

PENGEMBANGAN SKALA *COPING STRESS* AKADEMIK PADA SISWA SMA

SKRIPSI

**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Bimbingan Konseling**

**Oleh :
Putu Febry Shaputra
NIM. 1811011037**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

2023

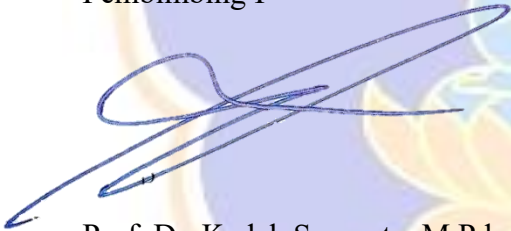
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS – TUGAS DAN MEMENUHI
SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN BIMBINGAN
KONSELING**

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof, Dr, Kadek Suranata, M.Pd., Kons
NIP. 198208162008121002

Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd
NIP. 198605192008122003

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh Putu Febry Shaputra telah dipertahankan di depan dewan penguji,

Pada

Hari : Senin

Tanggal : 18 September 2023

Dewan Penguji



Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd

Penguji I

NIP. 198501232008122004



Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd

Penguji II

NIP. 199202162019032021



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons

Penguji III

NIP. 198208162008121002



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd

Penguji IV

NIP. 198605192008122003

Diterima oleh panitia ujian Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Pada :


Hari : Senin

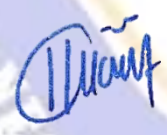
Tanggal : 18 september 2023

Mengetahui,

Ketua Ujian



Sekretaris Ujian


Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd.,Kons
NIP. 198208162008121002


Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd
NIP. 198501232008122004

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198507052010121007

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “**Pengembangan Skala Coping Stress Akademik Pada Siswa SMA**” beserta seluruh isinya adalah benar – benar karya saya sendiri dan tidak menjiplak atau mengutip dengan cara – cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 06 Februari 2024

Membuat Pernyataan



Putu Febry Shaputra



PRAKATA

Kami ingin menyatakan rasa terima kasih dan apresiasi kami kepada Ida Sang Hyang Widi Wasa Tuhan Yang Maha Esa atas anugerah dan berkah-Nya yang memungkinkan kami menyelesaikan skripsi berjudul "Pengembangan Skala Coping Stress Akademik pada Siswa SMA" sesuai dengan tenggat waktu yang telah ditentukan.

Skripsi ini terdiri dari beberapa bab. Bab I berisi tentang pendahuluan, termasuk latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, tujuan, dan manfaat penelitian. Bab II membahas kajian pustaka mengenai variabel Coping Stress dan kerangka berfikir yang digunakan dalam penelitian ini. Bab III merincikan metode penelitian, termasuk rancangan penelitian, desain analisis, populasi dan sampel, prosedur pelaksanaan penelitian, metode pengumpulan data, dan metode analisis data. Bab IV berisi deskripsi data, hasil penelitian, pembahasan, dan implikasi penelitian. Terakhir, Bab V berisi rangkuman, simpulan, dan saran.

Kami juga ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini.

1. Bapak Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons yang menjabat selaku Wakil Dekan 1 FIP UNDIKSHA sekaligus sebagai pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu di tengah – tengah kesibukan beliau untuk memberikan bimbingan, nasehat, petunjuk serta arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
2. Ibu Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu di tengah – tengah kesibukan beliau untuk memberikan bimbingan, nasehat, petunjuk serta arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
3. Bapak/Ibu dosen beserta staf pegawai di Prodi BK yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan bakal pengetahuan, bimbingan dan nasehat-nasehat yang sangat bermanfaat dalam memperlancar penyusunan skripsi.
4. Ibu Kepala Sekolah SMA LAB UNDIKSHA beserta Staff dan seluruh guru BK dan pegawai yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian serta

menyediakan waktu dan tempat guna memperoleh hasil penelitian sehingga tugas ini dapat selesai dengan baik.

5. Siswa-siswi Kelas XII SMA LAB UNDIKSHA atas segala bantuan dan kerjasamanya selama mengadakan penelitian.
6. Seluruh keluarga saya terutama Ayah dan Ibu, dan Kakak yang telah memberikan doa dan dukungan, dukungan kalian yang luar biasa telah membuat saya terus bersemangat dalam menyelesaikan studi di jurusan ini. Hidupku untuk membahagiakan dan membuat bangga kalian semua.
7. Teruntuk kamu terimakasih sudah menemani dan selalu memberikan semangat yang luar biasa.

Penulisan skripsi ini tidaklah mudah, dan banyak tantangan yang harus dihadapi. Namun, dengan dukungan dan kerjasama dari semua pihak yang disebutkan di atas, kami berhasil menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi dunia pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan lebih lanjut. Segala kritik dan saran yang membangun sangat kami harapkan demi perbaikan dan pengembangan penelitian ini di masa mendatang.

Akhir kata, semoga prakata ini dapat menjadi ungkapan rasa terima kasih kami yang tulus dan menggambarkan peran semua pihak yang telah turut berperan dalam penyelesaian skripsi ini.

Singaraja, 21 Juli 2023

Putu Febry Shaputra
NIM. 1811011037

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	v
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i>	v
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Perumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAR TEORI DAN PERUMUSAN HIPOTESIS	7
2.1 Deskripsi Teori	7
2.1.1 Pengertian <i>Coping</i> dan <i>Stress</i>	7
2.1.2 Penyebab <i>Stress</i>	9
2.1.3 Tahapan <i>Stress</i>	10
2.1.4 <i>Coping stress</i>	11
2.1.5 Jenis – Jenis <i>Coping stress</i>	13
2.1.6 Proses Terjadinya <i>Coping</i>	15
2.1.7 Fungsi <i>Coping stress</i>	15
2.2 Kajian Hasil Penelitian Yang Relevan.....	18
2.3 Kerangka Berfikir.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	20
3.1 Rancangan Penelitian	20
3.2 Populasi Penelitian.....	22

3.3	Sampel Penelitian.....	22
3.4	Variabel Penelitian dan Definisi Variabel.....	23
3.4.1	Identifikasi Variabel.....	23
3.4.2	Definisi Variabel (Konsep dan Operasional)	23
3.5	Metode pengumpulan data dan Instrumen	24
3.5.1	Metode Pengumpulan Data.....	24
3.5.2	Intrumen	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		29
4.1	Deskripsi Data	29
4.1.1	Deskripsi Data Uji Validasi Teoritik.....	29
4.1.2	Deskripsi Data Uji Validasi Item	30
4.1.3	Deskripsi Data Angket <i>Coping Stress</i>	37
4.1.4	Deskripsi Data Uji Konkuren.....	38
4.1	Pengujian Prasyarat Analisis.....	40
4.1.1	Uji Reliabilitas	40
4.1.2	Uji Validitas Konkuren	40
4.2	Kelebihan, Kekurangan dan keterbatasan Serta Implikasi	41
4.2.1	Kelebihan dan Kekurangan	41
4.2.2	Keterbatasan.....	43
4.2.3	Implikasi.....	43
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		46
5.1	Simpulan	46
5.2	Saran	46
DAFTAR PUSTAKA		48
LAMPIRAN		50

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	28
Tabel 4.2	29
Tabel 4.3	30
Tabel 4.4	31
Tabel 4.5	32
Tabel 4.6	33
Tabel 4.7	34
Tabel 4.8	35
Tabel 4.9	36
Tabel 4.10	36
Tabel 4.11	37
Tabel 4.12	39
Tabel 4.13	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	29
Gambar 4.2	37
Gambar 4.3	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi – Kisi Instrumen	49
Lampiran 2 Data Angket Coping Stress Akademik	50
Lampiran 3 Data Angket DAS-21	51

