

**DISTRES PADA GURU DITINJAU DARI
PERILAKU PROKRASTINASI**

SKRIPSI

FITRIA TRISETYA HAPSARI

03.40.0214



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2008**

**DISTRES GURU DITINJAU DARI PERILAKU
PROKRASTINASI KERJA**

SKRIPSI

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

FITRIA TRISETYA HAPSARI
03.40.0214

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2008**

HALAMAN PENGESAHAN

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

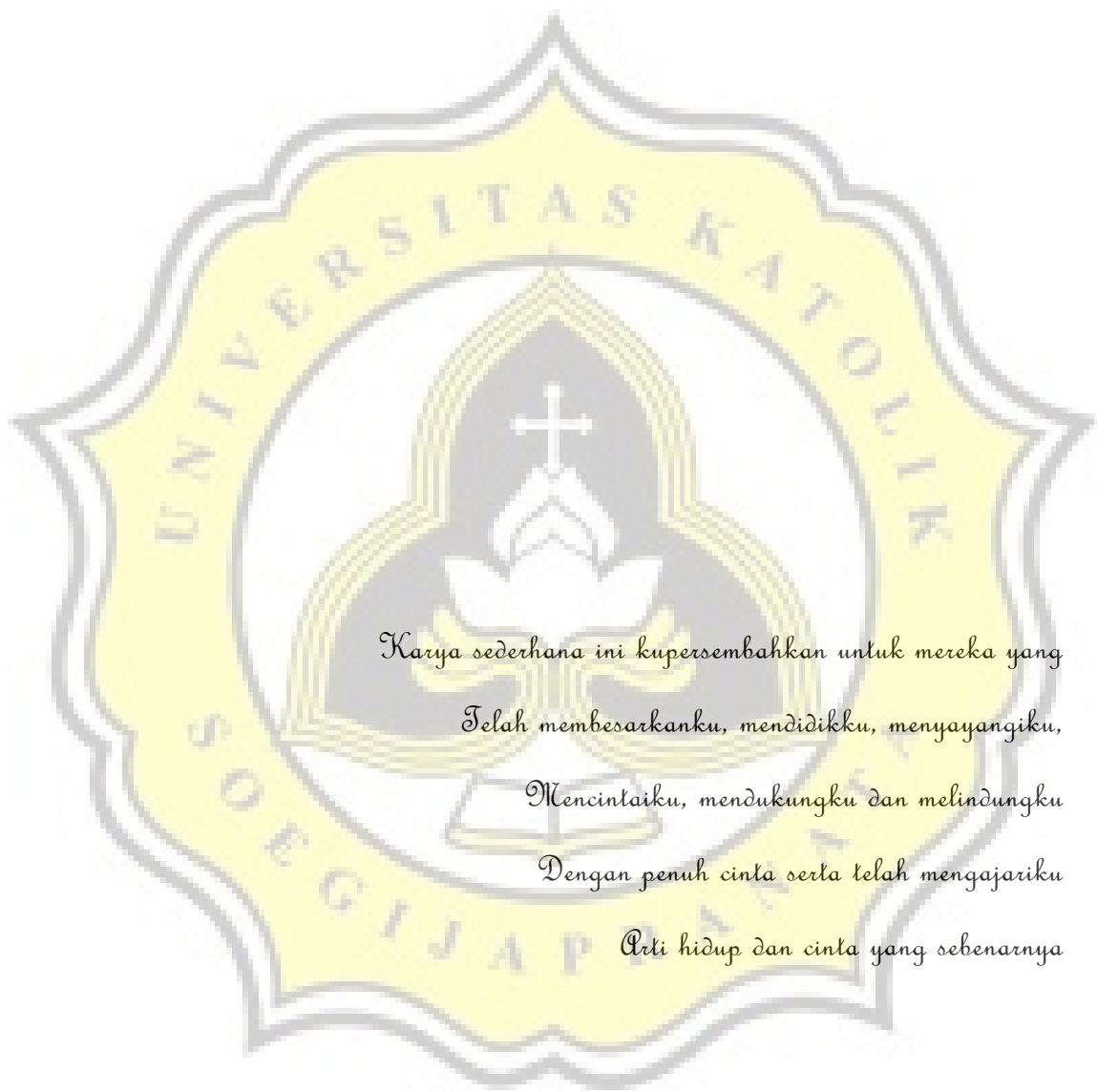
Pada Tanggal
15 Mei 2008

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
Dekan
(Th. Dewi Setyorini, S.Psi., M.Si.)

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Drs. D.P. Budi Susetyo, M.Si.
2. Dr. ST. Suyanto Sandjaja, M.Si.
3. Dr. Y. Bagus Wismanto, M.S.



Karya sederhana ini kupersembahkan untuk mereka yang
Telah membesarkanku, mendidikku, menyayangiku,
Mencintaiku, mendukungku dan melindungku
Dengan penuh cinta serta telah mengajarku
Arti hidup dan cinta yang sebenarnya

MOTTO

Allah sesungguhnya tidak mengubah keadaan suatu kaum (masyarakat) sampai mereka mengubah (terlebih dahulu) apa yang ada pada diri mereka (sikap mental mereka)

(QS. Ar-Ra'd (13) : 11)

"Barang siapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah SWT akan memudahkan baginya jalan menuju surga"

(HR Muslim)

Janganlah terlalu membebani jiwamu dengan kesungguhan hati, hiburilah dirimu dengan hal-hal yang ringan dan lucu, sebab bila hati terus dipaksakan dengan memikul beban-beban yang berat ia akan menjadi buta.

(HR, Abu Dawud)

*Ketika tak tahu apa yang harus kulakukan,
Kuserahkan kekhawatiranku pada MU*

(Doa Ibu Bintang)

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahirobbil'alamiin mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT karena penulis selalu “bersandar” pada-Nya saat menghadapi segala cobaan dalam proses penulisan skripsi, dan hanya dengan izin-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul **“DISTRES GURU DITINJAU DARI PERILAKU PROKRASTINASI KERJA”**.

Skripsi ini tidak akan terlaksana tanpa bantuan dari berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Th. Dewi Setyorini, S.Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
2. Dr. ST. Suyanto Sandjaja, M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan waktu dan kesempatan untuk membimbing dan mengarahkan penulisan skripsi ini.
3. Augustina Sulastri, S.Psi., selaku Dosen Wali yang telah membimbing dan membantu penulis sejak awal kuliah.
4. Seluruh Dosen Pengajar dan pegawai Tata Usaha di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu kelancaran penulis dalam menulis skripsi.
5. Kepala Departemen P dan K Kota Semarang yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian di SMP N 5 dan 11 Semarang.

6. Kepala Sekolah SMP N 5 dan 11 Semarang yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian.
7. Wakil Kepala Sekolah SMP N 5 dan 11 Semarang yang memberikan bantuan dan kerjasama selama penulis melakukan penelitian.
8. Staf Tata Usaha SMP N 5 dan 11 Semarang yang telah membantu administrasi penelitian.
9. Guru-guru SMP N 5 dan 11 Semarang yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
10. Mama dan Papa atas dukungan, semangat, kesabaran, kasih sayang dan doa-doanya, terutama selama penulis menyusun skripsi sampai ujian selesai.
11. Adik-adikku tersayang yang telah memberikan dukungan dan kasih sayang.
12. Bintang kecilku "Al-Azka" yang telah menjadi motivasi dan semangat dalam menyelesaikan skripsi. Engkau adalah anugerah dan harapan dalam kesesakan hidupku.
13. Teman-teman Fakultas Psikologi Angkatan '03 yang telah memberi warna-warni selama penulis menempuh pendidikan.
14. Pihak-pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penulis sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis hanya dapat berdoa semoga semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis baik secara langsung maupun tidak langsung selalu diberi balasan dari Tuhan Yang Maha Kuasa.

Penulis juga berharap semoga karya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi yang membacanya.

Semarang, Juni 2008

Penulis

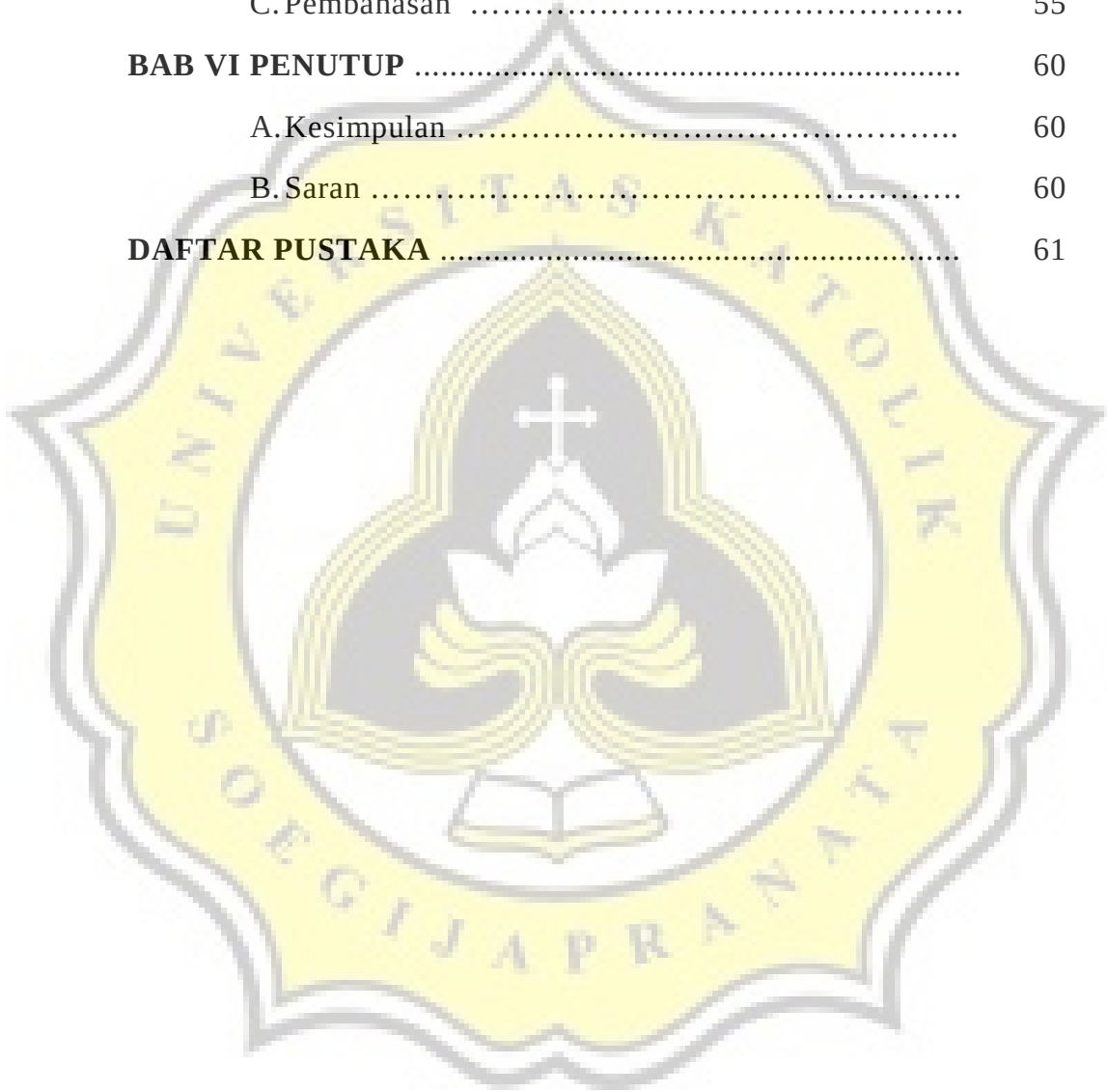


DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	7
C. Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Distres pada Guru	9
1. Pengertian Distres pada Guru	9
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Distres Guru	12
3. Pengukuran Distres pada Guru	22
B. Perilaku Prokrastinasi	23
1. Pengertian Perilaku Prokrastinasi	23
2. Ciri-ciri dari Perilaku Prokrastinasi Kerja	26
C. Hubungan antara Perilaku Prokrastinasi dengan	

Distres pada Guru	29
D.Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A.Identifikasi Variabel Penelitian	35
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	35
1. Distres pada Guru.....	35
2. Perilaku Prokrastinasi	35
C. Subjek Penelitian	36
D. Metode Pengumpulan Data	37
1. Skala Distres pada Guru	37
2. Skala Perilaku Prokrastinasi	38
E. Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian	39
1. Validitas	39
2. Reliabilitas	40
F. Teknik Analisis Data	40
BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN	
PENELITIAN	42
A. Orientasi Kancan Penelitian	42
B. Persiapan Penelitian	43
1. Penyusunan Alat Ukur	43
2. Permohonan Ijin Penelitian	45
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> Skala Penelitian	46
C. Pelaksanaan Penelitian	51
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Uji Asumsi	53

1. Uji Normalitas	53
2. Uji Linieritas	54
B. Hasil Penelitian	54
C. Pembahasan	55
BAB VI PENUTUP	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 <i>Blue Print</i> Skala Distres pada Guru	38
2 <i>Blue Print</i> Skala Perilaku Prokrastinasi	39
3 Sebaran Nomor Item Skala Distres pada Guru	44
4 Sebaran Nomor Perilaku Prokrastinasi	45
5 Item Valid dan Gugur Skala Distres pada Guru	48
6 Item Valid dan Gugur Perilaku Prokrastinasi	49
7 Sebaran Nomor Item Baru Skala Distres pada Guru	50
8 Sebaran Nomor Item Baru Perilaku Prokrastinasi	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
Lampiran A	ALAT UKUR PENELITIAN	65
	A-1 Skala Distres Guru	67
	A-2 Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja	68
Lampiran B	DATA <i>TRYOUT</i> ALAT UKUR	70
	B-1 Skala Distres Guru	71
	B-2 Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja	73
Lampiran C	UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	75
	C-1 Skala Distres Guru	76
	C-2 Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja	78
Lampiran D	DATA PENELITIAN	80
	D-1 Skala Distres Guru	81
	D-2 Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja	83
Lampiran E	UJI ASUMSI	85
	E-1 Uji Normalitas	87
	E-2 Uji Linieritas	88
Lampiran F	UJI HIPOTESIS	89
	F-1 Korelasi <i>Product Moment</i>	90
	F-2 Klasifikasi Skor Subjek	91
Lampiran G	SURAT PENELITIAN	92
	G-1 Surat Ijin Penelitian	93
	G-2 Surat Bukti Penelitian	94