

**HUBUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING*
DENGAN STRES DALAM MENGHADAPI SIDANG
PROYEK AKHIR ARSITEKTUR PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR PRODI ARSITEKTUR
UNIKA SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

SKRIPSI

ELISABETH PUTRIE PRATAMA WIDIA NINGTIAS

10.40.0150



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2016**

**HUBUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING*
DENGAN STRES DALAM MENGHADAPI SIDANG
PROYEK AKHIR ARSITEKTUR PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR PRODI ARSITEKTUR
UNIKA SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**ELISABETH PUTRIE PRATAMA WIDIA NINGTIAS
10.40.0150**



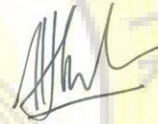
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna Memeroleh
Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal
27 Juli 2016

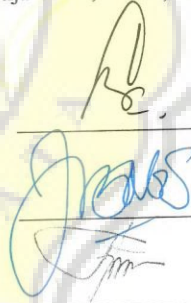
Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Dekan,



(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

Dewan Penguji:

1. Damasia Linggarjati Novi, S.Psi., MA
2. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS
3. Drs. Y. Sudiantara, Bth, M.S



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini kupersembahkan untuk

Tuhan Yesus Kristus,

Kedua orang tuaku,


Sahabat dan teman-temanku,

Serta untuk semua orang yang telah

Memberikan dukungan penuh

serta doa untukku.

MOTTO

The logo of Universitas Katolik Soegijapranata is a yellow shield with a scalloped border. Inside the shield, there is a stylized figure of a person with arms raised, holding a book. The text "UNIVERSITAS KATOLIK" is written along the top edge of the shield, and "SOEGIJAPRANATA" is written along the bottom edge.

*“Memulai dengan penuh keyakinan
Menjalankan dengan penuh keikhlasan
Menyelesaikan dengan penuh kebahagiaan.”*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti haturkan sebanyak-banyaknya kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat yang telah diberi-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Peneliti menyadari bahwa banyak sekali kekurangan dan kelemahan dalam penelitian skripsi ini, sehingga tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.

Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu hingga penelitian skripsi ini selesai. Dengan segenap hati, peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
2. Ibu Damasia Linggarjati Novi, S.psi, MA, selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan membagikan ilmu yang bermanfaat bagi penelitian skripsi ini.
3. Ibu Dra. R.A. Praharesti Eriany, M.Si, selaku Dosen Wali yang telah mendampingi dan membimbing peneliti selama menyelesaikan studi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
4. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membagikan banyak ilmu yang bermanfaat sehingga memperkaya referensi dalam penelitian skripsi ini.

5. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah banyak membantu untuk segala urusan administrasi.
6. Seluruh Staf di Fakultas Arsitektur Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
7. Para mahasiswa Fakultas Arsitektur di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang atas bantuannya dalam pengisian skala.
8. Keluargaku: Papi & Mami, tante Ines, Tante Narti, terima kasih atas segala dukungannya baik moril, materiil, dan doa selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Budi Harsono Turnip, terima kasih telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu peneliti selama penelitian, terima kasih untuk dukungan dan semangat yang luar biasa, dan terima kasih untuk setiap doa yang selalu dipanjatkan.
10. Sister For life: Cintol, Santi, Ocha, Numi, Cik Bella, terima kasih untuk semangat dan dukungannya dan terima kasih untuk kebersamaannya selama lima tahun lebih ini. Tidak ada hasil yang menghinati usaha yang sudah kita tempuh selama ini.
11. Sahabat terkasih Sartika dan Divta yang selalu memberikan semangat dan dukungan penuh. Terima kasih untuk segala doanya.
12. Keluarga Pusat Psikologi Terapan Universitas Katolik Soegijapranata Periode 2015/2016: Edo, Vetri, Galuh, Ririn, Gaby, Alvita, Feli, Vira, Anggy, Prima, terima kasih untuk canda tawa suka dan duka yang selalu hadir di setiap saat, beruntung sekali dapat

bertemu dan mengenal kalian serta dapat berdinamika dalam pekerjaan dengan kalian.

13. Berbagai pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, yang telah membantu peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.

Semarang, 28 Juni 2016

Peneliti



**HUBUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DENGAN STRES
DALAM MENGHADAPI SIDANG PROYEK AKHIR
ARSITEKTUR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR PRODI
ARSITEKTUR UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

ELISABETH PUTRIE PRATAMA WIDIANINGTIAS

10.40.0150

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan stres dalam menghadapi sidang proyek akhir arsitektur. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “ Ada hubungan yang negatif antara *problem focused coping* dengan stres mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi sidang PAA”. Subjek penelitian ini adalah 62 mahasiswa yang akan menghadapi sidang proyek akhir arsitektur di Fakultas Arsitektur UNIKA Soegijapranata Semarang. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala *problem focused coping* dan skala stres dalam menghadapi sidang proyek akhir arsitektur. Metode analisis data menggunakan teknik Korelasi Product Moment dari Carl Pearson. Hasil analisis data diperoleh koefisien $r_{xy} = -0,485$ dengan $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara *problem focused coping* dengan stres dalam menghadapi sidang proyek akhir arsitektur pada mahasiswa tingkat akhir. Semakin tinggi *problem focused coping*, maka semakin rendah stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi sidang PAA. Sebaliknya, semakin rendah *problem focused coping* maka semakin tinggi stres yang dialami mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi sidang proyek akhir arsitektur. Dengan demikian, hipotesis penelitian ini diterima.

Kata kunci: stres, *problem focused coping*, mahasiswa tingkat akhir

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Persembahan.....	iv
Halaman Motto	v
Kata Pengantar	vi
Abstraksi	ix
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Stres Menghadapi Sidang Akhir.....	10
1. Pengertian Stres Menghadapi Sidang Akhir	10
2. Gejala – Gejala Stres.....	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres	16
B. <i>Problem Focused Coping</i>	19
1. Pengertian <i>Problem Focused Coping</i>	19
2. Aspek-Aspek <i>Problem Focused Coping</i>	20

C. Hubungan antara <i>Problem Focused Coping</i> dengan Stres Dalam Menghadapi Sidang PAA pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Arsitektur Unika Soegijapranata	23
D. Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian yang Digunakan.....	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	30
1. Stres dalam Menghadapi Sidang PAA	31
2. <i>Problem Focused Coping</i>	31
D. Subjek Penelitian.....	32
1. Populasi dan Sampel.....	32
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	32
E. Metode Pengumpulan Data.....	32
1. Skala Stres Menghadapi Sidang PAA	33
2. Skala <i>Problem Focused Coping</i>	34
F. Uji Coba Alat Ukur	36
1. Uji Validitas Alat Ukur	36
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur.....	36
G. Metode Analisis Data.....	37
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN	
A. Orientasi Kancuh Penelitian.....	38
B. Persiapan Penelitian	41
1. Penyusunan Alat Ukur.....	41

a. Skala Stres Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Menghadapi sidang PAA.....	41
b. Skala <i>Problem Focused Coping</i>	42
2. Perijinan Penelitian	43
C. Pelaksanaan Penelitian	44
D. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	46
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Penelitian	48
1. Uji Asumsi	48
a. Uji Normalitas.....	48
b. Uji Linieritas.....	49
2. Uji Hipotesis	50
B. Pembahasan.....	50
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN-LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Jumlah Peserta Ujian Prodi Arsitektur..... Rancangan Skala Stres Menghadapi Sidang	5
Tabel 2	PAA.....	34
Tabel 3	Skala <i>Problem Focused Coping</i> Jumlah Peserta Ujian Prodi Arsitektur Unika	35
Tabel 4	Soegijapranata..... Sebaran Item Skala Stres Dalam Menghadapi Sidang	39
Tabel 5	PAA..... Sebaran Item Skala <i>Problem Focused</i>	42
Tabel 6	<i>Coping</i> Sebaran Item Valid dan Gugur Skala Stres Dalam	43
Tabel 7	Menghadapi Sidang PAA..... Sebaran Item Valid dan Gugur Skala <i>Problem Focused</i>	46
Tabel 8	<i>Coping</i> Korelasi Macam-macam <i>Problem Focused Coping</i> dengan	47
Tabel 9	Stres Menghadapi Sidang PAA Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A : SKALA PENELITIAN.....	64
A – 1 Skala <i>Problem Focused Coping</i>	66
A – 2 Skala Stres Menghadapi Sidang PAA	69
LAMPIRAN B: DATA UJI COBA ALAT UKUR PENELITIAN	73
B – 1 Data Skala <i>Problem Focused Coping</i>	74
B – 2 Data Skala Stres Menghadapi Sidang PAA	77
LAMPIRAN C: UJI COBA ALAT UKUR	82
C – 1 Skala <i>Problem Focused Coping</i>	83
C – 2 Skala Stres Menghadapi sidang PAA	87
LAMPIRAN D: DATA PENELITIAN	91
D -1 Skala Penelitian <i>Problem Focused Coping</i>	92
D – 2 Skala Penelitian Stres Menghadapi sidang PAA	95
LAMPIRAN E: UJI ASUMSI	100
E -1 Uji Normalitas	101
E -2 Uji Linearitas	104
LAMPIRAN F: UJI HIPOTESIS	107
LAMPIRAN G: SURAT IJIN PENELITIAN DAN BUKTI PENELITIAN	109
G – 1 Surat Ijin Penelitian	110
G – 2 Surat Bukti Penelitian	112