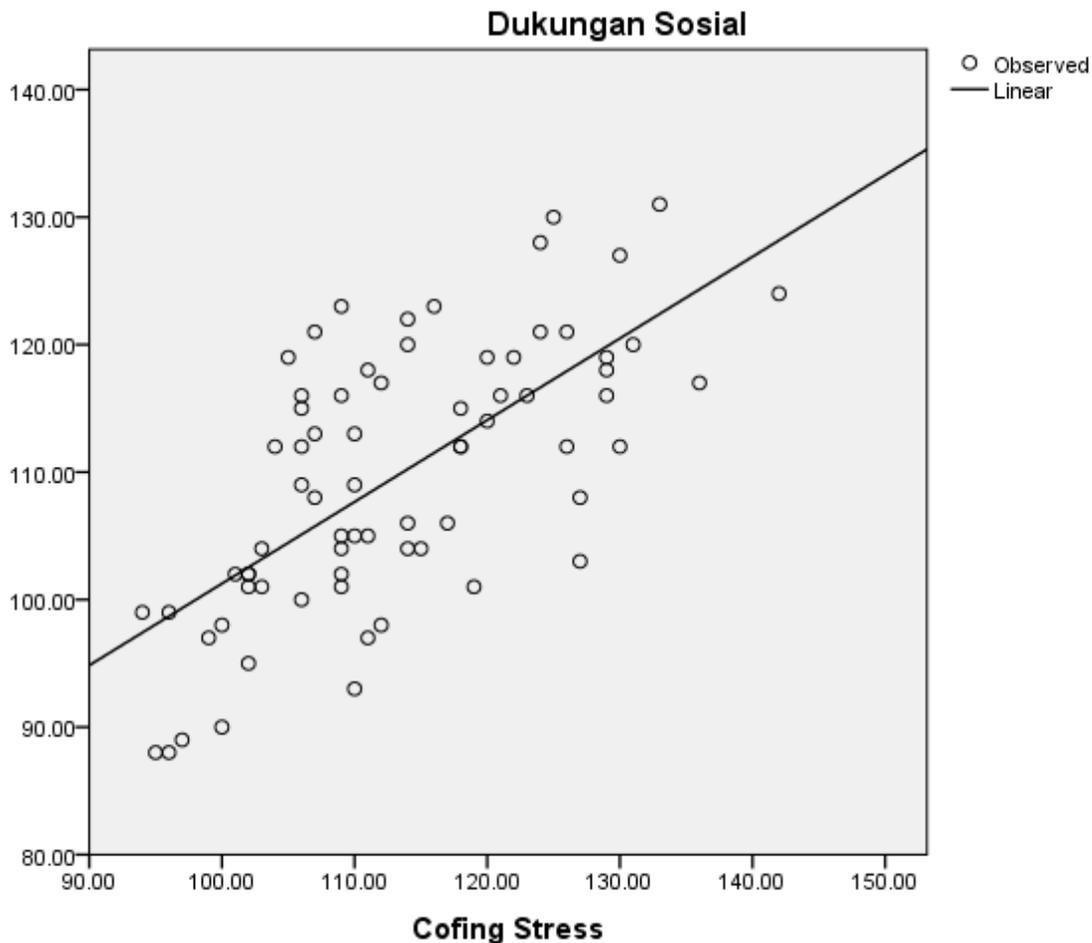
	Variables	
	Dependent	Independent
	DukunganSosial	Cofing Stress
Number of Positive Values	72	72
Number of Zeros	0	0
Number of Negative Values	0	0
Number of Missing Values	User-Missing	0
	System-Missing	0

**Model Summary and Parameter Estimates**

Dependent Variable: DukunganSosial

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.456	58.782	1	70	.000	37.153	.641

The independent variable is Cofing Stress.



## Descriptives

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Cofing Stress	72	94.00	142.00	8154.00	113.2500	10.98238	.405	.283	-.519	.559
DukunganSosial	72	88.00	131.00	7902.00	109.7500	10.42039	-.132	.283	-.655	.559
Valid N (listwise)	72									

## UJI EMPIRIK DAN UJI ANALISIS DATA PRODUCT MOMENT

### Correlations

		Cofing Stress	DukunganSosial
Cofing Stress	Pearson Correlation	1	.676**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	72	72
DukunganSosial	Pearson Correlation	.676**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	72	72

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

### Regression

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	DukunganSosial <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: Cofing Stress

b. All requested variables entered.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.676 <sup>a</sup>	.456	.449	8.15452

a. Predictors: (Constant), DukunganSosial

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3908.763	1	3908.763	58.782	.000 <sup>b</sup>
	Residual	4654.737	70	66.496		
	Total	8563.500	71			

a. Dependent Variable: Cofing Stress

b. Predictors: (Constant), DukunganSosial

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	35.103	10.238		3.429	.001
	DukunganSosial	.712	.093	.676	7.667	.000

a. Dependent Variable: Cofing Stress



Nomor : 05/DIR/B.IV/2018  
Perihal : Selesai Penelitian

Medan, 30 April 2018

Kepada Yth:  
**Dekan Fakultas Psikologi**  
**Universitas Medan Area**  
Di-

Tempat

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr.Wb

Kami Direktur Pesantren Ar-Raudlatul Hasanah Medan dengan ini menerangkan bahwa saudara :

Nama : Pinta Ito  
NIM : 14 860 0074  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Judul : "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Coping Stress pada Remaja di Pesantren Ar-Raudhatul Hasanah"

Telãh selesai melakukan penelitian di Pesantren Ar-Raudlatul Hasanah sesuai dengan yang direncanakan.

Demikian Surat Balasan ini kami buat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalam,

Direktur Pesantren  
Ar-Raudlatul Hasanah



H. Solehin Adin, S.Ag

# 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 : 706 /FPSI/01.10/IV/2018

Medan, 10 April 2018

Lampiran : -

Hal : Pengambilan Data

Yth, Direktur Pesantren Ar Raudhatul Hasanah  
Jl. Setia Budi No. 25, Simpang Selayang, Medan  
Tuntungan, Kota Medan 20135

Di

Tempat

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

Nama : Pinta Ito Harahap  
NPM : 14 860 0074  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

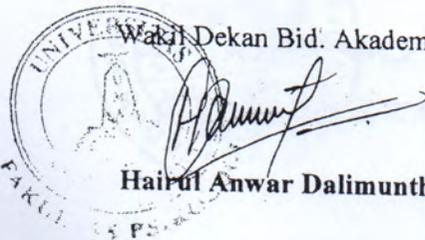
Untuk melaksanakan pengambilan data di **Pesantren Ar Raudhatul Hasanah Jl. Setia Budi No. 25, Simpang Selayang, Medan Tuntungan, Kota Medan 20135** guna penyusunan skripsi yang berjudul "**Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Coping Stress pada Remaja di Pesantren Ar Raudhatul Hasanah**".

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 **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Pesantren** yang Bapak/Ibu pimpin.

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

Wakil Dekan Bid. Akademik,



**Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Si**

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip

## Daftar pustaka

- Babun Suharto (2011), *Dari Pesantren Untuk Umat: Reiventing Eksistensi Pesantren di Era Globalisasi* : Surabaya
- Bart, Smet, (1994). Psikologi Kesehatan.PT. gamedia Widiasarana Indonesia. Jakarta.
- Carver, C.S, Scheier,M.,& Weintraub, J K. (1989). *Assessing coping strategies: A theoretically based approach*. journal of personality and Social Psychology, 56 (2), 267-283. (diakses Tanggal 10 November 2017)
- Cahyono,dkk.2002. *Kecendrungan Sotimasi ditinjau dari Sense Of Humor dan kemampuan menyelesaikan masalah*. Jurnal indigenou,6.2147-158 (diakses Tanggal 10 November 2017)
- Chaplin, J.P 2006. Kamus Lengkap Psikology. (Kartini, Kartoni). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Dagun, Save M.2006. Kamus Besar Ilmu Pengetahuan. Jakarta: Lembaga pengkajian Kebudayaan Nusantara (LPKN).
- Gunarsa, Singgih D & Yuni Singgih D. Gunarsa. (1989). Psikologi Untuk Keluarga. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hartanti, 2002. *Sense of humor dan Dukungan Sosial Pada Tingkat Depresi Penderita Dewasa Pascastroke*. Anima: Indonesia Psychological jurnal.
- Hazel and Derks P, (2001) Use of humor as a coping mechanism, psychological adjustment, and social interaction.
- Hurlock, Elizabeth.B. 1980. *Perkembangan, Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Indirawati, E. 2006. *Hubungan Antara Kematangan Ber agama dengan Kecendrungan Strategi Coping*. Jurnal Indigenou. Vol. 3, No. 2, Desember 2006. Surakarta : Fakultas Psikologi UMS. (diakses Tanggal 10 November 2017)
- Indrawanto, Nugraha. 2007. *Hubungan antara Efikasi Diri dan Sense Of Humor dengan Partipasi kerja Karyawan*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas muhammadiyah Surakarta Universitas Airlangga Surabaya.
- Jaya, Kusnaidi (2017). Keperawatan Jiwa. PT. Binapura Aksara. Pamulang. Tangerang Selatan.

- Jones. Rachel Lynn. 2006. *The Effects of Principals' Humr Orientation And Principals' Comunaicao Competence On Principals' Leadership Effectivenes As Preceived By Theacher*. Disertai: The Graduetew Faculty of The University Of Akron.
- Kartono, Kartini. 2005. *Teori Kepribadian*. Bandung: Mandar Maju
- Kamaryatun & Hanna Djumhara B. 2008> Gifted Review. *Jurnal Keberbakatan dan Kreativitas. Hubungan Antara Rasa Humor dengan Kreativitas Verbal Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UI angkatan 2003*.
- Lazarus, 1976. *Pattern of Adjustment*. Mc Graw Hill Inc
- \_\_\_\_\_, 1999. *Stress and Emotions, a new synthesis*. Springer Publishing Company, Inc
- \_\_\_\_\_, 2006. *Coping With Aging*. Oxford University Press.
- Lubis, N.L., & Hasnida, (2009), *Dukungan Sosial Pada Pasien Kanker, Perlukah?*. Medan : USU Press
- Martin, R. A. & Lefcoutr, H. M. 1983. Sense of Humor as a Moderator of Relation Between Stressors and Moods. *Jurnal of Personality and Social Psychology*, Vol 45, No 6. 1313-1324.
- Mukti Ali (1989), *Pendidikan terbaik ada di pesantren, sedang pengajaran terbaik ada disekolah/madrasah*. : Yogyakarta
- Nazifah, Siti. 2008. *Hubungan Sense Of Humor Dengan Tingkat Depresi Pada Penderita HIV / AIDS*. Skripsi (Tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi.
- Pergament, Kenneth I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping Theory Research, Practice*. Guilford Press : New York.
- Santrock, J.W.2002. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup (edisi kelima)* (Penerj. Achmad Chusairi, Juda Damanik; Ed. Herman Sinaga, Yati Sumirhati). Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc.
- Sarason, I.G., Levine, H.M., Basham, R.B & Sarason, B.R. (1983). *Assesing Social. Support : The Social Support Questionnaire*. *Journal of Personality and Social. Psychology*.
- Sri Kuntjoro, Zainuddin. (2002). *Komitmen Organisasi*. Didownload dari [www.ePsikologi.com](http://www.ePsikologi.com) diakses tanggal 11 Maret 2018.
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta

- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta
- Suryabrata, Sumadi. 1998. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- \_\_\_\_\_, (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- \_\_\_\_\_, (2005). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Suryabrata, S. 2013. *Metode Penelitian*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Taylor, E Shelley. 2003. *Health Psychology. International Edition : North America*.
- Yasmadi (2005), *Modernisasi Pesantren: Kritik Nurcholish Madjid Terhadap Pendidikan Islam Tradisional* : Jakarta