

**PROBLEM FOCUSED COPING DAN DUKUNGAN
SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI
PADA SISWA SMA**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh :

SYAVIRA NUR KAMILA

41183507200073

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : *Problem Focused Coping* dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Siswa SMA.

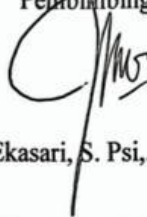
Penyusun : Syavira Nur Kamila

NPM : 41183507200073

Bekasi, 28 November 2024

Menyetujui:

Pembimbing



Dra. Agustina Ekasari, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Mengetahui:

Ketua Program Studi.



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

HALAMAN PENGESAHAN

Problem Focused Coping dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis
Pada Siswa SMA



Dipersiapkan dan disusun oleh:

Syuvira Nur Kamila

41183507200073

Telah diajukan dihadapan Dewan Penguji

Pada Tanggal: 28 November 2024

Dan telah dinyatakan Lulus/ditshkan

Di Universitas Islam "45" Bekasi

Pada Tanggal: 28 November 2024

Dewan Penguji:

1. Ketua : Ibu Magdalena Harum, S.Psi.,M.Psi., Psikolog.
2. Sekretaris : Ibu Lucky Purwantini, S.Psi.,M.A
3. Anggota : 1. Ibu Alfiana Jodah Muelimah, S.Psi.,M.Psi., Psikolog
2. Ibu Agustina Ekasari, S.Psi.,M.Psi., Psikolog

(*Alma*)

(*Lucky*)

(*Alfiana*)

(*Agustina*)

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Penyusun : Syavira Nur Kamila

NPM : 41183507200073

Judul Skripsi : *Problem Focused Coping* dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Siswa SMA.

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana), baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri yang di bimbing oleh dosen pembimbing skripsi yang di tentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. Fabrikasi, yaitu data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat, dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian.
 - b. Faksifikasi, yaitu perubahan data dengan maksud sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data peneliti) yaitu manipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian.
 - c. Plagiarism, pencurian gagasan pemikiran, proses objek dan hasil penelitian ini, baik dalam bentuk kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas, dana atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karta tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan dalam daftar Pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dan serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi

Bekasi, 28 November 2024



Syavira

Syavira Nur Kamila
41183507200073

HALAMAN RIWAYAT HIDUP

A. Data Diri

1. Nama : Syavira Nur Kamila
2. Tempat Tanggal Lahir : Bekasi, 11 November 2000
3. Alamat : Jalan Raya Pondok Timur Indah
no.02, RT003/010, Jatimulya,
Bekasi
4. No Hp : 088213825219
5. Nama Orang tua
Ayah : Edy Darma Wijaya
Ibu : Reny Anggraini
6. Email : virakamila19@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

No	Nama Sekolah	Tahun
1	TK Islam Al-Amin	2005-2006
2	SDN Jatimulya 01	2006-2012
3	SMPN 4 Tambun Selatan	2012-2015
4	SMAN 6 Tambun Selatan	2015-2018
5	Universitas Islam 45 Bekasi	2020-2024

HALAMAN MOTTO

Berani yang benar adalah berani dengan ilmu. Jika kail panjang sejengkal, tentu tidak berupaya menduga laut

(Buya Hamka)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan Syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayahnya sehingga penulis bisa menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “*Problem Focused Coping dan Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Siswa SMA*”. Dan tak lupa sholawat serta salam diberikan kepada junjungan Nabi besar kita Nabi Muhammad SAW, yang sudah membawa kita dari zaman ke gelapan menuju zaman yang terang benderang.

Penyusunan skripsi ini dilakukan dengan maksud untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian Tingkat sarjana Strata Satu (S1) pada program studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Islam 45 Bekasi. Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bantuan, bimbingan, dan semangat yang diberikan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Agustina Ekasari, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing utama atas segala bimbingan, arahan, serta semangat yang diberikan kepada peneliti. Rasa hormat dan bangga bisa menjadi mahasiswa bimbingan ibu.
2. Ibu Novita Dian Iva P, S. Psi., M. Psi. selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi.
3. Ibu Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M. Psi dan Ibu Lucky Purwantini, S.Psi., M. A selaku dosen penguji
4. Ibu Magdalena Hanoum, S. Psi., M. Psi. selaku dosen pembimbing akademik yang telah mengarahkan peneliti dari semester awal hingga semester akhir.
5. Bapak Drs. Yanto Supriyanto, M. Si., Selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam 45 Bekasi

6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan ilmu serta pengalaman yang berharga selama peneliti menuntut ilmu.
7. Ibu Wahyuni, S. Pd., M. Pd. Selaku Wakil Kepala Sekolah SMA Negeri 6 Tambun Selatan. Yang menerima serta membantu peneliti selama melaksanakan penelitian di SMA Negeri 6 Tambun Selatan.
8. Ibu Septiani, S. Pd., M. Pd. Selaku guru aktif di SMA Negeri 6 Tambun Selatan yang membantu peneliti melaksanakan Penelitian di SMA 6 Tambun Selatan.
9. Terimakasih kepada Orang tua peneliti yaitu Bapak Edy Darma Wijaya dan Ibu Reny anggrainy. terimakasih peneliti berikan sebesar-besarnya atas segala bentuk bantuan dan doa yang diberikan selama peneliti mengerjakan skripsi.
10. Terimakasih kepada Suami dan anak ku tercinta Delviandri dan Koa Hawari Gibrano yang turut memberikan support,serta doa kepada peneliti sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini.
11. Terimakasih kepada Cut Della Savinka Boestami, S. H. yang telah mensupport peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih atas segala bentuk dukungan, doa dan bantuan yang telah diberikan untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

Bekasi, 18 November. 2024

Penulis

Syavira Nur Kamila

41183507200073

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN RIWAYAT HIDUP	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	6
C. TUJUAN PENELITIAN	6
D. MANFAAT PENELITIAN	6
BAB II.....	9
A. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
B. KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS.....	9
1. Definisi Kesejahteraan Psikologis	9
2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis	10
3. Faktor Kesejahteraan Psikologis.....	11
C. <i>PROBLEM FOCUSED COPING</i>	13
1. Definisi <i>Problem Focused Coping</i>	13
2. Dimensi <i>Problem Focused Coping</i>	14
3. Faktor <i>Problem Focused Coping</i>	15
D. DUKUNGAN SOSIAL	17
1. Definisi Dukungan Sosial.....	17
2. Dimensi Dukungan Sosial.....	18
3. Faktor Dukungan Sosial	20
B. Kerangka Berpikir	21
C. Hipotesis.....	24
D. Orisinalitas Penelitian Yang Akan Dilakukan	24

BAB III	31
METODE PENELITIAN.....	31
A. DESAIN PENELITIAN	31
B. Identifikasi dan Operasioal Variabel	31
1. Identifikasi Variabel	31
2. Definisi Konseptual.....	32
3. Definisi Operasional.....	33
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian.....	34
1. Subjek Penelitian	34
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	34
3. Tempat dan Waktu Penelitian	36
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
1. Wawancara	36
2. Skala Pengukuran Psikologi.....	37
E. Teknik Analisi Data.....	53
1. Teknik Deskriptif	53
2. Teknik Pengujian Asumsi	55
3. Teknik Pengujian Hipotesis	58
F. Etika Penelitian	60
BAB IV	61
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	61
B. Deskripsi Subjek Penelitian	62
1. Kategorisasi Berdasarkan Jurusan	62
2. Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin	62
3. Kategorisasi Berdasarkan Ekstrakurikuler	63
4. Kategorisasi Berdasarkan Kepengurusan Organisasi.....	64
5. Kategorisasi Berdasarkan Kegiatan Non-Akademik di Luar Sekolah.....	65
6. Kategorisasi Berdasarkan Bimbingan Belajar	65
C. Deskripsi Variabel Penelitian	65
1. Problem Focused Coping.....	66
2. Dukungan Sosial	66
3. Kesejahteraan Psikologi	66
D. Hasil Penelitian	67
1. Pengaruh Problem Focused Coping dan Kesejahteraan Psikologis	67
2. Pengaruh Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis.....	68
3. Pengaruh antara Problem Focused Coping dan Dkungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis.....	68
E. Diskusi.....	70
F. Keterbatas Penelitian	74

BAB V	75
KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian	27
Tabel 2. Teknik Pengambilan Sampel.....	35
Tabel 3. Waktu Penelitian	36
Tabel 4. Skala <i>Problem Focused Coping</i> dan Dukungan Sosial.....	38
Tabel 5. Skala Kesejahteraan Psikologi.....	39
Tabel 6. Skala Blueprint <i>Problem Focused Coping</i>	39
Tabel 7. Skala Blueprint Dukungan Sosial.....	40
Tabel 8. Skala Blueprint Kesejahteraan Psikologi.....	41
Tabel 9. Hasil Ekspert Judgement Kesejahteraan Psikologi	43
Tabel 10. Hasil Ekspert Judgement <i>Problem Focused Coping</i>	43
Tabel 11. Hasil Ekspert Judgement Dukungan Sosial	44
Tabel 12. Blueprint Kesejahteraan Psikologi.....	44
Tabel 13. Blueprint <i>Problem Focused Coping</i>	45
Tabel 14. Blueprint Dukungan Sosial.....	46
Tabel 15. Tingkat Reabilitas Berdasarkan Nilai Alpha	47
Tabel 16. Hasil Uji Realibilitas <i>Problem Focused Coping</i>	47
Tabel 17. Hasil Uji Realibilitas Dukungan Sosial.....	48
Tabel 18. Hasil Uji Realibilitas Kesejahteraan Psikologi.....	48
Tabel 19. Rumus Kategorisasi	49
Tabel 20. Kategorisasi Variabel Penelitian	49
Tabel 21. Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian	50
Tabel 22. Hasil Uji linearitas.....	52
Tabel 23. Koefien Korelasi	53
Tabel 24. Jurusan Subjek Penelitian	56
Tabel 25. Jenis Kelamin Subjek Penelitian	57
Tabel 26. Ekstrakurikuler Subjek.....	58
Tabel 27. Kepengurusan Organisasi.....	58
Tabel 28. Kegiatan Non-Akademik.....	59
Tabel 29. Bimbingan Belajar	60
Tabel 30. Deskripsi Variabel Penelitian.....	60
Tabel 31. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman Problem Focused Coping</i> dan Kesejahteraan Psikologi.....	61
Tabel 32. Hasil Uji Korelasi <i>Rank Spearman Dukungan Sosial</i> dan Kesejahteraan Psikologi.....	62
Tabel 33. Hasil Uji Regresi Linear Berganda	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	24
Gambar 2. Orisinalitas Penelitian	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Cek Plagiarisme Turnitin	79
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian dari Universitas.....	80
Lampiran 3 Surat Persetujuan dari Lokasi Penelitian.....	81
Lampiran 4 Lembar Bimbingan Skripsi	82
Lampiran 5 Form Matriks Tabel Revisi Seminar Hasil	83
Lampiran 6 Hasil Analisis Expert Judgement	84
Lampiran 7 Hasil Analisis Statistik Deskriptif	89
Lampiran 8 Hasil Analisis Uji Asumsi	90
Lampiran 9 Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas.....	91
Lampiran 10 Hasil Analisis Uji Hipotesis	94
Lampiran 11 Hasil Panduan Wawancara	96
Lampiran 12 Hasil Wawancara Verbatim	102
Lampiran 13 Hasil Data Demografi subjek	195

PROBLEM FOCUSED COPING DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA SISWA SMA

Syavira Nur Kamila¹, Agustina Ekasari²

Universitas Islam “45” Bekasi

ABSTRACT

This research is motivated by the importance of problem-focused coping and social support in relation to the psychological well-being of students. The purpose of this study is to determine the relationship between problem-focused coping and social support on students' psychological well-being.

This study is a quantitative, correlational research with the subjects being 12th-grade students of SMA Negeri 6 Tambun Selatan. The sampling technique used was cluster random sampling. Data collection was done using psychological scales, namely the Problem-Focused Coping Scale, the Social Support Scale, and the Psychological Well-Being Scale. Based on the research findings, it can be concluded that there is a positive and significant relationship between problem-focused coping and psychological well-being with $r = 0.395$ ($p = 0.000$). There is also a positive and significant relationship between social support and psychological well-being with $r = 0.373$ ($p = 0.000$).

The results of the multiple linear regression test showed that problem-focused coping and social support explained 19.1% of the variance in psychological well-being, while the remaining variance was influenced by other factors not examined in this study.

ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakang oleh pentingnya *problem focused coping* dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologi pada siswa. dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *problem focused coping* dan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologi siswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, korelasional dengan subjek 205 siswa/siswi kelas 12 di SMA Negeri 6 Tambun Selatan.

Teknik sampling yang digunakan cluster random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologi, *problem focused coping*, dukungan sosial, *Psychological Well-being scale*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara *problem focused coping* dan kesejahteraan psikologi dengan $r = 0,395$ ($p=0,000$). terdapat hubungan positif signifikan antara *problem focused coping* dukungan sosial dan kesejahteraan psikologi dengan $r=0,373$ ($p=0,000$).

Hasil uji regresi linear berganda antara *problem focused coping* dan dukungan social terhadap kesejahteraan psikologi 19,1% sedangkan sisanya di pengaruhi oleh factor lain.

Kata kunci : *Problem focused coping*, dukungan social, dan kesejahteraan psikologis.