

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *COPING STRESS*
PADA MAHASISWA PERANTAU DI YOGYAKARTA**

SKRIPSI



Oleh:

REYGITA AFRIANI JAYUSMAN

14320295

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2018

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *COPING STRESS*
PADA MAHASISWA PERANTAU DI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial
Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh:

REYGITA AFRIANI JAYUSMAN

14320295

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2018

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *COPING STRESS* PADA MAHASISWA PERANTAU DI YOGYAKARTA

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Prodi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

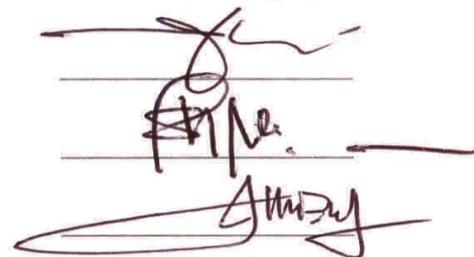
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh



Dewan Penguji

1. Nanum Sofia, S. Psi, S. Ant, MA.
2. Drs. Sumedi P. Nugraha Ph.D., Psikolog
3. Hariz Enggar Wijaya, S. Psi., M. Psi

Tanda Tangan



PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Reygita Afriani Jayusman

No. Mahasiswa : 14320295

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : *Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Coping Stress pada Mahasiswa Perantau di Yogyakarta*

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, April 2018

Yang menyatakan



Reygita Afriani Jayusman

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah Rabbil'alamin

Segala puji bagi Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala rahmat dan hidayah-Nya, serta memberikan nikmat yang berharga sehingga karya sederhana ini dapat diselesaikan.

Karya sederhana ini dipersembahkan untuk orang-orang terdekat di hati yang selalu memberikan doa yang tiada hentinya, dukungan, kepercayaan, dan kasih sayang

Ayahanda Jayusman dan Ibunda Yaumil Irba

Terima kasih untuk semua yang telah diberikan, kasih sayang dan doa yang tak pernah putus,, perjuangan, pengorbanan, kesabaran, nasihat, dan semua dukungan yang telah diberikan dalam bentuk apapun. Semoga aku bisa terus membanggakan papa dan mama selalu.

Abangku Donny Saputra Jayusman dan Kakakku Melcy Oktaria Jayusman

Terima kasih untuk segala doa, dukungan, kasih sayang yang telah diberikan.

Sahabat-sahabatku Tersayang

Terima kasih telah memberikan segala doa, kasih sayang, dukungan dan telah menemani setiap hari-hariku.

HALAMAN MOTO

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ
خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا
تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

“Dan boleh jadi kamu membenci sesuatu tetapi ia baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu tetapi ia buruk bagimu, dan Allah mengetahui dan kamu tidak mengetahui,“ (QS. Al-Baqarah: 216)

فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَأَشْهِدُوا
ذَوِي عَدْلٍ مِّنكُمْ وَأَقِيمُوا الشَّهَادَةَ لِلَّهِ ذَٰلِكُمْ يُوعِظُ بِهِ مَن كَانَ
يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ﴿٢١٦﴾
وَيَرْزُقْهُ مِن حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ﴿٢١٧﴾ إِنَّ اللَّهَ
بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٢١٨﴾

“Barang siapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rezeki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya,“ (QS. Ath-Thalaq: 2-3)

“Ketika Anda bersyukur, ketakutan hilang dan kelimpahan muncul.”

(Anthony Robbins)

PRAKATA



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarrakatuh

Alhamdulillah *rabbil'alamiin*. Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*, atas segala limpahan rahmat dan karunia, serta pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik. Shalawat beriring salam tidak lupa pula penulis junjungkan kepada Rasulullah, Nabi Muhammad Shallahu'alaihi Wa Sallam beserta keluarga, para sahabat serta pengikutnya hingga akhir zaman. Akhirnya penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik, walaupun masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan. Penulis menyadari tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, penulis tidak akan dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
2. Ibu Mira Aliza Rachmawati, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Nanum Sofia, S.Psi, S.Ant, MA, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah membimbing dan membantu penulis dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas segala masukan, kritik, waktu, tenaga dan pikiran yang telah diberikan kepada penulis selama proses menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Nur Pratiwi Novianti S.Psi., M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan dukungan, bimbingan dan ilmu kepada penulis.
5. Bapak Sumedi Priyana Nugraha, B.A., M.Sc., M.Ed., Ph.D. dan Bapak Hariz Enggar Wijaya, S. Psi., M. Psi, selaku dosen penguji skripsi. Terimakasih atas segala saran dan masukannya selama ujian skripsi berlangsung, semoga segala urusan bapak dan ibu selalu dimudahkan dan dilancarkan oleh Allah.

6. Seluruh Dosen dan karyawan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan banyak pengetahuan dan motivasi kepada penulis dengan kesabaran dan keikhlasan selama menjalani proses perkuliahan.
7. Kedua orang tua yang penulis cintai, Papa Jayusman, ST dan Mama Yaumil Irba A.Ma, Pd. Terima kasih atas doa, pengorbanan, pengertian, cinta dan dukungan baik secara moril maupun materil yang tidak dapat terganti oleh apapun. Terima kasih juga karena Papa dan Mama meridhoi untuk mengejar cita-cita yang penulis pilih, namun berkat ridho Papa dan Mama penulis bisa sampai di tahap ini.
8. Abang, Kakak, dan keponakanku tersayang, terimakasih untuk ujian dan pujian selama ini yang menjadikanku lebih kuat dalam menjalani kehidupan.
9. Sahabat-sahabatku, Azhara Nurul Qisthina, Dimitri Sricessya Dina, Natasia Nurwita Sari, Putri Khaira dan Silvia Dwi Puspita. Terima kasih telah menjadi keluarga dan telah menemani penulis dari awal kuliah hingga akhir, kalian sudah memberi penulis banyak pelajaran dan kenangan yang tidak akan dilupakan. Terima kasih juga untuk doa, bantuan, motivasi, kasih sayang, dan dukungan dalam mengerjakan skripsi ini.
10. Dhea Ayu Pratiwi, yang telah menjadi sahabat sekaligus keluarga bagi penulis. Terimakasih untuk doa, dukungan, dan telah mau menjadi partner setia dalam menemani penulis melewati badai dan hujan selama proses pembuatan skripsi ini.
11. Lola Nanda dan Amelda, terima kasih untuk semua semangat yang tiada hentinya, kasih sayang, dan sampai sekarang masih bersama-sama dengan penulis melewati suka dan duka.
12. Dicky Ariska Putra, terima kasih telah memberikan dukungan, kasih sayang, doa dan bersedia mendengarkan keluh-kesah penulis.

13. Keluarga KKN 397, Alan, Agung, Dhea, Fitri, Havri, Ibnu, dan Wulan, keluarga baru yang sudah memberikan banyak memori. Terimakasih untuk doa, bantuan, dan semangat yang tidak pernah putus yang kalian berikan.
14. Desinta, Intan, Chia, Mba Tiwi, Nopal, Farhan dan Andre, terimakasih telah membantu dan selalu memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
15. Sahabat-sahabat SMA yang sering memberikan semangat dan doanya kepada penulis. Terima kasih untuk Bunga, Ayu, Eta, dan Tika.
16. Terima kasih kepada semua responden yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuisisioner yang telah penulis persiapkan.
17. Semua pihak yang telah membantu dan berjasa atas terselesaikannya tugas akhir ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala kebaikan kalian semua. Semoga Allah selalu menyertai langkah kalian dan membalas semua kebaikan kalian semua.

Yogyakarta, Maret 2018

Reygita Afriani Jayusman

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTO	v
HALAMAN PRAKATA	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	8
C. Manfaat Penelitian	8
D. Keaslian Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	14
A. <i>Coping Stress</i>	14
1. Definisi <i>Coping Stress</i>	14
2. Aspek-aspek <i>Coping Stress</i>	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	22
B. Dukungan Sosial	23
1. Definisi Dukungan Sosial	23
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial	24
C. Hubungan Dukungan Sosial dan <i>Coping Stress</i>	26
D. Hipotesis	30

BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian	31
B. Definisi Operasional	31
1. <i>Coping Stress</i>	31
2. Dukungan Sosial	31
C. Responden Penelitian.....	32
D. Metode Pengumpulan Data.....	32
1. Skala <i>Coping Stress</i>	34
2. Skala Dukungan Sosial	35
E. Metode Analisi Data	36
F. Validitas dan Reliabilitas	36
1. Validitas	36
2. Reliabilitas	37
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	38
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan	38
1. Orientasi Kanchah.....	38
2. Persiapan	40
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	43
C. Hasil Penelitian	44
1. Deskripsi Responden Penelitian	44
2. Deskripsi Data Penelitian.....	46
3. Uji Asumsi	51
4. Uji Hipotesis	51
5. Analisis Tambahan.....	52
D. Pembahasan.....	54
BAB V PENUTUP.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Distribusi Aitem Skala <i>Coping Stress</i>	34
Tabel 2 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial	35
Tabel 3 Distribusi Aitem Skala <i>Coping stress</i> Setelah Uji Coba.....	42
Tabel 4 Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba	43
Tabel 5 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
Tabel 6 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	44
Tabel 7 Deskripsi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	45
Tabel 8 Deskripsi Responden Berdasarkan Angkatan	45
Tabel 9 Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Merantau	45
Tabel 10 Deskripsi Responden Berdasarkan Perguruan Tinggi	46
Tabel 11 Deskripsi Responden Berdasarkan Pulau Asal.....	46
Tabel 12 Norma Persentil <i>Coping Stress</i> dan Dukungan Sosial.....	47
Tabel 13 Kategorisasi Norma Percentil	47
Tabel 14 Kategorisasi Norma Percentil Pada Variabel <i>Coping Stress</i>	48
Tabel 15 Kategorisasi Norma Percentil Pada Variabel Dukungan Sosial	48
Tabel 16 Persentil <i>Problem Focused Coping</i> dan <i>Emotional Focused Coping</i>	49
Tabel 17 Kategorisasi Norma Percentil pada <i>Problem Focused Coping</i> dan <i>Emotional Focused Coping</i>	49
Tabel 18 Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 19 Hasil Uji Linearitas	51
Tabel 20 Hasil Uji Hipotesis	52
Tabel 21 Hasil Korelasi Antara Aspek Dukungan Sosial dan Aspek <i>Coping Stress</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian Sebelum Uji Coba.....	66
Lampiran 2. Data Uji Coba Skala <i>Coping Stress</i>	72
Lampiran 3. Data Uji Coba Skala Dukungan Sosial.....	75
Lampiran 4. Reliabilitas dan Diskriminasi Aitem Skala <i>Coping Stress</i>	78
Lampiran 5. Reliabilitas dan Diskriminasi Aitem Skala Dukungan Sosial	81
Lampiran 6. Skala Penelitian Setelah Uji Coba.....	83
Lampiran 7. Data Penelitian Skala <i>Coping Stress</i>	89
Lampiran 8. Data Penelitian Skala Dukungan Sosial	98
Lampiran 9. Uji Normalitas	107
Lampiran 10. Uji Linearitas	110
Lampiran 11. Uji Hipotesis.....	112
Lampiran 12. Analisis Tambahan	113
Lampiran 13. Surat Ijin Penelitian dan Surat Keterangan Selesai Penelitian ..	116

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Grafik Uji Normalitas <i>Coping Stress</i>	108
Gambar 2 Grafik Uji Normalitas Dukungan Sosial	109

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *COPING STRESS* PADA MAHASISWA PERANTAU DI YOGYAKARTA

Reygita Afriani Jayusman

Nanum Sofia

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat adanya hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa. Penelitian ini melibatkan 202 mahasiswa perantau di Yogyakarta, 100 mahasiswa laki-laki dan 102 mahasiswa perempuan, berusia 18 hingga 25 tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *coping stress* (Carver, 1997) dan skala dukungan sosial (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley 1988). Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi $r = 0.529$ dengan signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Analisis koefisien determinasi (r^2) menunjukkan sumbangan dukungan sosial sebesar 27,98% terhadap coping stress pada mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci : *coping stress*, dukungan sosial, mahasiswa yang berasal dari luar Pulau Jawa.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persebaran perguruan tinggi masih belum merata, terdapat kota atau daerah yang banyak perguruan tinggi dan di daerah lain masih sangat terbatas dan bahkan mungkin tidak ada. Menurut pemeringkatan perguruan tinggi terbaik yang dilakukan oleh Kementerian Ristek Dikti pada tahun 2016, lima besar perguruan tinggi terbaik berturut-turut ialah perguruan tinggi di Pulau Jawa. Ketidakmerataan kualitas pendidikan yang terjadi di Indonesia menyebabkan tingginya jumlah pelajar yang memutuskan untuk melanjutkan pendidikan bukan di kota asalnya melainkan di Pulau Jawa (Annurwanda, 2016). Hal ini menyebabkan banyaknya remaja di luar Pulau Jawa yang memilih untuk melanjutkan perkuliahan di Pulau Jawa.

Menurut KBBI mahasiswa perantau adalah mahasiswa yang mencari ilmu ke perguruan tinggi bukan di tempat asalnya (Kamus Besar Bahasa Indonesia *Online*). Pada penelitian ini, mahasiswa perantau yang berasal dari luar Pulau Jawa didefinisikan sebagai mahasiswa yang berasal dari luar pulau Jawa yang pergi ke kota atau daerah lain dengan tujuan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Mahasiswa perantau dari luar pulau Jawa akan mengalami perubahan bahasa antara daerah asal dan daerah baru, kesulitan dalam mengartikan ekspresi berbicara dan perbedaan cara berbicara. Hal tersebut dapat menjadi sumber kesulitan dalam beradaptasi pada mahasiswa sehingga

menyebabkan mahasiswa mengalami tekanan dan kecemasan (Furnham & Bonchner dalam Tyas dan Savira, 2017). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nasution (dalam Maharani, 2012) memperlihatkan bahwa perpindahan mahasiswa perantau dari daerah asal ke daerah perantauan juga menyebabkan perubahan dalam lingkungan fisik, biologis, budaya, psikologis, dan ekonomi. Perubahan pada lingkungan fisik, seperti terlihat pada penggunaan sarana pada tempat tinggal baru seperti kos maupun asrama. Perubahan biologis yang dihadapi oleh mahasiswa perantau adalah perubahan gizi, menu makanan, perubahan waktu makan, dan berkurangnya waktu istirahat karena banyaknya tugas- tugas kuliah. Dari kondisi psikologis, mahasiswa perantau akan mengalami perubahan mengenai kemandirian, pertanggungjawaban terhadap diri sendiri, percaya diri, dan kemampuan bekerja sama dengan orang lain. Perubahan dari segi ekonomi adalah terjadi perubahan biaya hidup. Sedangkan pada perubahan kondisi budaya, perubahan yang dihadapi adalah perubahan bahasa, tata cara bergaul, cara berpikir, tata cara berbicara, norma sosial yang berlaku, dan harus bertoleransi dengan umat yang berbeda agama.

Perubahan-perubahan yang dialami oleh mahasiswa perantau tersebut dapat menjadi faktor yang menyebabkan stres. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Legiran, Azis dan Bellinawati (2015) terhadap 240 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang berdomisili tidak bersama orang tua mengalami stres sebanyak 24,6% dan yang tidak mengalami stres sebanyak 23,8%. Stres adalah suatu kondisi yang menunjukkan adanya tekanan fisik dan

psikis akibat tuntutan dalam diri dan lingkungan. Individu dapat dikatakan stres ketika mengalami suatu kondisi adanya tekanan dari dalam diri dan lingkungan (Nevid, Rathus & Greene, 2005).

Hasil penelitian dari Dewi (2008) juga memperlihatkan faktor-faktor selain keluarga, lingkungan dan ekonomi yang menyebabkan stres bagi mahasiswa perantau juga bersumber pada stresor kuliah, yaitu berupa penilaian, tugas, transportasi, kedatangan kuliah dan penggunaan fasilitas. Hasil wawancara singkat mahasiswi asal Kalimantan menyebutkan bahwa tugas kuliah adalah salah satu permasalahan yang dirasakan. Tugas yang terlalu banyak membuat mahasiswi kurang dapat mengelola waktu untuk mengerjakannya dan menyebabkan tugas menumpuk. Selain itu, faktor keluarga juga dapat menyebabkan masalah. Hal tersebut muncul karena permasalahan yang terjadi di dalam keluarga mahasiswi tersebut, namun ia tidak dapat membantu menyelesaikannya karena masalah jarak. Hal ini membuat mahasiswi merasa tertekan dan terkadang berdampak pada perkuliahan dan psikologis.

Mahasiswa perantau harus memiliki strategi masing-masing untuk menangani permasalahan dan mengurangi tekanan yang dialaminya agar tidak mengalami stres. Hal-hal yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi situasi yang tidak menyenangkan atau menangani permasalahan tersebut disebut dengan *coping stress*. Penurunan stres dapat diatasi dengan cara melakukan *coping stress*. Menurut Santrock (2005) *coping stress* merupakan suatu upaya untuk mengelola sesuatu yang membebani di dalam diri individu, memperluas usaha untuk memecahkan masalah hidup, dan berusaha mengurangi maupun mengatasi stres

yang dialami. *Coping stress* diketahui akan berpengaruh terhadap bagaimana mahasiswa bertindak ataupun bersikap (Rizky, Zulharman & Risma, 2014). Tindakan yang dilakukan mahasiswa perantau dalam mengatasi stresnya akan berbeda-beda. King (2016) menambahkan bahwa proses *coping stress* melibatkan mengelola situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan kehidupan, dan mencari cara untuk mengalahkan stres atau mengurangnya.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *coping stress* memiliki dua macam yaitu yang pertama adalah *problem focused coping*, adalah perilaku *coping* untuk mengurangi stres, individu akan mengatasi masalahnya dengan mempelajari cara baru atau meminta pendapat orang lain untuk menyelesaikan masalahnya. Kemudian, yang kedua adalah *emotional focused coping*, yaitu berorientasi dengan tindakan yang menjauh dari permasalahan tersebut. Individu lebih melarikan diri dari masalah dengan membayangkan seandainya ia berada pada situasi yang menyenangkan. Pengurangan beban masalah pada individu ini adalah dengan menolak untuk merenungkan suatu masalah dan bertindak seperti tidak terjadi apa-apa. Penggunaan *emotion focused coping* akan lebih sesuai untuk mengatasi stres yang diakibatkan oleh kondisi-kondisi yang tidak dapat diubah (Hasan & Rufaidah, 2013). Kedua metode *coping stress* ini tidak dapat digunakan untuk semua situasi stres, karena tidak ada *coping stress* yang paling jitu (Smet 1994).

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping stress* dapat dikatakan efektif ketika bisa mereduksi kegelisahan psikologis dan indikatornya, mengembalikan

individu ke situasi semula dan dapat mengurangi tekanan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, Taylor menambahkan bahwa keberhasilan *coping stress* bergantung pada penggabungan metode *coping stress* yang sesuai dengan ciri masing-masing kejadian yang penuh stres, daripada mencoba menemukan satu metode yang paling berhasil (dalam Smet, 1994). Sedangkan *coping stress* yang tidak efektif lebih bersifat penghindaran dari penyebab stres tersebut dan menyangkal bahwa ada sesuatu yang salah sehingga mengabaikan suatu masalah (Smith dalam Baron & Bryne, 2005).

Hasil wawancara singkat dengan mahasiswi asal Pekanbaru menyebutkan bahwa tugas yang menumpuk merupakan pemicu stres. Ia tidak mampu mengerjakan tugas-tugas akademik dan selalu menunda. Hal ini membuat mahasiswi tersebut tidak mengerjakan beberapa tugasnya. Mahasiswi ini sering melampiaskan dengan pergi ke tempat hiburan malam dan meminum alkohol. Menurut penuturannya, rata-rata pengunjung mahasiswa di tempat hiburan malam tersebut adalah mahasiswa perantau (Wawancara, 22 Maret 2017). Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dilihat bahwa mahasiswi tersebut menggunakan koping yang berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*). Pada kasus ini sub bagian dari *emotion-focused coping* yang digunakan adalah *self distraction*, yang ditunjukkan mahasiswi dengan pergi ke tempat hiburan malam ketika merasa stres dan *substance*, yang ditunjukkan mahasiswi dengan mengonsumsi alkohol. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2016) pada 100 orang responden didapatkan hasil bahwa sebanyak 80% menyatakan tujuan mengonsumsi alkohol adalah untuk melepaskan diri dari masalah dan mencari

ketenangan. Hal ini juga disampaikan oleh Nurlina (2013) bahwa dalam jumlah yang sedikit alkohol akan mempengaruhi pusat pengendalian diri dari otak yang menyebabkan rasa malu peminum alkohol berkurang, sehingga akan lebih berani berbicara dan berkomunikasi dengan orang lain, dan menghilangkan rasa cemas. Maka dari itu, beberapa individu memilih untuk menghilangkan rasa cemas akibat tekanan maupun permasalahan yang dihadapi dengan meminum alkohol.

Faktor yang mempengaruhi individu dalam menggunakan *coping stress* adalah faktor internal yaitu faktor yang berasal dari diri individu, seperti efikasi diri (Rizky, Zulharman, dan Risma, 2012), optimisme (Ningrum, 2011), karakteristik kepribadian (Endler & Zeidner, 2002), kematangan beragama (Indirawati, 2006), kecerdasan emosi (Saptoto, 2010) dan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari lingkungan seperti *attachment* (Bayani dan Sarwasih, 2013), *peer group* (Bayani dan Sarwasih, 2013) dan dukungan sosial (Hasan dan Rufaidah, 2013). Dari penjabaran faktor yang dapat mempengaruhi *coping stress*, peneliti memilih salah satu faktor yang dijadikan topik dalam penelitian ini, yaitu faktor eksternal berupa dukungan sosial, karena lingkungan mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam kehidupan mahasiswa perantau. Mahasiswa tidak lagi hanya berinteraksi dengan orangtua di rumah dan teman-teman di perguruan tinggi tetapi juga mulai menjalin hubungan dengan orang-orang dewasa di luar lingkungan rumah dan di perguruan tinggi. Menurut Hasan dan Rufaidah (2013) adanya dukungan sosial dari lingkungan akan membuat individu lebih percaya diri, menerima kenyataan, dan berpikir positif. Dukungan sosial dapat meningkatkan

cara seseorang menghadapi atau memecahkan masalah dan pengurangan reaksi stres melalui *coping stress* (Johnson dalam Prayascitta, 2010).

Menurut Gottlieb (dalam Smet, 1994) dukungan sosial merupakan nasehat atau informasi verbal maupun non verbal, tindakan nyata yang diberikan seseorang dan mempunyai manfaat emosional maupun efek perilaku bagi pihak penerima. Mahasiswa perantau bisa mendapatkan dukungan sosial dari berbagai sumber, baik itu orangtua, keluarga, teman dekat, atau bahkan dari orang-orang sekitar yang dianggap berarti. Dukungan sosial yang didapatkan bisa dalam bentuk perhatian emosional, bantuan instrumental, atau bantuan informasi (King, 2016). Menurut Coben dan Wills (dalam Aprianti, 2012) dukungan sosial dapat membantu individu untuk mengatasi stres, baik secara langsung maupun tidak langsung. Hal yang sama juga disampaikan oleh Bromman bahwa dukungan sosial bisa efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan menekan (Taylor, Peplau, dan Sears, 2009). Maka dari itu dukungan sosial dibutuhkan mahasiswa perantau untuk mengatasi tekanan atau sebagai *coping stress*.

Hal ini diperkuat oleh penelitian Hasan dan Rufaidah (2013) yang melaporkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan *coping stress*. Semakin tinggi dukungan sosial akan semakin tinggi *coping stress* yang dimunculkan. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap *coping stress* individu. Selain itu, penelitian yang sama juga dilakukan oleh Sakti (2015). Penelitian ini juga melaporkan terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan *coping stress*. Penelitian mengenai dukungan sosial

dan *coping stress* memang sudah beberapa kali diteliti. Meskipun demikian, penelitian mengenai dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau masih jarang ditemui baik di Indonesia maupun di luar negeri. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti berapa besar hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau di Yogyakarta yang berasal dari luar Pulau Jawa.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan di atas, maka peneliti memiliki tujuan yang mendasari dilakukannya penelitian ini, yaitu peneliti ingin melihat seberapa besar hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantauan di Yogyakarta

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap bidang ilmu psikologi perkembangan terkait dengan dukungan sosial terhadap mahasiswa perantauan dan psikologi klinis terkait dengan *coping stress* pada mahasiswa perantau di Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan dan informasi terhadap mahasiswa perantau mengenai pentingnya pemilihan *coping stress* dalam menghadapi tekanan yang dirasakan.

D. Keaslian Penelitian

Peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, yaitu penelitian yang terkait dengan *coping stress* dan dukungan sosial yang dilakukan oleh Sakti (2015) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Coping stress* pada Siswa Akselerasi”. Subjek penelitian yang digunakan adalah 55 siswa siswi SMA akselerasi wilayah Eks-Solo. Secara rinci jumlah subjek adalah 17 siswa dari SMA Negeri 1 Klaten, 20 siswa dari SMA Negeri 1 Boyolali dan 18 siswa dari SMA Negeri 1 Sukoharjo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada siswa akselerasi.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Sutandi (2011) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Coping stress* Homoseksual di Jakarta”. Subjek dalam penelitian ini adalah homoseksual pria yang berada di Jakarta sebanyak 31 orang dengan rentang usia 18-22 tahun dan pernah berhubungan sesama pria. Hasil penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *coping stress*.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Hasan dan Rufaidah (2013) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Strategi Coping pada Penderita

Stroke RSUD Dr. Moewardi Surakarta”. Subjek dalam penelitian ini adalah penderita stroke yang berada di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dan *coping stress* pada penderita stroke.

Penelitian tentang *coping stress* juga telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Amirudin dan Ambarini (2014) dengan judul “Pengaruh *Hardiness* dan *Coping stress* Terhadap Tingkat Stres pada Kadet Akademi TNI-AL”. Penelitian ini dilakukan pada 117 orang kadet AAL yang sedang mengikuti pendidikan militer di AAL Surabaya dari semua tingkatan kadet mulai dari sersan kadet, sersan mayor dan sersan mayor satu kadet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh antara *hardiness* dan *coping stress* dengan tingkat stres kadet AAL.

Penelitian selanjutnya tentang *coping stress* juga dilakukan oleh Rizky, Zulharman dan Risma (2012) dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dengan *Coping stress* pada Mahasiswa Angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau”. Subjek pada penelitian ini adalah 107 orang mahasiswa Kedokteran Universitas Riau angkatan 2012. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan efikasi diri dan *coping stress* pada mahasiswa angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

Penelitian selanjutnya tentang *coping stress* dilakukan oleh Sari (2015) dengan judul “Hubungan Antara *Coping stress* dengan Motivasi Belajar Siswa Pondok Pesantren di Magelang”. Subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 100 orang siswa kelas VII SMP (Sekolah Menengah Pertama) yang tinggal di Pondok

Pesantren Ihsanul Fikri Magelang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *coping stress* dan motivasi belajar siswa pondok pesantren.

Selain itu peneliti menemukan penelitian terkait dukungan sosial, seperti yang dilakukan oleh Suhariadi (2014) dengan judul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Masa Persiapan Pensiun Pada Karyawan PT. Pupuk Kaltim”. Penelitian ini dilakukan pada karyawan PT. Pupuk Kaltim yang sedang menjalani masa persiapan pensiun selama bulan Oktober 2012 sampai Maret 2013 dengan jumlah 44 orang. Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri masa persiapan pensiun pada karyawan PT. Pupuk Kaltim.

Penelitian lain tentang dukungan sosial dilakukan oleh Estiane (2015) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi”. Subjek penelitian ini adalah 203 orang mahasiswa baru Universitas Airlangga tahun angkatan 2013. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi.

Berdasarkan penjelasan mengenai penelitian-penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa:

1. Keaslian Topik

Topik yang diangkat peneliti pada penelitian ini adalah *coping stress* dan dukungan sosial. Kedua topik ini sudah pernah diteliti oleh Sakti (2015); Sutandi (2011). Penelitian lain tentang dukungan sosial dan *coping stress* juga sudah diteliti oleh Hasan dan Rufaidah (2013); Sakti (2015); Sutandi (2011).

2. Keaslian Teori

Teori dan aspek-aspek yang digunakan pada *coping stress* mengacu pada teori Carver (1997). Penelitian ini tidak memiliki kesamaan teori yang digunakan dengan penelitian sebelumnya. Pada penelitian Rizky, Zulharman & Risma (2012); Amirudin dan Ambarini (2014) *coping stress* menggunakan teori dan aspek-aspek dari Lazarus dan Folkman (1984).

Pada variabel dukungan sosial, peneliti mengacu pada teori dan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988). Penelitian ini tidak memiliki kesamaan teori yang digunakan dengan penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Sutandi (2011) menggunakan teori dan aspek yang dikemukakan oleh House. Sedangkan penelitian Suhariadi (2013) menggunakan teori dan aspek yang dikemukakan oleh Cohen dan Hoberman (1983).

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *coping stress* pada penelitian ini adalah alat ukur Brief COPE yang dibuat oleh Carver (1997) dan telah di adaptasi serta modifikasi oleh peneliti. Pada penelitian Rizky, Zulharman & Risma (2012); Amirudin dan Ambarini (2014) *coping stress* menggunakan

alat ukur yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman (1984). Sedangkan untuk mengukur dukungan sosial, peneliti menggunakan alat ukur *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet (1988) dan telah di adaptasi serta modifikasi oleh peneliti. Terdapat perbedaan dari penelitian yang sebelumnya yaitu pada penelitian yang dilakukan oleh Suhariadi (2013) menggunakan alat ukur Interpersonal Support Evaluation List (ISEL) yang merupakan hasil translasi berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh Cohen dan Hoberman (1983).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Penelitian-penelitian sebelumnya sudah banyak yang menggunakan mahasiswa sebagai responden penelitian, tetapi sejauh ini belum ada yang menggunakan mahasiswa perantau di Yogyakarta sebagai responden.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Coping Stress

1. Definisi *Coping Stress*

Definisi dari *coping stress* sudah banyak ditemukan, berikut ini adalah definisi *coping stress* dari beberapa ahli. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping stress* sebagai strategi untuk manajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis. Hal ini berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata, dan *coping stress* merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distress demand*). Selain itu, Baron dan Bryne (2005) mendefinisikan *coping stress* sebagai respon individu untuk mengatasi masalah dengan cara mengurangi ancaman dan efek-efek negatif dari situasi yang penuh tekanan. Menurut Taylor, Peplau, dan Sears (2009) *coping stress* adalah cara seseorang untuk mengelola tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan seseorang, tuntutan tersebut dapat berasal dari internal maupun lingkungan.

Menurut Sarafino (2012) *coping stress* adalah suatu proses yang terjadi secara terus menerus, berubah, dan kompleks yang memungkinkan individu menggabungkan beberapa cara untuk mengatasi masalah. Hal yang sama juga dikemukakan oleh King (2016) *coping stress* adalah usaha

yang dilakukan individu untuk mengatasi situasi yang menekan, menyelesaikan masalah dan mengatasi atau mengurangi stres.

Definisi dari beberapa ahli di atas memperlihatkan teori yang selaras terkait dengan *coping stress*. Hal ini disebabkan karena teori-teori tersebut memiliki akar yang sama yaitu pada teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Maka dari itu, peneliti mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman pada tahun 1984. Kemudian, berdasarkan definisi beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *coping stress* adalah sebuah cara atau teknik yang dilakukan individu untuk mengurangi maupun menghilangkan sumber stres yang dirasakannya. *Coping stress* yang dimiliki individu dapat mencerminkan bagaimana individu tersebut menghadapi permasalahan yang dialaminya.

2. Aspek-aspek *Coping Stress*

Lazarus dan Folkman (1984) membedakan bentuk dan fungsi *coping stress* dalam dua bentuk yaitu sebagai berikut:

a. Koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*)

Problem-focused coping adalah strategi penanganan stres atau *coping* yang berpusat pada sumber masalah, individu berusaha untuk menghadapi langsung masalah, mencari solusi alternatif untuk masalah, dan berusaha menyelesaikan masalah hingga stressor yang dirasakan berkurang bahkan hilang. *Problem-focused coping* lebih sesuai apabila digunakan dalam menghadapi masalah atau situasi yang dianggap dapat dikontrol atau dikuasai oleh individu.

b. Koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*)

Emotion-focused coping adalah strategi penanganan stres atau *coping* yang lebih memfokuskan pada masalah emosi, bentuk *coping* ini lebih melibatkan pikiran dan tindakan yang ditunjukkan untuk mengatasi perasaan yang menekan akibat dari situasi stres. *Emotion-focused coping* digunakan ketika individu merasa tidak dapat mengubah situasi.

Berdasarkan penelitian lanjutan yang dilakukan oleh Folkman, Lazarus dkk (1986) mengenai variasi dari kedua jenis *coping stress* yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* dibagi menjadi delapan bagian *coping stress*. Kedelapan bagian *coping stress* tersebut adalah :

a. Koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*),
antara lain:

1) *Planful Problem Solving*

Individu menganalisis situasi yang dihadapi guna untuk memperoleh cara-cara yang diperlukan untuk mengatasi masalah dan memikirkan lebih dari satu solusi untuk menyelesaikan suatu masalah.

2) *Confrontive coping*

Menggambarkan upaya agresif untuk mengubah situasi, tingkat permusuhan, dan pengambilan resiko.

3) *Seeking social support*

Usaha individu untuk memperoleh informasi terkait situasi masalah dan dukungan emosional maupun nyata dari orang lain.

b. Koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*), antara lain:

1) *Distancing*

Individu berusaha untuk menghindar atau melepaskan diri dari situasi stres atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif.

2) *Self Control*

Upaya individu untuk mengontrol emosi dan tindakan yang berkaitan dengan situasi yang dihadapi.

3) *Seeking social support*

Usaha individu untuk memperoleh informasi terkait situasi masalah dan dukungan emosional maupun nyata dari orang lain.

4) *Accepting responsibility*

Usaha individu mengaku peran dirinya dalam permasalahan dan mencoba untuk menempatkan segala sesuatu dengan benar

5) *Escape-Avoidance*

Individu berharap agar masalah yang dialami berakhir atau bertindak sesuatu sebagai upaya untuk melarikan diri dari permasalahan tersebut.

6) *Positive reappraisal*

Usaha individu untuk menciptakan makna yang positif dengan berfokus pada pertumbuhan pribadi dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

Selanjutnya Carver dkk (1989) menyusun *COPE scale* yang merupakan pengembangan dari konseptualisasi yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman. Pada tahun 1997, Carver memperbarui lagi alat ukur yang diberi nama *Brief COPE* ini dengan aspek-aspek sebagai berikut:

a. Koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*)

1) Perilaku aktif (*active coping*)

Active coping merupakan proses pengambilan langkah secara aktif guna untuk mencoba menghilangkan stressor atau untuk meringankan dampaknya. *Active coping* mencakup mengambil keputusan untuk bertindak secara langsung dan melakukan usaha penyelesaian masalah secara bertahap.

2) Perencanaan (*planning*)

Planning merupakan pemikiran tentang bagaimana cara untuk mengatasi *stressor*, seperti memikirkan suatu strategi untuk

bertindak, langkah-langkah apa yang harus diambil dan bagaimana cara paling baik untuk mengatasi masalah.

3) Mencari dukungan instrument (*using instrumental support*)

Dukungan instrumental adalah dengan mencari nasihat, saran, bantuan, maupun dukungan informasi yang dapat menyelesaikan masalah.

b. Koping yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*)

1) Reframing positif (*positive reframing*)

Penilaian kembali masalah secara positif terhadap situasi yang dihadapi merupakan upaya yang dilakukan individu untuk menanggulangi tekanan emosi yang timbul akibat masalah dibandingkan dengan menanggulangi masalah itu sendiri.

2) Penyangkalan (*denial*)

Denial adalah suatu usaha individu untuk menyangkal bahwa dirinya dihadapkan pada suatu masalah

3) Penerimaan (*acceptance*)

Penerimaan atau *acceptance* merupakan individu dapat menerima kenyataan terhadap situasi yang sedang dihadapi. Sikap menerima memiliki dua makna, yakni individu menerima kenyataan yang dihadapi sebagai suatu kenyataan atau hal tersebut terjadi karena belum adanya langkah nyata untuk menghadapi stressor.

4) Menggunakan dukungan emosional (*using emotional support*)

Definisi *using emotional support* hampir sama dengan dukungan sosial pada *problem focused coping*, yang membedakan adalah *using emotional support* berfokus hanya untuk menenangkan diri. Dukungan emosional seperti mencari dukungan moral, simpati atau pengertian.

5) Agama (*religion*)

Sikap individu untuk menenangkan apa yang dirasakan secara keagamaan atau mencoba untuk mengembalikan permasalahan yang dihadapi pada agama dengan cara memohon pertolongan kepada Tuhan dan beribadah.

6) Mengekspresikan perasaan (*venting*)

Venting adalah kecenderungan seseorang untuk melepaskan emosi yang dirasakannya.

7) Pengalihan diri (*self-distraction*)

Berbagai aktivitas yang berfungsi untuk mengalihkan perhatian individu dari pemikiran tentang permasalahan yang sedang dihadapi, seperti melamun, tidur, atau menonton TV.

8) Perilaku menyimpang (*behavioral disengagement*)

Bentuk *coping* yang berupa berkurangnya usaha-usaha yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi stressor. Dengan kata lain *behavioral disengagement* dapat dikatakan sebagai

kecenderungan individu menyerah untuk berusaha mencapai tujuan yang terhambat oleh stressor.

9) Penggunaan zat (*substance*)

Usaha individu untuk menghilangkan tekanan dengan melarikan diri pada pengkonsumsian alkohol atau obat-obatan terlarang.

10) Menyalahkan diri sendiri (*self blame*)

Self blame adalah mengkritik diri sendiri sebagai penanggung jawab dalam sebuah situasi.

11) Lelucon (*humor*)

Individu mencoba membuat lelucon mengenai masalah yang sedang dihadapi.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan aspek-aspek dari Carver (1997) yang merupakan adaptasi dari aspek-aspek yang telah dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1986). Aspek-aspek yang dikembangkan Carver (1997) merupakan hasil dari penelitian lanjutan terkait dengan *coping stress* dengan menambahkan subaspek yang lebih spesifik. Aspek-aspek yang telah dipaparkan di atas, menunjukkan cerminan usaha individu ketika merasakan stres ataupun tekanan. Usaha individu tersebut dibedakan menjadi dua yaitu koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan Koping yang berfokus pada emosi (*emosional focused coping*). Individu akan memiliki usaha atau upaya yang berbeda-beda dalam menghadapi stres yang dirasakannya.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Coping Stress*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress* berdasarkan hasil analisis peneliti ada dua, yaitu:

a. Faktor Internal

- 1) Efikasi diri (Rizky, Zulharman, dan Risma, 2012)
- 2) Optimisme (Ningrum, 2011)
- 3) Karakteristik kepribadian (Endler & Zeidner, 2002)
- 4) Kematangan beragama (Indirawati, 2006)
- 5) Kecerdasan emosi (Saptoto, 2010)

b. Faktor eksternal

- 1) *Attachment* (Bayani dan Sarwasih, 2013)
- 2) *Peer group* (Bayani dan Sarwasih, 2013)
- 3) Dukungan sosial (Hasan dan Rufaidah, 2013)

Berdasarkan faktor-faktor yang sudah dipaparkan diatas, tinggi rendahnya *coping stress* dapat dipengaruhi oleh internal (efikasi diri, optimisme, karakteristik kepribadian, kematangan bergama, kecerdasan emosi) dan eksternal (*attachment*, *peer group*, dan dukungan sosial). Faktor-faktor ini akan mempengaruhi *coping stress* sesuai dengan individu itu sendiri. Faktor-faktor tersebut akan berpengaruh baik sesuai dengan cara pandang dan tindakan individu dalam menghadapi permasalahan.

B. Dukungan Sosial

1. Definisi Dukungan Sosial

Menurut Sarason (1983) dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai keberadaan atau ketersediaan orang lain yang dirasakan individu. Keberadaan orang lain tersebut dapat membuat individu merasa bahwa ada individu yang dapat diandalkan, peduli, menghargai dan mencintai individu tersebut. Hal yang sama juga disampaikan oleh Sarafino (2012) yang menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan diri individu atau sekelompok orang kepada individu. Penerimaan diri tersebut menimbulkan persepsi dalam diri individu tersebut bahwa ia disayangi, dihargai dan ditolong. Selain itu Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan yang diterima oleh individu yang berasal dari keluarga, teman dan orang penting.

Menurut Baron dan Byrne (2005) dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik maupun psikologis yang berasal dari teman atau anggota keluarga. Dukungan sosial dapat diperoleh individu dari orang terdekat seperti teman, pasangan, dan keluarga. Selain itu Taylor, Peplau, dan Sears (2009) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan informasi yang diperoleh individu dari orang yang dicintai, dihormati dan dihargai, serta bagian dari hubungan dan kewajiban bersama.

Berdasarkan beberapa definisi dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah sebuah dorongan maupun

motivasi yang dirasakan oleh individu yang berasal dari orang lain, dorongan tersebut membuat individu merasa dihargai, dicintai, dibantu, dan dihormati. Dukungan sosial dapat diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya seperti orang tua, teman, dan yang lainnya.

2. Aspek-aspek Dukungan Sosial

House membedakan empat jenis atau empat aspek dukungan sosial (Smet, 1994):

1. Dukungan emosional

Dukungan emosional mencakup ungkapan empati, peduli dan perhatian terhadap individu yang bersangkutan.

2. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan terjadi melalui ungkapan hormat (penghargaan) positif, dorongan untuk maju atau persetujuan akan gagasan atau perasaan individu, dan perbandingan positif individu dengan orang lain, seperti orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah harga diri).

3. Dukungan instrumental

Dukungan instrumental mencakup bantuan langsung, misalnya memberi pinjaman uang ketika dibutuhkan atau menolong dengan pekerjaan ketika mengalami stres.

4. Dukungan informatif

Dukungan informatif mencakup dukungan yang berupa nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Selain itu, menurut Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) aspek-aspek dukungan sosial, yaitu:

1. Keluarga (*family*)

Dukungan keluarga atau bantuan-bantuan yang diberikan oleh keluarga terhadap individu seperti membantu dalam membuat keputusan maupun kebutuhan secara emosional. Dukungan keluarga dapat berasal dari orang tua, pasangan dan anak.

2. Teman (*friends*)

Dukungan teman atau bantuan yang diberikan oleh teman-teman kepada individu adalah seperti membantu dalam kegiatan sehari-hari maupun bantuan dalam bentuk lainnya dan dapat berbagi cerita.

3. Orang penting (*significant others*)

Orang penting (*significant others*) adalah orang yang dianggap penting di luar keluarga dan teman. Dukungan orang yang istimewa atau bantuan yang diberikan oleh seseorang yang berarti dalam kehidupan individu ini seperti membuat individu merasa nyaman dan merasa dihargai.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan aspek-aspek dari Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988). Hal ini disebabkan karena aspek-aspek tersebut dapat mengungkapkan persepsi dukungan sosial dari tiga sumber dukungan yang berbeda satu sama lain. Berdasarkan aspek-aspek tersebut, dapat di lihat bahwa dukungan sosial yang tinggi merupakan wujud dari

persepsi individu terhadap dukungan yang diterima dari tiga sumber yaitu, keluarga, teman, dan orang penting lainnya. Saat individu tidak dapat memenuhi dukungan sosial dari aspek-aspek tersebut, bisa jadi tingkat dukungan sosial belum setinggi individu yang menerima dukungan sosial dari aspek-aspek tersebut. Mungkin saja individu tersebut belum dapat merasakan adanya dukungan sosial yang dibutuhkan dari orang-orang dilingkungan sekitar sehingga dukungan sosial individu tersebut rendah.

C. Hubungan Dukungan Sosial dan *Coping Stress*

Dukungan sosial merupakan pertukaran hubungan antar pribadi yang bersifat timbal balik dimana seseorang memberi bantuan kepada orang lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dapat membantu mahasiswa perantau dari semua perubahan keadaan yang dialaminya. Menurut Hasan & Rufaidah (2013) sumber-sumber dukungan sosial dapat berasal dari keluarga sebagai lingkup sosial terkecil, kemudian lingkup sosial yang lebih luas yaitu lingkungan tempat tinggal, rekan (sekerja atau komunitas), ataupun dari atasannya.

Dukungan sosial dapat mempengaruhi cara individu dalam menghadapi atau memecahkan masalah yang terfokus pada pengurangan reaksi stres melalui perhatian, informasi dan umpan balik yang diperlukan individu untuk melakukan *coping stress* (Johnson dalam Meiriana, 2016). Menurut Taylor,

Peplau, dan Sears (2009) dukungan sosial bisa diberikan melalui beberapa cara, yaitu yang pertama adalah perhatian emosional yang diekspresikan melalui rasa suka, cinta atau empati, misalnya ketika individu sedang bermasalah dengan orang lain, ekspresi perhatian dari teman dapat sangat membantu. Kedua adalah bantuan instrumental seperti penyediaan jasa atau barang selama masa stres dan yang ketiga adalah memberikan informasi tentang situasi yang menekan. Kemudian, yang terakhir adalah informasi mungkin suportif jika ia relevan dengan penilaian diri. Misalnya jika individu sudah mengambil keputusan pada sebuah permasalahan, informasi dari seseorang yang memberitahukan bahwa keputusan yang diambil sudah benar akan sangat membantu.

Selain itu, Baron dan Bryne (2005) mengemukakan bahwa dukungan sosial mempunyai efek yang sangat signifikan terhadap *coping stress* individu. Bahkan hanya dengan bersama-sama dengan orang lain dapat mengurangi kecemasan (koping yang berpusat pada emosi). Selain itu keluarga maupun orang-orang terdekat lainnya dapat membantu individu untuk memecahkan permasalahan (koping yang berpusat pada masalah). Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping stress* sebagai strategi untuk manajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, hal ini berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun tidak nyata, dan *coping stress* merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distres demand*).

Aspek dukungan sosial memiliki hubungan terhadap aspek *coping stress* seseorang khususnya mahasiswa perantau. Pertama adalah dukungan sosial dari orang lain yang dianggap penting (*significant other*), dukungan sosial dari keluarga dan dukungan sosial dari teman dengan aspek *coping stress* berupa *using instrumental support* (mencari nasihat, bantuan, maupun informasi yang dapat menyelesaikan suatu masalah). Seorang mahasiswa perantau yang tidak merasakan adanya dukungan maupun bantuan dari sumber dukungan tersebut di lingkungan keluarga maupun pribadi akan membuat mahasiswa perantau kehilangan seseorang untuk menerima nasihat maupun informasi yang diperlukannya untuk mengatasi suatu masalah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cevik dan Yilzid (2017) memperlihatkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan mencari bantuan (*using instrumental support*). Hal ini memperlihatkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh seseorang maka semakin banyak pula bantuan, nasihat maupun informasi yang didapatkan untuk menyelesaikan permasalahan.

Kedua adalah aspek dukungan sosial dari orang lain yang dianggap penting (*significant other*), dukungan sosial dari keluarga dan dukungan sosial dari teman dikaitkan dengan aspek dari *coping stress* yaitu *self blame* (mengkritik diri sendiri sebagai penanggung jawab dalam sebuah situasi). Ketika terjadi permasalahan, mahasiswa perantau rentan untuk menyalahkan diri sendiri akibat dari permasalahan yang sedang dihadapi. Misalnya ketika mahasiswa perantau tidak dapat membantu temannya saat ban motornya

bocor, padahal saat itu juga temannya harus mengikuti ujian. Hasilnya, teman individu tersebut tidak dapat mengikuti ujian dan individu merasa bersalah akibat kejadian tersebut. Jika dukungan sosial yang diperoleh oleh mahasiswa perantau tinggi, maka dapat membuat kemungkinan yang kecil bagi mahasiswa perantau untuk tidak menyalahkan diri sendiri. Dengan adanya dukungan sosial yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan akan membuat individu merasa lebih percaya diri, sikap yang dapat menerima kenyataan, dan berpikir positif (Hasan dan Rufaidah, 2013). Seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Kim, Han, Shaw, McTavish, dan Gustafson (2010) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial dan *self blame*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh individu maka semakin rendah kemungkinan individu untuk menyalahkan diri sendiri sebagai penyebab permasalahan yang sedang dihadapi.

Selanjutnya adalah aspek dukungan sosial dari orang lain yang dianggap penting (*significant other*), dukungan sosial dari keluarga dan dukungan sosial dari teman dengan aspek *coping stress* berupa *acceptance* (menerima kenyataan bahwa situasi stress telah terjadi dan nyata). Dukungan sosial yang diterima mahasiswa perantau dapat mempengaruhi mahasiswa dalam menerima kenyataan terhadap situasi yang sedang dihadapi. Tingginya dukungan sosial yang diperoleh dapat membuat mahasiswa perantau lebih mudah dalam menerima situasi stress/tekanan yang sedang terjadi. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Roohafza, Afshar,

Keshtelli, Mohammadi, Feizi, Taslimi, dan Adibi (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan *acceptance*. Hal ini memperlihatkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan maka semakin tinggi penerimaan diri yang dirasakan individu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan *coping stress* pada mahasiswa perantau. Dengan demikian, apabila individu memiliki dukungan sosial yang tinggi maka akan baik pula *coping stress* yang dimunculkan.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah akan ada hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau di Yogyakarta.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Tergantung : *Coping Stress*
2. Variabel Bebas : Dukungan Sosial

B. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. *Coping Stress*

Coping stress adalah skor yang diperoleh responden setelah menjawab Skala Brief COPE. Skala Brief COPE (1997) dibuat oleh Carver yang merupakan hasil pembaruan dari Skala COPE yang telah di susun oleh Carver, Scheier dan Weinstraub (1989). Skala Brief COPE terdiri dari 14 subskala yang masing-masing subskala terdiri dari dua aitem. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi *coping stress* responden. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, semakin rendah *coping stress* responden.

2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah skor yang diperoleh responden setelah menjawab Skala Dukungan Sosial. Skala ini dikembangkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988), terdiri atas 12 aitem bertujuan untuk

mengungkap dukungan sosial. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi dukungan sosial responden. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah dukungan sosial yang dirasakan responden.

C. Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau di Yogyakarta yang berasal dari luar Pulau Jawa baik laki-laki maupun perempuan.

D. Metode Pengumpulan Data

Penelitian ini akan dilakukan secara kuantitatif. Pengumpulan data dalam bentuk angket (kuesioner) dengan menggunakan metode skala. Skala merupakan daftar pernyataan yang harus diisi oleh sejumlah sampel. Penggunaan skala dalam penelitian ini didasarkan pada suatu asumsi bahwa sampel penelitian merupakan orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri sehingga apa yang dinyatakan sampel adalah suatu yang benar-benar menggambarkan tentang kondisi dirinya. Penelitian ini menggunakan dua skala yang akan disampaikan kepada sampel, yaitu skala *coping stress* dan skala dukungan sosial.

1. Skala Coping Stress

Skala *Coping stress* yang bernama Brief COPE dikembangkan oleh Carver (1997) dengan aspek yang terdiri dari perilaku aktif (*active coping*), perencanaan (*planning*), mencari dukungan instrument (*using*

instrumental support), reframing positif (*positive reframing*), penerimaan (*acceptance*), menggunakan dukungan emosional (*using emotional support*), penyangkalan (*denial*), agama (*religion*), mengekspresikan perasaan (*venting*), pengalihan diri (*self-distraction*), perilaku menyimpang (*behavioral disengagement*), penggunaan zat (*substance*), menyalahkan diri sendiri (*self blame*), lelucon (*humor*).

Alat ukur Brief COPE merupakan hasil revisi dari inventori COPE yang disusun oleh Carver, Scheier dan Weintraub pada tahun 1989. Alat ukur dari Carver, Scheier dan Weintraub (1989) berlandaskan pada teori stress dan coping dari Lazarus dan Folkman (1984) serta model tingkah laku regulasi diri dari Carver dan Scheier (1981; 1990). COPE terdiri dari 15 subskala yang sudah digolongkan ke dalam *problem dan emotion-focused coping*. Penggolongan ini juga berlaku untuk Brief COPE yang merupakan revisi dari COPE. Kelima belas subskala dari COPE masing-masing terdiri dari empat aitem dengan total aitem secara keseluruhan adalah 60 aitem. Namun Carver dan rekan-rekan menemukan bahwa partisipan penelitian yang mayoritas adalah pasien, menjadi tidak sabar untuk menyelesaikan kuisioner tersebut karena jumlah aitem yang terlalu banyak dan beberapa aitem yang tidak sesuai. Oleh karena itu pada tahun 1997, Carver melakukan revisi terhadap alat ukur COPE yang kemudian diberi nama Brief COPE, dimana ada beberapa skala yang ditambahkan dan ada pula yang dihilangkan. Brief COPE terdiri dari 14 subskala yang masing-masing terdiri dari dua aitem.

Tabel 1
Distribusi Aitem Skala Coping Stress

No.	Aspek	Favorable Nomor	Jumlah
<i>Problem Focused Coping</i>			
1.	<i>Active Coping</i>	2 dan 7	2
2.	<i>Planning</i>	14 dan 25	2
3.	<i>Use of instrumental support</i>	10 dan 23	2
<i>Emotional Focused Coping</i>			
4.	<i>Venting</i>	9 dan 21	2
5.	<i>Self-distraction</i>	1 dan 19	2
6.	<i>Denial</i>	3 dan 8	2
7.	<i>Substance use</i>	4 dan 11	2
8.	<i>Use of emotional support</i>	5 dan 15	2
9.	<i>Bahavioral disengagement</i>	6 dan 16	2
10.	<i>Positive reframing</i>	12 dan 17	2
11.	<i>Humor</i>	18 dan 28	2
12.	<i>Acceptance</i>	20 dan 24	2
13.	<i>Religion</i>	22 dan 27	2
14.	<i>Self-blame</i>	13 dan 26	2
Total		28	28

Setiap aitem dalam kuisisioner ini diukur melalui empat pilihan jawaban, yaitu sangat selalu (SL), sering (SR), jarang (JR) dan tidak pernah (TP). Pada jawaban sangat selalu (SL) mendapat skor 4, sering (SR) mendapatkan skor 3, jarang (JR) mendapatkan skor 2 dan tidak pernah (TP) mendapat skor 1.

2. Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial ini dikembangkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988). Alat ukur ini awalnya memang dikembangkan bagi mahasiswa dan digunakan untuk mengukur dukungan sosial pada budaya yang berbeda-beda. Oleh sebab itu, peneliti merasa alat ukur ini cocok digunakan pada penelitian ini dengan subjek mahasiswa perantau.

Pada skala dukungan sosial terdiri dari pertanyaan-pertanyaan dengan lima pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), netral (N), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Pada jawaban sangat setuju (SS) mendapat skor 5, setuju (S) mendapatkan skor 4, netral (N) mendapatkan skor 3, tidak setuju (TS) mendapatkan skor 2 dan sangat tidak setuju (STS) mendapat skor 1.

Tabel 2
Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial

No.	Aspek	Favorable Nomor	Jumlah
1.	Keluarga	3,4,8,11	4
2.	Teman	6,7,9,12	4
3.	Orang lain yang dianggap penting	1,2,5,10	4
	Total	12	12

E. Metode Analisis Data

Data pada penelitian ini berupa data kuantitatif. Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini, yaitu ingin mengetahui korelasi antara variabel bebas yaitu dukungan sosial dan variabel tergantung *coping stress*, maka digunakan teknik statistik korelasi yaitu korelasional *Pearson*. Sebelum dilakukan uji korelasi dari *Pearson*, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji linieritas sebagai persyaratan uji hipotesis. Jika antara uji normalitas dan linearitas atau bahkan keduanya tidak normal, maka teknik statistik korelasi yang digunakan adalah korelasi *Spearman*. Keakuratan dan kemudahan pengolahan data dalam analisis dengan menggunakan SPSS 17.0 *for Windows*.

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Azwar (2013) mengemukakan bahwa validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Menurut Azwar (2013), suatu skala dapat dikatakan berguna atau tidak sangat ditentukan oleh tingkat validitasnya. Selain itu, validitas mengacu pada kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang telah dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2012). Pada umumnya aitem dengan koefisien > 0.30 dianggap sebagai aitem yang memiliki validitas yang baik. Namun, apabila jumlah aitem yang memiliki koefisien kurang dari

0.30 maka dapat diturunkan menjadi 0.25 sehingga jumlah aitem dapat tercapai. Pengujian validitas ini menggunakan SPSS versi 17 *for windows*

2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2012), salah satu ciri instrumen ukur yang berkualitas baik adalah reliabel, yaitu mampu menghasilkan skor atau nilai yang cermat dengan eror pengukuran yang kecil. Reliabilitas fungsi ukur skala diestimasi melalui dua macam statistik, yaitu koefisien reliabilitas dan eror standar pengukuran. Pengukuran reliabilitas hanya dilakukan pada aitem-aitem terseleksi dengan ditunjukkan oleh koefisien reliabilitas *alpha* yang dikembangkan oleh *Cronbach* (Azwar, 2013).

Azwar (2012) menjelaskan bahwa reliabilitas mengacu pada keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Koefisien reliabilitas berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1,00. Jika koefisien reliabilitas semakin tinggi mendekati 1,00, maka pengukuran semakin reliabel.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Penelitian tentang hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau dilaksanakan di Yogyakarta. Peneliti menyebarkan kuisisioner pada asrama-asrama mahasiswa perantau yang berasal dari luar Jawa. Di Yogyakarta, jumlah asrama hingga tahun 2008 mencapai 73 asrama. Namun pada penelitian ini, peneliti menyebarkan kuisisioner pada 5 asrama yaitu, asrama putra Riau (Kampar), asrama putra dan putri Padang, asrama putra Gorontalo, dan asrama putra Belitung.

Asrama putra Ikatan Mahasiswa Riau (Kampar) terletak di Jl. Kaliurang KM 7, Pasar Colombo, Sleman. Asrama ini terdiri dari 12 kamar dengan 25 orang penghuni. Selain kuliah, mahasiswa di asrama ini memiliki aktivitas-aktivitas rutin lainnya, seperti yasinan gotong royong, dan rapat evaluasi asrama yang dilaksanakan dalam setiap minggu. Selain itu pada setiap tahun, mahasiswa asrama biasanya mengadakan makrab, MTA, pelantikan pengurus, kumpul bersama di setiap tahun baru dan hari raya idul adha, dan mandi balimau.

Selain itu, asrama putra Gorontalo terletak di Jl. Samirano VI, Caturtunggal, Sleman. Asrama ini memiliki 13 kamar dengan 13 orang penghuni, namun kamar yang digunakan oleh penghuni asrama hanya 12

kamar, karena 1 kamar lagi dikhususkan sebagai kamar tamu. Kamar tamu digunakan sebagai fasilitas untuk tamu yang berasal dari Gorontalo yang ingin berlibur atau tempat tinggal sementara pelajar yang sedang mencari kos. Asrama putra Gorontalo tidak memiliki aktivitas/kegiatan rutin yang sudah terjadwal. Hanya saja biasanya mahasiswa Gorontalo sering berjualan makanan khas daerah. Selain itu, asrama Gorontalo juga sering dijadikan tempat berkumpul himpunan mahasiswa Gorontalo ketika rapat.

Asrama Mahasiswa Merapi Singgalang (Asrama putra Padang) terletak di Jl. Magelang km 4 Karangwaru Kidul TR II/506, Yogyakarta. Asrama ini terdiri dari 17 kamar dan 29 orang penghuni. Sedangkan Asrama Bundo Kandung (Asrama putri Padang) terletak di Jl. Bintaran No. 7, Yogyakarta. Asrama ini memiliki 15 kamar dengan 22 orang penghuni. Dalam setiap minggunya, para penghuni asrama memiliki beberapa kegiatan, yaitu latihan nari dan piket membersihkan kamar mandi. Selain itu setiap bulannya akan diadakan gotong royong bersama.

Selanjutnya, yang terakhir adalah asrama Calamoa (asrama putra Belitung). Asrama ini memiliki 30 kamar dengan 35 penghuni. Kegiatan yang biasa dilakukan penghuni asrama disetiap minggu adalah yasinan, bermain futsal. Selain itu, pada setiap bulan biasanya diadakan rapat bulanan dan pergantian pengurus pada setiap tahunnya.

Selain itu peneliti juga menggunakan *google form* untuk menyebar kuisisioner penelitian agar mempermudah peneliti dalam memperoleh responden. Rata-rata responden yang mengisi *google form* bertempat

tinggal di kos. Selain itu didapatkan bahwa responden pada penelitian ini berasal dari perguruan tinggi UII, UGM, UPN, UAD, UIN SUSKA, UNY, Mercubuana, UMY, UTY, UJB, UHAMKA, UAY, UJB AMIKOM, STTENAS, STPMD, AMPTA, BSI, UST, PGRI, Ichsan, dan IST AKPRINDO,

2. Persiapan

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi dalam penelitian ini diawali dengan persiapan surat izin yang dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya dengan nomor 92/Dek/70/ Div.Um.RT/1/2018 tanggal 23 Januari 2018. Surat ditujukan kepada Ketua Asrama Riau (Kampar).

b. Persiapan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan untuk pengambilan data dalam penelitian ini berbentuk skala. Adapun penjelasan lebih lanjut sebagai berikut:

1) Skala *Coping Stress*

Skala *coping stress* digunakan untuk mengukur *coping stress* pada responden. Skala *coping stress* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari skala Brief COPE yang mengacu pada dua aspek dan 14 subaspek yang dijelaskan oleh Carver (1997). Skala ini terdiri dari 28 aitem pernyataan.

2) Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial digunakan untuk mengukur dukungan sosial yang dimiliki pada responden. Skala dukungan sosial yang digunakan pada penelitian ini merupakan adaptasi dari skala yang mengacu pada tiga aspek yang dijelaskan oleh Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988). Skala ini terdiri dari 12 pernyataan.

c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur menggunakan skala *coping stress* (Carver, 1997) dan skala dukungan sosial (Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley, 1988). Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 13 Januari dengan jumlah responden 60 orang. Total aitem pada alat ukur sebanyak 40 aitem, yang terdiri dari skala *coping stress* sebanyak 28 aitem dan skala dukungan sosial sebanyak 12 aitem. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan program SPSS versi 17.00 *for windows*.

d. Hasil Uji Coba Alat Ukur

1) Skala *Coping Stress*

Hasil analisis uji coba yang dilakukan pada skala *coping stress* menunjukkan bahwa dari 28 aitem pertanyaan yang tersedia menghasilkan 17 aitem yang sah dan 11 aitem gugur, dengan aitem yang bergerak antara -0,034 – 0.600. aitem yang gugur dalam skala ini adalah aitem nomor 1,2,3,4,5,6,8,11,13,16,19 sehingga terdapat 4 aspek yang hilang yaitu *self distraction*, *denial*,

substance use, dan *behavioral disengagement*. Dengan pertimbangan tertentu, peneliti tetap memasukkan aitem-aitem tersebut. Sementara itu, hasil dari pengujian skala *coping stress* memperoleh koefisien reliabilitas *cronbach alpha* sebesar 0,778. Berikut adalah tabel distribusi aitem pada skala *coping stress*:

Tabel 3
Distribusi Aitem Skala Coping stress Setelah Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Butir
<i>Problem Focused Coping</i>		
1.	<i>Active Coping</i>	2 dan 7
2.	<i>Planning</i>	14 dan 25
3.	<i>Use of instrumental support</i>	10 dan 23
<i>Emotional Focused Coping</i>		
4.	<i>Venting</i>	9 dan 21
5.	<i>Self-distraction</i>	1 dan 19
6.	<i>Denial</i>	3 dan 8
7.	<i>Substance use</i>	4 dan 11
8.	<i>Use of emotional support</i>	5 dan 15
9.	<i>Bahavioral disengagement</i>	6 dan 16
10.	<i>Positive reframing</i>	12 dan 17
11.	<i>Humor</i>	18 dan 28
12.	<i>Acceptance</i>	20 dan 24
13.	<i>Religion</i>	22 dan 27
14.	<i>Self-blame</i>	13 dan 26
Total		28

2) Skala Dukungan Sosial

Hasil analisis uji coba yang dilakukan pada skala dukungan sosial menunjukkan bahwa dari 12 aitem pertanyaan yang tersedia menghasilkan 12 aitem yang sah yang bergerak antara 0.363 – 0.662, sehingga semua aitem tersebut dapat digunakan. Sementara itu, hasil dari pengujian skala dukungan sosial memperoleh

koefisien reliabilitas cronbach alpha sebesar 0,871. Berikut adalah tabel distribusi aitem pada skala dukungan sosial:

Tabel 4
Distribusi Aitem Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

Aspek	Nomor Butir
1. Keluarga	3,4,8,11
2. Teman	6,7,9,12
3. Orang lain yang dianggap penting	1,2,5,10
Jumlah	12

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan dengan menyebarkan *google form* dan kuisisioner yang diserahkan ke asrama-asrama mahasiswa perantau, yaitu asrama Riau (Kampar), Padang, Gorontalo dan Belitung. *Google form* mulai dibuka dari tanggal 13 Januari 2018 sampai tanggal 28 Januari 2018. Setelah itu, peneliti menghubungi ketua asrama masing-masing untuk mengatur jadwal pemberian kuisisioner beserta surat izin penelitian. Asrama pertama yang peneliti datangi adalah asrama Riau pada tanggal 24 Januari 2018, lalu dilanjutkan dengan asrama Padang, Gorontalo dan Belitung. Peneliti meninggalkan kuisisioner kepada ketua asrama untuk dibagikan kepada penghuni-penghuni asrama. Ketika memberikan kuisisioner tersebut, peneliti memberikan penjelasan terkait dengan maksud dan tujuan dari penelitian ini. Kuisisioner akan diambil kembali sekitar 2-3 hari setelah diberikan. Jumlah kuisisioner yang disebar oleh peneliti sebanyak 70 buah. Adapun dari kuisisioner yang memenuhi

kriteria sebanyak 62 kuisioner karena didapatkan beberapa aitem yang tidak diisi.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Responden Penelitian

Gambaran responden yang terlibat dalam penelitian, berdasarkan data yang diperoleh dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 5
Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	100	49,5%
Perempuan	102	50,5%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 100 orang (49,5%) dan 102 orang (50,5%) dengan jenis kelamin perempuan.

Tabel 6
Deskripsi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
17 tahun – 19 tahun	17	8,4%
20 tahun – 22 tahun	158	78,2%
23 tahun – 25 tahun	27	13,4%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden berusia 20 tahun – 22 tahun dengan persentase 78,2%. Dan minoritas reponden berusia 17 tahun – 19 tahun dengan persentase sebesar 8,4%..

Tabel 7
Deskripsi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	Jumlah	Persentase
Kos	135	66,8%
Asrama	67	33,2%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden bertempat tinggal di kos dengan persentase sebesar 66,8%.

Tabel 8
Deskripsi Responden Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Jumlah	Persentase
Tahun pertama – tahun keempat	167	82,7%
Tahun kelima – tahun kedelapan	35	17,3%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden berasal dari angkatan tahun pertama – tahun keempat dengan persentase sebesar 82,7%.

Tabel 9
Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Merantau

Lama Merantau	Jumlah	Persentase
Sebelum 3 tahun	99	49%
Sesudah 3 tahun	103	51%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden merantau sudah lebih dari 3 tahun dengan persentase sebesar 51%.

Tabel 10
Deskripsi Responden Berdasarkan Perguruan Tinggi

Perguruan Tinggi	Jumlah	Persentase
UII	100	49,5%
UGM	34	16,9%
UPN	15	7,4%
UAD	11	5,4%
UMY	11	5,4%
Universitas lainnya	31	15,4%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden berasal dari universitas UII dengan persentase 49,5%.

Tabel 11
Deskripsi Responden Berdasarkan Pulau Asal

Kota asal	Jumlah	Persentase
Sumatera	162	80,2%
Kalimantan	10	5%
Sulawesi	22	10,9%
Bali	3	1,5%
NTB	4	2%
Papua	1	0,5%
Jumlah	202	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini mayoritas responden berasal dari Sumatera dengan persentase 80,2% dan minoritas responden berasal dari Papua dengan persentase 0,5%

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan analisis data, maka diperoleh norma deskripsi data penelitian. Deskripsi data akan memberikan gambaran yang penting mengenai keadaan distribusi skor skala pada kelompok responden

yang diukur, informasi mengenai keadaan responden pada aspek atau variabel yang diteliti (Azwar, 2003). Norma deskripsi data ini diperoleh dengan menggunakan norma percentil. Norma percentil skala *coping stress* dan dukungan sosial dapat dilihat pada Tabel 10 di bawah ini.

Tabel 12
Norma Persentil Coping stress dan Dukungan Sosial

Variabel	Percentil			
	20	40	60	80
1. <i>Coping Stress</i>	2,61	2,71	2,79	2,86
2. Dukungan Sosial	3,67	3,92	4,17	4,42

Dari hasil penelitian yang dapat dilihat pada tabel 10 di atas akan disajikan 5 penormaan yang akan diungkap, yaitu Sangat Rendah, Rendah, Sedang, Tinggi, dan Sangat Tinggi.

Tabel 13
Kategorisasi Norma Percentil

Norma Kategorisasi	Kategori
$X < P_{20}$	Sangat Rendah
$P_{20} \leq X < P_{40}$	Rendah
$P_{40} \leq X < P_{60}$	Sedang
$P_{60} \leq X \leq P_{80}$	Tinggi
$X > P_{80}$	Sangat Tinggi

Berdasarkan norma kategori tersebut, maka responden penelitian ini dapat dikelompokkan ke dalam lima kategori pada variabel *coping stress*, yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 14
Kategorisasi Norma Percentil Pada Variabel Coping Stress

Rentang Angka	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 2,57$	Sangat Rendah	32	15,8%
$2,57 \leq X < 2,68$	Rendah	37	34,2%
$2,68 \leq X < 2,79$	Sedang	41	20,3%
$2,79 \leq X \leq 2,91$	Tinggi	52	25,7%
$X > 2,91$	Sangat Tinggi	40	19,8%
Total		202	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki *coping stress* dengan kategorisasi tinggi dengan persentase 25,7%.

Tabel 15
Kategorisasi Norma Percentil Pada Variabel Dukungan Sosial

Rentang Angka	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
$X < 3,67$	Sangat Rendah	37	18,3%
$3,67 \leq X < 3,92$	Rendah	37	18,3%
$3,92 \leq X < 4,17$	Sedang	47	23,3%
$4,17 \leq X \leq 4,42$	Tinggi	46	22,8%
$X > 4,42$	Sangat Tinggi	35	17,3%
Total		202	100%

Tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki dukungan sosial dengan kategorisasi sedang menuju ke kategorisasi tinggi dengan persentase masing-masing kategori 23,3% dan 22,8%.

Selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi pada kedua aspek *coping stress*, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Kategorisasi dari kedua aspek dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 16
Persentil Problem Focused Coping dan Emotional Focused Coping

Variabel	Persentil			
	20	40	60	80
1. <i>Problem Focused Coping</i>	3,00	3,71	3,33	3,50
2. <i>Emotional Focused Coping</i>	2,45	2,55	2,67	2,77

Berdasarkan persentil tersebut, maka responden penelitian ini dapat dikelompokkan ke dalam lima kategori pada *problem focused coping* dan *emotional focused coping*, yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 17
Kategorisasi Norma Persentil Pada Problem Focused Coping dan Emotional Focused Coping

<i>Problem Focused Coping</i>		Kategorisasi	<i>Emotional Focused Coping</i>	
(%)	Frekuensi		Frekuensi	(%)
16,3%	33	Sangat Rendah	35	17,3
19,8%	40	Rendah	34	16,8
21,8%	44	Sedang	41	20,3
25,2%	51	Tinggi	55	27,2
16,8%	34	Sangat Tinggi	37	18,3

Pada tabel 16 dapat dilihat bahwa mayoritas responden penelitian memiliki *problem focused coping* yang tinggi (25,2%), dan *emotional focused coping* yang tinggi (27,2%).

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat data yang digunakan dalam penelitian memiliki penyebaran atau distribusi yang normal atau tidak. Analisis statistik yang digunakan dalam uji normalitas ini adalah analisis statistik parametrik. Maka dari itu, persyaratan yang harus dipenuhi adalah terdistribusinya data secara normal. Apabila hasil $p > 0,05$, maka dapat dinyatakan bahwa data yang ada sebaran data berdistribusi normal dan $p < 0,05$ jika data tidak terdistribusi secara normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 18
Hasi Uji Normalitas

Variabel	P	Keterangan
Coping Stress	0.000	Tidak normal
Dukungan Sosial	0.001	Tidak normal

Hasil uji normalitas dengan teknik *Kolmogrov-Smirnov Test* pada skala *coping stress* menunjukkan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Adapun pada skala dukungan sosial menunjukkan nilai $p = 0.001$ ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel *coping stress* dan dukungan sosial memiliki distribusi data yang tidak normal yang artinya bahwa sebaran data pada kedua variabel berdistribusi tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel tergantung memiliki hubungan yang linier dalam penelitian. Apabila hasil $p < 0.05$ maka dapat dinyatakan bahwa kedua variabel bersifat linear. Hasil uji linearitas dari *coping stress* dan dukungan sosial memenuhi asumsi linearitas dengan nilai $F = 113.589$ dan $p = 0.000$. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 19
Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	Keterangan
<i>Coping stress</i> dan Dukungan Sosial	0.000	Linear

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk memberi penjelasan terkait hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau. Uji normalitas dari penelitian menunjukkan bahwa kedua skala berdistribusi tidak normal dan uji linearitas penelitian menunjukkan hasil yang linear, sehingga uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment Spearman Rho*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 20
Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	r ²	Sig	Tingkatan Hubungan
Dukungan Sosial dan <i>Coping Stress</i>	0.519	0.269	0.000	Kuat

Hasil uji hipotesis antara variabel dukungan sosial dan *coping stress* pada tabel di atas menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,519 dengan nilai signifikan sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan kategori kuat pada kedua variabel, yang artinya hubungan antara kedua variabel cukup kuat. Hasil dari nilai koefisien korelasi juga menunjukkan hubungan antara kedua variabel yang berarah positif, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh individu, maka semakin tinggi *coping stress* individu tersebut, dan begitu pula sebaliknya. Adapun koefisien determinasi (r^2) = 0,269 (26,9%), hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi *coping stress* sebesar 26,9%.

4. Analisis Tambahan

Peneliti melakukan analisis tambahan dengan melakukan uji korelasi antara masing-masing aspek dari variabel dukungan sosial dan variabel *coping stress*. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 21
 Hasil korelasi antara aspek dukungan sosial dan aspek coping stress

No	Aspek		Keluarga	Teman	Orang yang dianggap penting
1	<i>Problem Focused Coping</i>	<i>Active coping</i>	r .247	.171	.168
			p .000	.007	.008
2		<i>Planning</i>	r .273	.133	.309
			p .000	.029	.000
3		<i>Use instrumental support</i>	r .245	.278	.277
			p .000	.000	.000
4	<i>Emotional Focused Coping</i>	<i>Venting</i>	r .171	.199	.173
			p .008	.002	.007
5		<i>Self distraction</i>	r .105	.085	.146
			p .068	.114	.019
6		<i>Denial</i>	r .134	.201	.148
			p .029	.002	.018
7		<i>Substance use</i>	r -.149	.054	.021
			p .017	.223	.382
8		<i>Use emotional support</i>	r .293	.298	.339
			p .000	.000	.000
9		<i>Behavioral disengagem ent</i>	r -.160	.108	-.027
			p .012	.063	.353
10		<i>Positive reframing</i>	r .181	.157	.214
			p .005	.013	.001
11		<i>Humor</i>	r .220	.119	.206
			p .001	.046	.002
12		<i>Acceptance</i>	r .177	.148	.134
			p .006	.018	.028
13		<i>Religion</i>	r .298	.037	.091
			p .000	.300	.098
14		<i>Self blame</i>	r -.130	.046	.109
			p .033	.259	.062

Hasil uji korelasi antara aspek dari variabel dukungan sosial dan aspek dari variabel *coping stress* pada tabel di atas menunjukkan beberapa aspek yang berkorelasi negatif, seperti

dukungan sosial keluarga dengan *substance use* dan *behavioral disengagement*. Selain itu ditemukan beberapa aspek yang tidak berhubungan, seperti aspek dukungan sosial teman dan orang yang dianggap penting dengan *self distraction*, *substance use* dan *behavioral disengagement*.

D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan yang terdapat antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau di Yogyakarta. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau. Hal ini ditunjukkan dari nilai korelasi Spearman sebesar $r = 0.529$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.001$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sakti (2015) pada kalangan siswa, bahwa dukungan sosial berkorelasi positif dengan *coping stress*. Selain itu, penelitian yang dilakukan Sutandi (2011) juga memiliki hasil penelitian bahwa dukungan sosial dan *coping stress* memiliki korelasi yang signifikan pada homoseksual.

Menurut Niam (dalam Tyas dan Savira, 2017) kesulitan- kesulitan yang dialami oleh mahasiswa luar Jawa sewaktu tinggal di Jawa membawa beberapa dampak negatif seperti turunnya prestasi, gangguan psikis, sulit berinteraksi, serta masalah keuangan. Dampak tersebut dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa perantau. Menurut Sarafino (2012) dukungan sosial berperan penting untuk

membantu individu mengatasi stres. Selain itu, Smet (1994) menambahkan bahwa individu yang merasakan tekanan baik secara langsung maupun tidak langsung membutuhkan dukungan sosial dari lingkungan untuk mengatasi tekanan yang dialami atau sebagai *coping stress* bagi dirinya. Dukungan sosial dapat membuat mahasiswa perantau merasa dibutuhkan, diperhatikan, dan memberikan kenyamanan. Selain itu Sakti (2015) menambahkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial akan mudah melakukan *coping* dibandingkan individu yang tidak atau belum mendapatkan dukungan sosial.

Data yang sudah diperoleh menunjukkan bahwa mahasiswa perantau di Yogyakarta memiliki tingkat dukungan sosial yang masuk dalam kategori sedang (23,3%) menuju kategori tinggi (22,8%). Dalam hal ini, dukungan sosial dipandang mempengaruhi *coping stress* pada mahasiswa perantau. Hal ini dapat dilihat dalam hasil penelitian yang telah dilakukan, dimana terlihat bahwa sumbangan efektif dukungan sosial terhadap *coping stress* pada mahasiswa perantau sebesar 0,269 (r^2). Hal tersebut menggambarkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh sebesar 26,9% terhadap *coping stress* pada mahasiswa perantau. Sedangkan sisanya, 73,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sejalan dengan pendapat di atas, *coping stress* pada mahasiswa perantau masuk dalam kategori tinggi (25,7%).

Menurut Breakwell (dalam Tyas dan Savira, 2017) *coping stress* merupakan segala perilaku dan pikiran yang berhasil mengurangi maupun menghilangkan *stressor* atau ancaman, baik secara dikenali oleh individu maupun tidak. Jadi individu dapat disebut melakukan *coping* meskipun individu tersebut tidak

menyadari atau tidak mau mengakuinya. Lazarus dan Folkman (1984) membagi *coping stress* dalam 2 bentuk, yaitu koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan koping yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*). Dalam penelitian ini mahasiswa perantau memiliki tingkat *problem focused coping* (25,2%) dan *emotional focused coping* (27,2%) pada kategori tinggi. Kedua coping tersebut berada pada kategori yang tinggi, namun jika dilihat dari jumlah persentase dapat dilihat bahwa mahasiswa perantau lebih banyak menggunakan *emotional focused coping*. Di dukung dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu responden, bahwa ketika terjadi permasalahan biasanya responden memilih untuk berdoa kepada Tuhan dan shalat. Menurut responden hal ini dapat memberikan ketenangan dan membuat responden lebih dapat berpikir dengan jernih. Hal tersebut sejalan dengan yang dikemukakan oleh Compas dkk, yaitu *coping stress* terdiri dari dua tingkat. Tingkat pertama adalah reaksi awal terhadap stres yaitu *emotion focused coping*, dimana ketika permasalahan muncul, individu lebih memilih untuk merasa tidak terlalu cemas, tidak terlalu marah dan berusaha untuk meningkatkan perasaan-perasaan positif. Pada tingkatan pertama individu lebih mengontrol emosi-emosi yang dirasakan sehingga dapat membuat individu lebih merasa tenang dan dapat melanjutkan ketingkatan kedua yaitu *problem focused coping* (Baron & Bryne, 2003).

Hasil dari uji hipotesis yang telah dilakukan memperlihatkan bahwa terdapat hubungan yang berkorelasi positif antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau di Yogyakarta. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis tambahan terkait dengan korelasi pada masing-masing aspek dari kedua variabel.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat beberapa hasil yang berbeda antara hasil uji hipotesis dan hasil korelasi antar aspek sehingga menjadi menarik untuk di bahas. Pertama adalah tidak terdapat hubungan antara aspek-aspek dukungan sosial yaitu keluarga (.068) dan teman (.114) dengan aspek *emotional focused coping* yaitu pada subaspek *self distraction*. Hal ini memperlihatkan bahwa dukungan sosial keluarga dan teman tidak berpengaruh terhadap *self distraction* yang dilakukan oleh mahasiswa perantau. Tidak adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dan teman dengan *self distraction* dapat disebabkan karena pernyataan aitem-aitem pada aspek *self distraction* yang tidak di modifikasi, sehingga kurang dapat mengungkap aspek tersebut secara keseluruhan, seperti pernyataan pada aitem nomor 19 yaitu “saya mengurangi pikiran tentang masalah saya dengan cara melamun, tidur atau berkhayal”. Pada aitem nomor 19 tersebut, sebaiknya dapat dimodifikasi dengan contoh perilaku yang lebih sering dilakukan mahasiswa seperti menonton bioskop, pergi berbelanja, nongkrong dan yang lainnya. Tidak dimodifikasinya pernyataan pada aitem-aitem tersebut dapat menjadi salah satu penyebab mengapa aspek dukungan sosial keluarga dan teman dengan *self distraction* tidak memiliki hubungan.

Kedua adalah terdapat hubungan yang berkorelasi negatif antara aspek dukungan sosial yaitu keluarga dan aspek *emotional focused coping* yaitu pada subaspek *substance use*. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga yang diterima, maka semakin rendah pemilihan *coping* berupa *substance use* pada mahasiswa perantau. Dukungan sosial keluarga salah satunya dapat diperoleh dari orangtua. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Wills, Resko,

Ainette dan Mendoza (2004) pada remaja multietnis, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang berkorelasi negatif antara dukungan sosial orangtua dan *substance use*. Menurut Wijaya & Pratitis (2012) bantuan maupun dukungan orangtua yang diberikan kepada anaknya, akan membuat individu memiliki keyakinan diri dan menimbulkan perasaan positif yang dirasakan. Perasaan yang positif dapat menimbulkan pikiran yang positif pula dan hal ini dapat membuat individu untuk terhindar dari pemakaian obat-obatan terlarang.

Selanjutnya yang terakhir adalah ditemukannya hubungan yang berkorelasi negatif antara aspek dukungan sosial yaitu keluarga dan aspek *emotional focused coping* yaitu pada subaspek *behavioral disengagement* (-.160). Menurut Carver (1997) *behavioral disengagement* dapat dikatakan sebagai kecenderungan individu untuk menyerah dalam berusaha mencapai tujuan yang terhambat oleh stressor. Hubungan yang berkorelasi negatif tersebut memperlihatkan bahwa dengan adanya dukungan sosial keluarga yang tinggi pada mahasiswa perantau dapat membuat mahasiswa perantau merasa bahwa keluarga dapat memberikan dukungan secara emosional, bantuan dalam pengambilan keputusan, dan bantuan lain yang dibutuhkan dapat membuat mahasiswa perantau untuk terus semangat dan tidak menyerah dalam menyelesaikan permasalahan yang dialaminya. Sedangkan dua aspek dukungan sosial yang lain yaitu teman dan orang yang dianggap penting tidak memiliki hubungan dengan subaspek *behavioral disengagement*, yang dibuktikan dengan nilai signifikan yang lebih besar dari 0,05. Hal ini memperlihatkan bahwa pada aspek dukungan sosial, hanya dukungan sosial keluarga yang memiliki hubungan dengan subaspek *behavioral*

disengagement. Ketika mahasiswa perantau dalam kondisi stres dan putus asa dalam menghadapi masalah, keluarga adalah dukungan sosial yang memegang peranan sangat penting yang dibutuhkan mahasiswa, maka dari itu dukungan sosial teman dan orang yang dianggap penting menjadi dukungan yang tidak terlalu utama yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam kondisi ini. Menurut Fibrianti dalam Rahmawati, (2017) menyebutkan bahwa mahasiswa yang merasakan dukungan sosial keluarga terutama orangtua, dapat lebih efektif membantu mahasiswa mengatasi peristiwa yang berpotensi menimbulkan stres. Hal ini dapat menjadi salah satu penyebab mengapa dukungan sosial teman dan orang yang dianggap penting tidak memiliki hubungan dengan *behavioral disengagement*.

Kelemahan yang ditemukan dari penelitian ini adalah terdapat aitem-aitem pada skala *coping stress* yang bias budaya seperti pada aspek *substance use*, sehingga memancing responden menjawab secara normatif. Selain itu, peneliti juga tidak dapat menemui beberapa responden yang bertempat tinggal di asrama dan responden yang mengisi kuisisioner melalui *google form*. Hal ini membuat peneliti tidak bisa menobeservasi secara langsung ketika responden mengisi kuisisioner.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu adanya hubungan antara dukungan sosial dan *coping stress* pada mahasiswa perantau.

B. Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat responden penelitian yaitu mahasiswa perantau pada tahun pertama dengan menambahkan variabel lain seperti *homesick*, kesepian, penyesuaian diri, kemandirian dan lain-lain.
 - b. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan untuk dapat memodifikasi skala *coping stress* terutama aitem-aitem yang bias budaya seperti aitem pada nomor 1,3,4,11,19 dan 27.
 - c. Selanjutnya, peneliti diharapkan menyebarkan kuisisioner secara manual agar dapat menobeservasi responden secara langsung ketika pengisian kuisisioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, J. H., & Ambarini, T. K. (2014). Pengaruh hardiness dan *coping stress* terhadap tingkat stres pada kadet akademi TNI-AL. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 3(2), 72-78.
- Annurwanda, P. (2016). Perguruan tinggi terbaik di Indonesia masih terpusat di pulau Jawa. Diakses pada tanggal 16 Maret 2017 di http://www.kompasiana.com/pradiptaannurwanda/perguruan-tinggi-terbaik-di-indonesia-masih-terpusat-di-pulau-jawa_57ece360357b618c136e83ff
- Aprianti, I. (2012). Hubungan antara perceived social support dan psychological well-Being pada mahasiswa perantau tahun pertama di universitas indonesia. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Depok. Diakses di <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320186-S-Indah%20Aprianti.pdf>.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial edisi kesepuluh jilid 2*. (Penerjemah: Ratna Djuwita, dkk). Jakarta: Erlangga.
- Bayani, I., & Sarwasih, S. (2013). Attachmen dan Peer Group dengan Kemampuan *Coping stress* pada Mahasiswa Kelas VII di SMP RSBI Al Azhar 8 Kemang Pratama. *Jurnal Soul*. 6(1), 78-96.
- Carver, C.S., & Scheier, M. F. (1989). Assaing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Persnality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*. 4(1), 92-100.
- Cevik, G. B & Yildiz, M. A. (2017). The role of perceived social support and coping styles in predicting adolescents' positivity. *Universal Journal of Educational Research*, 5(5), 723-732.
- Dewi, M. P. (2008). Stres pada mahasiswa yang merantau. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(1).

- Endler, N & Zeidner, M. (2002). *Handbook of coping stress*. New York : John Wiley & Sons Ltd.
- Estiane, U. (2015). Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap penyesuaian sosial mahasiswa baru di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 4(1), 29-40.
- Hasan, N., & Rufaidah, E. R. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan strategi coping pada penderita stroke RSUD Dr. Moewardi Surakarta. *TALENTA*, 2(1), 41-62.
- Indirawati, E. (2006). Hubungan antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping. *Jurnal Psikologi Undip*, 3(2), 69-92.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring. (2016). *Online*. Di akses di <https://kbbi.kemdikbud.go.id/Beranda>
- Kim, J., Han, J. Y., Shaw, B., McTavish, F., & Gustafson, D. (2010). The roles of social support and coping strategies in predicting breast cancer patients' emotional well-being. *Journal of health psychology*, 15(4), 543-552.
- King, L. A. (2016). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. (Penerjemah: Petty Gina Gayatri). Jakarta: Salemba Humanika.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York : Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. S., Folkman, S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful: Cognitive appraisal coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5). 992-1003.
- Legiran, Azis. M. Z., Bellinawati, N. (2015). Faktor risiko stress dan perbedaannya pada mahasiswa berbagai angkatan di fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 2(2), 197-202.
- Maharani, P. (2012). Hubungan antara persepsi dukungan sosial orangtua dengan motivasi berprestasi pada mahasiswa perantau di Jakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Pelita Harapan, Karawaci. Di akses di <http://dspace.library.uph.edu:8080/handle/123456789/313>.
- Meiriana, A. (2016). Hubungan antara *coping stress* dan dukungan sosial dengan motivasi belajar pada remaja yang orang tuanya bercerai (Samarinda). *PSIKOBORNEO*. 4(2), 396-406.

- Nevid, J.S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal edisi kelima*. (Penerjemah: Jeanette Murad dkk). Jakarta: ERLANGGA.
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan optimisme dan *coping stress* pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi*. 9(1), 41-47.
- Prabowo, A. G. (2016). Perilaku agresif pada pecandu alkohol. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Di akses di <http://eprints.ums.ac.id/47036/17/Halaman%20Depan.pdf>
- Prayascitta, P. (2010). Hubungan antara *coping stress* dan dukungan sosial dengan motivasi belajar remaja yang orangtuanya bercerai. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Di akses di <https://eprints.uns.ac.id/9095/1/149781708201012091.pdf>
- Rahmawati, D. (2017). Peranan efikasi diri dan dukungan sosial keluarga terhadap pengambilan keputusan bertahan di Pondok Tahfidz pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Di akses di <http://etheses.uin-malang.ac.id/9035/1/13410156.pdf>
- Rizky, E., Zulharman., & Risma, D. (2014). Hubungan efikasi diri dengan *coping stress* pada mahasiswa angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *JOM FK*. 1(2), 1-8.
- Roohafaza, H. R., Afshar, H., Keshteli. A, H., Mohammadi, N., Feizi, A., Taslimi, M., & Adibi, P. What's the role of perceived social support and coping styles in depression and anxiety. (2014). *J Res Med Sci*, 19(10), 944-949.
- Sakti, E. D. D. (2015). Hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* pada siswa akselerasi. *Naskah Publikasi*. Falkutas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses di <http://eprints.ums.ac.id/32718/20/02.%20Naskah%20Publikasi.pdf>.
- Santrock, J. W. (2005). *Psychology, updated seventh edition*. New York: Mc Graw Hill Companies.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: biopsychosocial interactions, 7th/ed*. John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*. 44(1), 127-139.
- Sari, F. I. (2015). Hubungan antara *coping stress* dengan motivasi belajar siswa Pondok Pesantren di Magelang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu

Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta. Diakses di <http://repository.uui.ac.id/100/SK/I/0/01/016/016993/uui-skripsi-motivasi%20belajar-fathika%20imas%20sari-7466644890-preliminari.pdf>.

- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana.
- Suhariadi, F. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri masa persiapan pensiun pada karyawan PT Pupuk Kaltim. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*. 22(1), 1-6.
- Sutandi, A. (2011). Hubungan dukungan sosial dengan coping stres homoseksual di Jakarta. *Skripsi*. Falkutas Psikologi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta. Diakses di <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/4461/1/ANDI%20SUTANDI-FPS.pdf>.
- Taylor, S. E, Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial edisi kedua belas*. (Penerjemah: Tri Wibowo B.S). Jakarta: KENCANA.
- Tyas, W. C., & Savira, S. I. (2017). *Coping stress dengan subjective well-being pada mahasiswa luar Jawa*. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 1-6.
- Wati, L. (2015). Hubungan antara *coping stress* dengan *subjective well-being* pada penduduk desa Balerante, Kemalang, Klaten. *Naskah Publikasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses di <http://eprints.ums.ac.id/36269/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20BUAT%20PERPUS.pdf>.
- Wijaya, I. P., & Pratitis, N. T. (2012). Efikasi diri akademik, dukungan sosial orangtua dan penyesuaian diri mahasiswa dalam perkuliahan. *Jurnal Psikologi Persona*. 1(1).
- Wills, T. M., Resko, J. A., Ainette, M. G., & Mendoza, D. Y. (2004). Role of parent support and peer support in adolescent substance use: a test of mediated effects. *Psychology of Addictive Behaviors*. 18(2), 122-134.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*. 52(1), 30-41.

LAMPIRAN

Lampiran 1
Skala *Coping stress* dan Dukungan Sosial



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
Jalan Kaliurang Km 14,5, Sleman, Yogyakarta**

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.ss

Dengan Hormat,

Saya Reygita Afriani Jayusman selaku mahasiswi Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia (UII) sedang melakukan penelitian terkait dengan mahasiswa perantauan di Yogyakarta. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan teman-teman untuk mengisi kuisisioner ini sesuai dengan kondisi yang teman-teman alami saat ini. Sebelum mengisi mohon membaca pernyataan dengan seksama. Semua jawaban teman-teman adalah benar selama jawaban yang dipilih merupakan hal yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini.

Terkait informasi yang diberikan oleh teman-teman dalam kuisisioner ini akan dijaga kerahasiaannya dan dipergunakan sebagaimana mestinya oleh peneliti. Saya ucapkan terima kasih atas kesediaan teman-teman untuk mengisi kuisisioner ini dan semoga menjadi salah satu amal kebaikan Anda.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh..

Hormat saya,

Reygita Afriani J

IDENTITAS DIRI

Nama (boleh inisial) :
Jenis Kelamin : L / P
Umur : tahun
No. Hp :
Jurusan/ Fakultas :
Universitas :
Angkatan :
Tempat Tinggal : kos / asrama
Tempat Asal :
Berapa lama merantau:

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan saya yang sejujurnya.

Yogyakarta, Desember 2017

()

PETUNJUK PENGISIAN SKALA I

Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti. Pilihlah jawaban yang menurut Anda paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang ada dan terjadi pada Anda ketika sedang menghadapi sebuah masalah atau situasi stres. Berilah tanda (✓) pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai. Pilihan jawaban yang tersedia:

- SL : Selalu
 SR : Sering
 JR : Jarang
 TP : Tidak Pernah

NO	PERNYATAAN	SL	SR	JR	TP
1.	Saya kembali bekerja atau melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan pikiran saya				
2.	Saya berusaha keras untuk memusatkan perhatian pada pekerjaan atau kegiatan yang sedang saya lakukan				
3.	Saya mengatakan pada diri sendiri bahwa masalah saya tidak sungguh- sungguh terjadi				
4.	Saya meminum alkohol atau obat- obatan lain agar merasa lebih nyaman				
5.	Saya merasa orang- orang memperhatikan nasib saya				
6.	Saya menyerah ketika menghadapi masalah				
7.	Saya telah mengambil tindakan untuk membuat situasi menjadi lebih baik.				
8.	Saya menolak untuk yakin bahwa hal ini terjadi				
9.	Saya berbicara untuk menghilangkan perasaan tidak enak				
10.	Saya menerima bantuan dan nasihat dari orang lain				
11.	Saya meminum alkohol atau obat- obatan lain untuk membantu melewati permasalahan yang dihadapi				
12.	Saya mencoba melihat masalah dari pandangan berbeda, agar terlihat lebih positif				

13.	Saya menyalahkan diri sendiri				
14.	Saya berusaha menggunakan cara tertentu untuk melakukan sesuatu				
15.	Saya memperoleh kenyamanan dan pengertian dari orang lain				
16.	Saya menyerah untuk berusaha mengatasi masalah				
17.	Saya mencari hikmah dari peristiwa yang terjadi				
18.	Saya membuat lelucon tentang permasalahan yang saya hadapi				
19.	Saya mengurangi pikiran tentang masalah saya dengan cara melamun, tidur atau berkhayal				
20.	Saya menerima kenyataan yang telah terjadi				
21.	Saya mengungkapkan perasaan- perasaan negatif, seperti kesedihan, kemarahan, dan kekesalan				
22.	Saya berusaha mendekati diri kepada Tuhan				
23.	Saya berusaha memperoleh nasihat atau bantuan dari orang lain tentang apa yang harus dilakukan				
24.	Saya belajar untuk menerima kenyataan yang terjadi				
25.	Saya berpikir keras tentang langkah-langkah yang harus diambil				
26.	Saya menyalahkan diri sendiri untuk hal-hal yang telah terjadi				
27.	Saya berdoa kepada Tuhan				
28.	Saya membuat situasi menjadi menyenangkan				

PETUNJUK PENGISIAN SKALA II

Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti. Pilihlah jawaban yang menurut Anda paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang ada dan terjadi pada Anda. Berilah tanda (✓) pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai. Pilihan jawaban yang tersedia:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Ada seseorang yang spesial yang selalu siap ketika saya membutuhkannya					
2.	Ada seseorang yang spesial yang dengannya saya dapat berbagi suka dan duka					
3.	Keluarga saya selalu berusaha untuk membantu saya.					
4.	Saya mendapatkan dukungan emosional dan bantuan yang saya butuhkan dari keluarga saya					
5.	Saya mempunyai seseorang yang spesial yang memberikan kenyamanan					
6.	Teman-teman saya selalu mencoba membantu saya					
7.	Saya bisa mengandalkan teman-teman ketika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan.					
8.	Saya dapat menceritakan permasalahan saya kepada keluarga saya.					
9.	Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka					
10.	Ada seseorang yang spesial dalam hidup saya yang peduli mengenai perasaan saya.					
11.	Keluarga saya mau membantu saya untuk membuat keputusan.					
12.	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada teman-teman saya.					

DATA UJI COBA SKALA COPING STRESS

R	AITEM																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
1	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	4	1	3	4	2	4	3	4	4	1	4	4
2	3	4	3	1	2	1	3	2	4	4	1	3	2	3	4	1	3	2	2	3	4	4	4	3	3	1	4	3
3	3	4	2	1	2	2	3	2	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2
4	4	4	1	1	3	1	3	1	4	4	1	3	2	2	4	1	4	1	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3
5	3	3	4	1	3	1	3	3	4	4	1	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
6	3	4	2	1	2	1	4	2	2	4	1	4	2	4	4	1	4	3	3	3	2	4	4	3	3	1	4	4
7	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3
8	4	4	3	1	1	1	2	1	3	4	1	3	1	2	2	1	4	4	3	3	2	4	3	3	4	1	4	4
9	4	2	2	1	4	1	3	1	4	4	1	4	2	2	2	1	4	1	3	4	4	4	2	4	3	2	4	1
10	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3
11	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3
12	4	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	3	4	2	4	2	2	1	2	2	4	3
13	2	2	2	1	3	1	4	1	4	4	1	4	2	4	4	1	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4
14	3	3	1	1	2	1	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	4	2	4	3	3	3	1	4	3
15	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	2
16	4	4	3	1	1	2	3	2	3	4	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	4	4	3	4	2	4	4
17	3	2	2	1	3	1	4	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
18	2	4	3	1	3	2	4	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	4	4	4	4	2	4	4
19	3	4	2	1	1	2	4	4	3	3	1	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	3
20	3	3	1	1	2	1	3	3	3	4	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
44	4	4	4	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3
45	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3
46	4	2	2	1	2	2	3	3	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	2	4
47	3	3	3	1	2	1	3	2	3	4	1	4	3	3	3	1	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3
48	3	4	3	1	2	1	3	2	2	4	1	3	2	3	3	1	4	2	2	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4
49	3	3	2	1	3	2	4	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3
50	3	4	2	1	2	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	4	2
51	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	2	4	4	4	2	4	3	2	3	3	3	4	3	4
52	3	3	3	1	1	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3
53	4	4	3	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4
54	3	4	2	1	1	2	3	2	2	1	1	4	3	2	1	1	4	2	3	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4
55	3	4	1	1	2	2	4	1	3	3	1	4	3	2	3	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2
56	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	1	4	3	3	3	2	4	1	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3
57	3	4	2	1	2	1	3	1	3	4	1	4	2	3	3	1	4	1	2	3	2	4	4	4	4	4	2	4	4
58	2	2	1	1	2	1	4	1	2	3	1	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3
59	2	2	3	4	4	1	4	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4
60	4	4	4	1	1	2	4	2	2	2	1	4	1	4	2	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4

DATA UJI COBA DUKUNGAN SOSIAL

R	AITEM											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	5	5	4	5	5	4	4	3	3	5	5	3
2	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5
3	5	5	3	4	4	4	4	4	5	5	3	4
4	3	3	5	5	3	5	4	5	4	3	5	4
5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4
6	5	5	3	3	5	4	3	3	3	5	3	3
7	3	4	5	5	3	4	3	2	4	2	4	2
8	5	5	5	5	4	4	4	2	3	4	5	3
9	2	3	5	5	3	1	1	5	1	3	5	1
10	4	3	5	5	5	4	4	5	4	3	5	4
11	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3
12	3	4	5	4	1	5	5	2	4	4	4	4
13	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5
14	3	3	5	4	2	4	4	4	4	4	4	2
15	4	4	3	4	4	3	3	2	4	5	3	4
16	3	3	5	4	3	4	5	3	5	3	5	5
17	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4
18	3	3	5	5	3	4	4	3	4	3	5	4
19	2	2	4	4	3	4	5	5	4	3	5	5
20	5	5	4	4	5	4	4	2	4	5	2	4

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
21	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3
22	2	4	4	5	2	4	5	4	5	4	4	4
23	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3
24	5	4	4	5	4	3	3	3	4	3	4	4
25	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3
26	1	4	5	5	1	4	4	5	5	4	5	5
27	5	5	5	5	5	5	5	3	3	4	5	3
28	4	3	5	5	4	4	3	5	4	3	5	3
29	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	2
30	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	4	4
31	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
32	4	4	5	4	4	3	4	3	5	4	4	4
33	3	3	4	5	3	4	5	4	3	3	4	3
34	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
35	5	5	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4
36	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
37	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4
38	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3
39	3	3	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4
40	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4
41	4	4	5	5	4	5	4	3	5	5	4	4
42	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	4	4
43	3	3	5	5	3	5	5	5	5	3	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
44	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
46	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
47	4	4	5	5	4	5	4	3	4	4	4	5
48	4	5	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3
49	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	4
50	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3
51	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5
52	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	3
53	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
54	1	1	4	4	1	1	2	3	2	1	3	2
55	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
56	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2
57	2	2	5	5	2	4	4	4	5	2	5	4
58	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3
59	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3
60	5	5	5	5	5	4	2	4	4	5	4	4

RELIABILITAS DAN DISKRIMINASI AITEM SKALA *COPING STRESS*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.778	.779	28

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.0833	.64550	60
VAR00002	3.2667	.75614	60
VAR00003	2.4833	.83345	60
VAR00004	1.1500	.54695	60
VAR00005	2.1333	.79119	60
VAR00006	1.6333	.51967	60
VAR00007	3.2167	.64022	60
VAR00008	1.9833	.77002	60
VAR00009	2.8500	.75521	60
VAR00010	3.2833	.69115	60

VAR00011	1.1500	.48099	60
VAR00012	3.2333	.72174	60
VAR00013	2.3000	.76579	60
VAR00014	2.9333	.70990	60
VAR00015	2.8500	.79883	60
VAR00016	1.7000	.59089	60
VAR00017	3.5000	.70109	60
VAR00018	2.4333	.96316	60
VAR00019	2.7167	.86537	60
VAR00020	3.3000	.69624	60
VAR00021	2.6333	.80183	60
VAR00022	3.5333	.70028	60
VAR00023	3.1500	.73242	60
VAR00024	3.3333	.65527	60
VAR00025	3.3000	.69624	60
VAR00026	2.2500	.87576	60
VAR00027	3.6500	.60576	60
VAR00028	3.2167	.76117	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected if Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	73.1833	58.898	-.034	.	.786
VAR00002	73.0000	58.034	.032	.	.785
VAR00003	73.7833	58.647	-.028	.	.790
VAR00004	75.1167	57.495	.143	.	.778
VAR00005	74.1333	56.524	.154	.	.780
VAR00006	74.6333	58.168	.068	.	.781
VAR00007	73.0500	54.082	.476	.	.764
VAR00008	74.2833	56.139	.195	.	.777
VAR00009	73.4167	53.603	.435	.	.765
VAR00010	72.9833	55.508	.291	.	.772

VAR00011	75.1167	57.698	.144	.	.778
VAR00012	73.0333	52.575	.562	.	.758
VAR00013	73.9667	56.609	.155	.	.779
VAR00014	73.3333	52.497	.581	.	.757
VAR00015	73.4167	52.823	.475	.	.762
VAR00016	74.5667	58.182	.050	.	.782
VAR00017	72.7667	52.894	.548	.	.759
VAR00018	73.8333	54.107	.278	.	.774
VAR00019	73.5500	55.201	.236	.	.776
VAR00020	72.9667	54.711	.367	.	.768
VAR00021	73.6333	54.812	.297	.	.772
VAR00022	72.7333	54.809	.355	.	.769
VAR00023	73.1167	52.783	.532	.	.760
VAR00024	72.9333	53.995	.473	.	.764
VAR00025	72.9667	52.440	.600	.	.757
VAR00026	74.0167	54.762	.266	.	.774
VAR00027	72.6167	55.935	.295	.	.772
VAR00028	73.0500	54.218	.373	.	.768

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
76.2667	58.979	7.67975	28

**RELIABILITAS DAN DISKRIMINASI AITEM SKALA DUKUNGAN
SOSIAL**

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	60	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	60	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.871	.873	12

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.8000	1.14685	60
VAR00002	3.9500	1.04840	60
VAR00003	4.4333	.83090	60
VAR00004	4.4667	.76947	60
VAR00005	3.8167	1.22808	60
VAR00006	3.9667	.84305	60
VAR00007	3.8667	.92913	60
VAR00008	3.8167	.99986	60
VAR00009	4.0500	.89110	60
VAR00010	3.9167	.99646	60
VAR00011	4.2500	.75071	60
VAR00012	3.6667	.93277	60

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44.2000	43.925	.616	.798	.857
VAR00002	44.0500	44.319	.658	.816	.854
VAR00003	43.5667	47.606	.551	.668	.862
VAR00004	43.5333	47.575	.607	.699	.859
VAR00005	44.1833	42.762	.644	.775	.856
VAR00006	44.0333	45.762	.713	.708	.853
VAR00007	44.1333	46.389	.581	.657	.860
VAR00008	44.1833	48.559	.363	.443	.873
VAR00009	43.9500	46.286	.621	.604	.857
VAR00010	44.0833	44.790	.662	.740	.854
VAR00011	43.7500	50.191	.363	.469	.871
VAR00012	44.3333	48.938	.368	.422	.872

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
48.0000	54.610	7.38987	12

Lampiran 6
Skala Penelitian Setelah Uji Coba



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
Jalan Kaliurang Km 14,5, Sleman, Yogyakarta**

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.ss

Dengan Hormat,

Saya Reygita Afriani Jayusman selaku mahasiswi Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia (UII) sedang melakukan penelitian terkait dengan mahasiswa perantauan di Yogyakarta. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan teman-teman untuk mengisi kuisisioner ini sesuai dengan kondisi yang teman-teman alami saat ini. Sebelum mengisi mohon membaca pernyataan dengan seksama. Semua jawaban teman-teman adalah benar selama jawaban yang dipilih merupakan hal yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini.

Terkait informasi yang diberikan oleh teman-teman dalam kuisisioner ini akan dijaga kerahasiaannya dan dipergunakan sebagaimana mestinya oleh peneliti. Saya ucapkan terima kasih atas kesediaan teman-teman untuk mengisi kuisisioner ini dan semoga menjadi salah satu amal kebaikan Anda.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh..

Hormat saya,

Reygita Afriani J

IDENTITAS DIRI

Nama (boleh inisial) :
Jenis Kelamin : L / P
Umur : tahun
No. Hp :
Jurusan/ Fakultas :
Universitas :
Angkatan :
Tempat Tinggal : kos / asrama
Tempat Asal :
Berapa lama merantau:

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dan menjawab semua pertanyaan penelitian sesuai dengan keadaan saya yang sejujurnya.

Yogyakarta, Desember 2017

()

PETUNJUK PENGISIAN SKALA I

Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti. Pilihlah jawaban yang menurut Anda paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang ada dan terjadi pada Anda ketika sedang menghadapi sebuah masalah atau situasi stres. Berilah tanda (✓) pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai. Pilihan jawaban yang tersedia:

- SL : Selalu
 SR : Sering
 JR : Jarang
 TP : Tidak Pernah

NO	PERNYATAAN	SL	SR	JR	TP
1.	Saya kembali bekerja atau melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan pikiran saya				
2.	Saya berusaha keras untuk memusatkan perhatian pada pekerjaan atau kegiatan yang sedang saya lakukan				
3.	Saya mengatakan pada diri sendiri bahwa masalah saya tidak sungguh- sungguh terjadi				
4.	Saya meminum alkohol atau obat- obatan lain agar merasa lebih nyaman				
5.	Saya merasa orang- orang memperhatikan nasib saya				
6.	Saya menyerah ketika menghadapi masalah				
7.	Saya telah mengambil tindakan untuk membuat situasi menjadi lebih baik.				
8.	Saya menolak untuk yakin bahwa hal ini terjadi				
9.	Saya berbicara untuk menghilangkan perasaan tidak enak				
10.	Saya menerima bantuan dan nasihat dari orang lain				
11.	Saya meminum alkohol atau obat- obatan lain untuk membantu melewati permasalahan yang dihadapi				
12.	Saya mencoba melihat masalah dari pandangan berbeda, agar terlihat lebih positif				

13.	Saya menyalahkan diri sendiri				
14.	Saya berusaha menggunakan cara tertentu untuk melakukan sesuatu				
15.	Saya memperoleh kenyamanan dan pengertian dari orang lain				
16.	Saya menyerah untuk berusaha mengatasi masalah				
17.	Saya mencari hikmah dari peristiwa yang terjadi				
18.	Saya membuat lelucon tentang permasalahan yang saya hadapi				
19.	Saya mengurangi pikiran tentang masalah saya dengan cara melamun, tidur atau berkhayal				
20.	Saya menerima kenyataan yang telah terjadi				
21.	Saya mengungkapkan perasaan- perasaan negatif, seperti kesedihan, kemarahan, dan kekesalan				
22.	Saya berusaha mendekati diri kepada Tuhan				
23.	Saya berusaha memperoleh nasihat atau bantuan dari orang lain tentang apa yang harus dilakukan				
24.	Saya belajar untuk menerima kenyataan yang terjadi				
25.	Saya berpikir keras tentang langkah-langkah yang harus diambil				
26.	Saya menyalahkan diri sendiri untuk hal-hal yang telah terjadi				
27.	Saya berdoa kepada Tuhan				
28.	Saya membuat situasi menjadi menyenangkan				

PETUNJUK PENGISIAN SKALA II

Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti. Pilihlah jawaban yang menurut Anda paling tepat dan sesuai dengan kondisi yang ada dan terjadi pada Anda. Berilah tanda (✓) pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai. Pilihan jawaban yang tersedia:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	N	TS	STS
1.	Ada seseorang yang spesial yang selalu siap ketika saya membutuhkannya					
2.	Ada seseorang yang spesial yang dengannya saya dapat berbagi suka dan duka					
3.	Keluarga saya selalu berusaha untuk membantu saya.					
4.	Saya mendapatkan dukungan emosional dan bantuan yang saya butuhkan dari keluarga saya					
5.	Saya mempunyai seseorang yang spesial yang memberikan kenyamanan					
6.	Teman-teman saya selalu mencoba membantu saya					
7.	Saya bisa mengandalkan teman-teman ketika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan.					
8.	Saya dapat menceritakan permasalahan saya kepada keluarga saya.					
9.	Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka					
10.	Ada seseorang yang spesial dalam hidup saya yang peduli mengenai perasaan saya.					
11.	Keluarga saya mau membantu saya untuk membuat keputusan.					
12.	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada teman-teman saya.					

DATA SKALA COPING STRESS

R	AITEM																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
1	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	4	1	3	4	2	4	3	4	4	1	4	4
2	3	4	3	1	2	1	3	2	4	4	1	3	2	3	4	1	3	2	2	3	4	4	4	3	3	1	4	3
3	3	4	2	1	2	2	3	2	4	4	1	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2
4	4	4	1	1	3	1	3	1	4	4	1	3	2	2	4	1	4	1	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3
5	3	3	4	1	3	1	3	3	4	4	1	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3
6	3	4	2	1	2	1	4	2	2	4	1	4	2	4	4	1	4	3	3	3	2	4	4	3	3	1	4	4
7	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3
8	4	4	3	1	1	1	2	1	3	4	1	3	1	2	2	1	4	4	3	3	2	4	3	3	4	1	4	4
9	4	2	2	1	4	1	3	1	4	4	1	4	2	2	2	1	4	1	3	4	4	4	2	4	3	2	4	1
10	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3
11	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3
12	4	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	3	4	2	4	2	2	1	2	2	4	3
13	2	2	2	1	3	1	4	1	4	4	1	4	2	4	4	1	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4
14	3	3	1	1	2	1	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	3	2	2	4	2	4	3	3	3	1	4	3
15	3	3	3	1	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	3	2
16	4	4	3	1	1	2	3	2	3	4	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	4	4	3	4	2	4	4
17	3	2	2	1	3	1	4	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
18	2	4	3	1	3	2	4	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	4	4	4	4	2	4	4
19	3	4	2	1	1	2	4	4	3	3	1	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	3
20	3	3	1	1	2	1	3	3	3	4	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
44	4	4	4	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3
45	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3
46	4	2	2	1	2	2	3	3	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	2	4
47	3	3	3	1	2	1	3	2	3	4	1	4	3	3	3	1	4	2	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3
48	3	4	3	1	2	1	3	2	2	4	1	3	2	3	3	1	4	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4
49	3	3	2	1	3	2	4	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	4	3
50	3	4	2	1	2	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	2	4	2
51	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	4	3	2	4	4	2	4	3	2	3	3	3	4	3	4
52	3	3	3	1	1	2	3	2	2	3	1	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3
53	4	4	3	1	4	1	4	1	4	4	1	4	1	4	4	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4
54	3	4	2	1	1	2	3	2	2	1	1	4	3	2	1	1	4	2	3	4	2	4	2	4	4	2	4	4
55	3	4	1	1	2	2	4	1	3	3	1	4	3	2	3	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2
56	3	3	3	1	3	2	3	1	3	3	1	4	3	3	3	2	4	1	2	4	3	4	4	4	4	2	4	3
57	3	4	2	1	2	1	3	1	3	4	1	4	2	3	3	1	4	1	2	3	2	4	4	4	4	2	4	4
58	2	2	1	1	2	1	4	1	2	3	1	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	4	3	3	3	2	4	3
59	2	2	3	4	4	1	4	3	3	4	3	4	3	3	4	1	3	3	1	3	2	4	3	3	3	3	4	4
60	4	4	4	1	1	2	4	2	2	2	1	4	1	4	2	1	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4
61	3	4	2	1	2	2	4	2	3	4	1	3	3	4	4	1	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3
62	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	2	4	1	3	4	2	4	3	4	4	1	4	4
63	3	3	2	1	2	2	3	2	4	3	1	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3
64	4	3	3	1	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3
65	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3
66	2	3	3	1	1	2	2	2	3	4	1	4	2	3	4	1	4	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
67	3	4	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	4	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4
68	4	2	3	2	3	1	4	3	2	4	2	3	4	4	3	2	2	1	2	3	3	4	4	3	4	2	4	4
69	2	4	3	1	2	1	3	1	3	3	1	3	2	3	3	1	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3
70	2	3	3	1	2	3	3	2	3	4	1	2	3	2	3	3	2	2	4	2	3	4	4	3	2	3	4	2
71	3	4	2	1	3	1	3	2	4	3	1	4	2	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4
72	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3
73	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	4	4
74	2	3	3	1	3	2	3	2	3	4	1	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3
75	3	4	2	1	2	2	3	3	3	4	1	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3
76	2	3	2	1	2	2	3	2	3	4	1	3	2	3	3	1	3	1	4	4	3	4	4	4	3	2	4	3
77	3	3	2	1	2	2	3	2	3	4	1	3	2	3	3	2	3	1	2	3	3	4	4	3	3	2	4	3
78	2	3	1	1	3	1	4	1	3	4	1	3	3	2	3	1	1	1	2	4	2	4	3	4	3	3	4	4
79	3	3	2	1	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	2	4	2
80	3	3	2	1	2	1	3	2	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
81	3	3	3	1	1	1	3	3	2	3	1	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	4	4	1	3	3
82	3	3	1	1	2	3	3	1	2	3	1	3	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2
83	4	4	3	1	2	2	4	2	3	4	1	4	2	4	4	2	4	2	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4
84	4	3	3	1	2	1	4	3	2	3	1	4	2	4	3	1	4	1	2	3	2	4	3	4	4	2	4	3
85	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	4	2	3	2	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	4	4
86	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	3	2	2	2	4	4	3	1	3	1	2	2	3	3	3
87	3	3	2	1	2	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	4	4	3	3	2	4	3
88	3	4	3	1	3	1	2	2	2	3	1	2	1	3	3	1	4	2	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4
89	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
90	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	4
91	2	3	2	1	1	2	3	2	4	3	1	3	2	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	4	3
92	2	4	1	3	1	1	4	2	4	3	2	3	1	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	1	4	3
93	3	3	3	1	2	2	3	2	4	4	1	4	2	3	3	2	4	3	3	4	2	4	3	4	3	2	4	4
94	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3
95	3	3	4	1	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	4	3	4	1	4	3
96	3	4	2	1	2	3	3	3	4	3	1	2	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3
97	3	3	1	1	3	4	2	2	3	3	1	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
98	3	3	3	1	1	1	3	2	3	3	1	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3
99	4	2	2	1	3	1	4	1	1	4	1	3	4	3	3	1	4	3	2	4	2	2	3	3	3	4	3	3
100	3	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	4	3	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3
101	3	3	1	1	2	2	4	1	3	2	1	3	1	3	2	1	4	3	3	4	2	4	2	4	4	1	4	4
102	4	4	2	1	2	2	3	2	4	4	1	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3
103	3	3	2	1	1	2	2	3	3	3	1	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3
104	3	4	1	1	2	2	3	1	1	3	1	4	3	3	3	2	4	2	3	4	2	4	2	4	3	2	3	3
105	3	4	3	1	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	1	4	3	3	4	2	4	3	4	3	2	4	3
106	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	1	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	2
107	2	4	2	1	1	2	3	3	4	3	1	3	2	4	4	2	4	3	2	2	2	4	3	3	3	3	4	4
108	4	4	2	1	3	1	4	1	3	4	1	4	1	4	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	3	1	4	4
109	2	2	1	1	1	1	3	1	2	2	1	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3
110	2	3	2	1	2	1	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	2	2
111	4	4	3	1	3	1	4	1	4	4	1	4	2	3	3	1	4	1	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4
112	3	3	1	1	2	1	3	1	2	4	1	3	2	3	3	1	4	3	2	4	3	4	3	4	3	2	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
113	3	3	2	1	3	2	4	2	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
114	3	2	3	1	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
115	2	3	2	1	1	2	3	2	3	4	1	3	2	4	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	4	
116	1	4	2	1	1	1	4	2	2	4	1	4	1	4	3	1	4	4	1	4	1	4	3	4	4	4	1	4	4
117	3	4	3	1	1	1	4	1	3	3	1	4	2	3	3	1	4	3	3	4	2	4	3	4	4	2	4	3	
118	3	4	3	1	2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	3	2	4	1	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	
119	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3
120	4	4	3	1	2	1	4	2	1	4	1	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
121	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	2
122	4	3	2	1	2	3	3	1	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
123	4	4	2	1	4	1	4	2	2	4	1	2	2	2	2	1	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4
124	4	4	3	1	3	2	3	3	3	4	1	4	3	4	3	1	4	4	2	3	1	3	4	4	4	4	3	4	4
125	4	4	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	3	4	3	2	4	2	4	3	1	4	2	4	4	4	3	4	2
126	4	2	2	1	2	1	3	2	3	4	1	4	1	4	2	1	4	2	2	4	2	4	2	3	4	1	4	4	
127	1	4	1	1	1	1	4	1	1	4	1	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	3	3	3	3	1	4	3	
128	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	
129	4	3	3	1	2	2	3	4	3	3	1	3	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	
130	3	4	2	1	3	1	4	2	2	3	1	2	2	4	2	2	4	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	2
131	3	4	2	1	2	2	3	2	3	4	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	4	3	
132	4	4	3	1	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	4	3	
133	3	2	3	1	2	1	3	2	3	3	1	3	1	3	3	1	3	4	3	4	2	4	3	4	4	1	4	3	
134	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	1	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	
135	4	4	3	1	2	1	4	1	3	3	1	4	1	4	3	1	4	1	3	4	3	4	3	4	4	1	4	4	

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
136	3	3	2	3	2	1	3	1	3	4	4	4	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3
137	3	3	3	1	1	1	3	2	2	3	1	3	1	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3
138	3	3	2	1	2	2	3	2	3	4	4	2	3	2	2	3	4	2	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3
139	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
140	2	3	2	2	2	2	4	3	4	4	2	4	2	3	4	1	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
141	3	4	2	1	2	1	3	2	3	4	1	3	2	3	3	1	4	3	2	3	2	4	4	3	3	2	4	3
142	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4
143	2	3	3	2	1	1	3	2	3	4	2	3	3	3	4	1	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3
144	4	3	2	1	3	1	4	3	3	3	1	4	1	4	3	2	4	3	1	3	3	4	3	3	4	1	4	4
145	3	3	4	1	2	3	3	3	1	3	1	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	3	4	4	4
146	2	3	2	1	3	1	3	2	3	3	1	3	1	3	3	1	4	2	3	3	3	4	3	3	3	1	4	3
147	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
148	3	3	3	1	2	1	4	2	3	4	1	3	2	3	4	1	4	3	4	4	1	4	3	3	4	2	4	3
149	3	3	1	1	2	1	4	1	3	4	1	3	2	3	3	1	4	3	2	3	3	4	3	3	4	2	4	3
150	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	1	3	2	3	3	2	4	4	4	4	2	4	3	4	4	1	4	4
151	3	3	2	2	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	4	4	2	2	3	4	4	3	3	2	4	4
152	3	4	4	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	4	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3
153	3	3	2	4	2	1	3	4	4	3	3	3	2	3	2	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4
154	4	4	2	1	1	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4
155	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	1	3	1	3	2	2	4	1	1	4	1	4	3	4	4	2	4	3
156	2	3	1	2	1	2	3	2	4	4	2	2	1	3	3	1	4	4	1	3	3	4	3	3	4	2	4	4
157	4	3	3	1	1	1	2	2	3	3	1	3	2	4	3	1	4	4	1	2	1	4	4	3	3	3	4	2
158	4	4	3	1	1	1	3	2	1	4	1	3	2	4	3	1	3	3	3	4	3	4	2	3	4	2	4	3
159	3	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
160	4	3	2	1	1	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4
161	3	4	4	1	4	1	4	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	4	2	4	1	4	3	4	4	4	3	4	4
162	3	4	3	1	2	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	4	3	2	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4
163	3	4	4	1	4	1	4	1	3	4	1	4	1	4	4	1	4	4	2	4	2	4	4	4	4	2	1	4	4
164	4	4	3	1	2	1	4	4	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4
165	3	3	2	1	2	2	3	1	2	3	1	3	2	4	2	2	4	1	2	3	2	4	2	4	4	4	2	4	3
166	3	3	3	1	2	1	3	4	3	3	1	4	3	3	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3
167	3	4	2	1	2	1	3	2	2	2	1	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3
168	3	3	2	1	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	3	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2
169	4	4	3	1	3	1	3	3	2	4	1	4	3	4	4	2	3	3	2	4	1	4	3	4	3	3	3	4	4
170	4	4	1	1	1	4	4	1	4	2	1	4	2	4	3	1	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
171	1	4	4	1	2	1	4	3	2	4	1	3	3	3	2	1	4	3	1	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3
172	4	3	3	1	2	2	3	2	2	4	1	2	2	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4
173	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	1	3	1	3	2	1	3	2	1	2	1	3	2	2	3	1	4	3	3
174	3	4	3	1	2	1	3	3	2	4	1	3	2	3	2	2	3	4	2	2	3	4	4	2	3	2	4	3	3
175	2	4	3	1	2	1	3	2	4	3	1	3	2	3	3	2	4	2	2	2	4	3	4	2	4	2	4	2	2
176	2	3	2	1	3	1	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	1	4	2	3	3	1	4	3	3
177	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	4	1	3	2	2	3	4	4	4	1	2	1	3	2	1	3	2	2
178	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
179	3	2	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
180	4	3	1	1	1	2	3	1	3	3	1	4	1	3	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	4	1	4	3	3
181	1	4	2	1	1	1	3	1	1	3	1	3	3	3	2	1	4	1	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4
182	2	3	1	1	2	1	4	2	4	4	1	4	2	3	3	1	4	3	2	4	2	4	3	4	3	2	4	3	3
183	3	4	2	1	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
184	3	3	2	1	3	2	3	2	4	4	1	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	
185	3	3	3	1	3	2	3	2	2	4	1	2	1	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
186	3	3	3	1	2	2	2	2	4	4	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	2
187	3	4	2	1	1	2	3	2	4	3	1	3	3	4	2	2	3	3	4	2	4	2	2	3	4	2	3	2	
188	3	4	1	1	3	2	4	2	2	4	1	3	1	4	3	1	4	2	2	4	3	4	4	4	3	2	4	3	
189	2	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	4	3
190	3	3	2	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	
191	3	3	3	3	4	1	1	3	4	1	2	4	4	3	4	1	4	4	3	4	1	2	2	4	4	2	2	4	
192	3	3	2	1	2	2	3	2	4	4	1	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	4	4
193	4	4	4	1	3	2	4	4	4	4	1	4	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4
194	3	4	4	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	3	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	
195	4	2	4	1	1	1	4	4	4	3	1	4	1	4	2	3	4	1	1	2	3	4	3	2	1	2	3	4	
196	3	3	4	1	4	1	3	3	4	3	1	4	3	4	2	1	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	
197	3	4	2	1	2	1	3	3	2	3	1	3	1	3	2	1	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	
198	3	3	2	1	1	1	3	2	2	2	1	3	2	2	2	1	3	2	2	4	2	4	2	4	3	1	4	3	
199	2	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	
200	3	3	1	2	1	3	2	3	4	2	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	
201	3	3	2	1	2	2	3	2	3	4	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	3	
202	4	4	2	1	2	1	3	2	3	3	1	4	1	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3

DATA SKALA DUKUNGAN SOSIAL

R	AITEM											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	5	5	4	5	5	4	4	3	3	5	5	3
2	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5
3	5	5	3	4	4	4	4	4	5	5	3	4
4	3	3	5	5	3	5	4	5	4	3	5	4
5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4
6	5	5	3	3	5	4	3	3	3	5	3	3
7	3	4	5	5	3	4	3	2	4	2	4	2
8	5	5	5	5	4	4	4	2	3	4	5	3
9	2	3	5	5	3	1	1	5	1	3	5	1
10	4	3	5	5	5	4	4	5	4	3	5	4
11	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3
12	3	4	5	4	1	5	5	2	4	4	4	4
13	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5
14	3	3	5	4	2	4	4	4	4	4	4	2
15	4	4	3	4	4	3	3	2	4	5	3	4
16	3	3	5	4	3	4	5	3	5	3	5	5
17	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4
18	3	3	5	5	3	4	4	3	4	3	5	4
19	2	2	4	4	3	4	5	5	4	3	5	5
20	5	5	4	4	5	4	4	2	4	5	2	4

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
21	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3
22	2	4	4	5	2	4	5	4	5	4	4	4
23	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3
24	5	4	4	5	4	3	3	3	4	3	4	4
25	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3
26	1	4	5	5	1	4	4	5	5	4	5	5
27	5	5	5	5	5	5	5	3	3	4	5	3
28	4	3	5	5	4	4	3	5	4	3	5	3
29	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	2
30	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	4	4
31	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
32	4	4	5	4	4	3	4	3	5	4	4	4
33	3	3	4	5	3	4	5	4	3	3	4	3
34	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3
35	5	5	4	4	5	4	4	3	4	5	4	4
36	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
37	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4
38	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3
39	3	3	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4
40	4	5	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4
41	4	4	5	5	4	5	4	3	5	5	4	4
42	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	4	4
43	3	3	5	5	3	5	5	5	5	3	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
44	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
46	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
47	4	4	5	5	4	5	4	3	4	4	4	5
48	4	5	5	4	5	4	4	4	3	4	3	3
49	5	5	5	5	5	4	3	5	4	5	5	4
50	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3
51	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4	5
52	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	3
53	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
54	1	1	4	4	1	1	2	3	2	1	3	2
55	5	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
56	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2
57	2	2	5	5	2	4	4	4	5	2	5	4
58	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3
59	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	3
60	5	5	5	5	5	4	2	4	4	5	4	4
61	4	4	4	4	4	5	3	4	5	4	5	5
62	5	5	4	5	5	4	4	3	3	5	5	3
63	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4
64	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
65	3	3	5	5	3	4	4	3	4	3	5	4
66	3	3	5	3	4	5	4	5	5	4	4	2

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
67	3	3	5	4	5	5	5	3	4	4	5	3
68	3	3	5	5	4	4	4	3	4	3	3	3
69	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	3
70	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3
71	4	4	5	5	4	4	3	5	4	4	5	4
72	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4
73	3	2	5	5	3	4	4	4	4	3	5	4
74	3	3	5	5	3	4	3	4	4	3	5	4
75	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4
76	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4
77	5	4	5	5	3	4	4	3	3	4	4	3
78	4	4	5	5	4	3	3	4	4	4	5	4
79	4	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	3
80	4	4	4	4	5	4	3	3	4	5	4	4
81	2	2	4	4	2	2	2	4	3	2	4	2
82	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
83	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4
84	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4
85	4	4	5	5	4	4	4	3	5	4	4	4
86	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2
87	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3
88	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	2
89	2	2	5	5	3	3	2	4	3	2	4	3

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
90	3	2	4	4	3	4	4	2	2	3	2	3
91	4	4	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4
92	3	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	4
93	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3
94	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	5
95	3	4	5	5	3	4	4	4	5	4	5	4
96	4	4	5	5	4	5	3	4	5	4	5	5
97	5	5	5	5	5	3	2	5	2	5	5	3
98	3	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4
99	4	4	4	4	4	4	4	2	2	5	4	2
100	4	4	5	5	4	3	3	4	3	4	4	3
101	3	3	4	5	3	3	4	4	3	3	3	3
102	4	2	4	4	4	4	4	2	5	2	2	4
103	4	4	5	5	4	3	3	4	4	4	4	3
104	3	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4
105	4	4	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4
106	5	5	4	4	5	3	3	2	2	5	4	2
107	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
108	4	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4
109	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3
110	4	4	5	2	3	5	5	5	4	4	4	5
111	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
112	4	4	5	5	5	3	4	4	5	4	4	5

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
113	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4
114	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5
115	4	3	5	5	3	3	4	2	3	4	4	3
116	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	3
117	5	5	5	5	5	4	2	4	4	5	5	3
118	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
119	3	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4
120	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	3	2
121	4	3	5	4	3	3	3	2	3	3	4	3
122	5	5	5	5	3	4	2	1	3	3	5	4
123	3	4	5	5	4	4	5	2	4	4	4	4
124	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
125	5	5	3	3	5	2	1	3	2	5	1	1
126	4	4	5	5	5	3	3	5	3	4	5	3
127	5	4	4	2	2	2	3	1	3	4	1	2
128	3	3	5	4	4	4	4	3	3	4	4	3
129	5	5	5	5	5	4	5	2	5	5	5	5
130	4	4	5	5	3	4	4	3	3	3	3	3
131	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4
132	2	2	5	5	2	5	5	5	5	2	5	5
133	3	3	5	5	3	4	4	5	4	3	5	4
134	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5
135	5	5	5	4	5	4	4	3	5	4	5	5

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
136	4	4	3	4	4	5	5	2	5	4	4	5
137	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	5	2
138	4	4	4	5	3	4	4	4	4	3	4	4
139	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
140	5	5	5	5	5	4	3	5	4	4	4	3
141	5	4	5	4	3	4	4	5	4	4	5	4
142	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
143	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	4
144	5	5	5	5	5	4	3	5	3	5	5	3
145	1	5	5	5	1	5	5	3	5	5	3	5
146	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	3
147	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
148	4	3	5	5	4	5	5	5	4	3	5	4
149	5	5	5	4	4	4	2	2	4	5	4	4
150	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4
151	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4
152	4	4	5	5	4	4	4	3	4	4	4	4
153	5	4	5	5	5	4	3	5	4	5	4	3
154	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4
155	5	4	4	3	3	4	5	4	5	3	4	5
156	4	4	5	5	4	4	3	3	3	4	5	4
157	5	5	5	1	5	3	3	5	2	4	5	1
158	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	4
159	3	4	5	5	3	4	4	4	3	4	5	4

R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
160	3	3	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2
161	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	5	4
162	3	4	5	5	4	3	3	2	4	3	5	3
163	4	4	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5
164	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5
165	3	3	5	5	2	4	4	3	3	4	5	3
166	5	5	3	3	5	4	2	4	3	5	4	3
167	4	4	4	4	5	3	3	4	4	4	4	4
168	5	5	5	4	4	3	3	5	3	3	2	2
169	5	5	5	5	5	5	2	5	4	1	5	5
170	3	4	5	4	4	3	3	4	3	4	5	3
171	3	4	5	5	3	4	4	5	4	5	2	3
172	4	3	5	5	4	3	3	4	3	4	4	4
173	3	4	5	4	5	3	3	5	3	3	3	4
174	5	5	5	4	5	3	3	4	4	5	5	3
175	2	2	5	2	2	2	2	1	2	5	5	4
176	3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3
177	3	3	5	5	3	4	2	2	4	3	2	2
178	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	4	3
179	3	3	5	5	3	3	3	5	3	3	5	3
180	3	3	5	5	3	4	5	5	5	3	3	3
181	4	4	5	5	3	5	3	5	5	3	5	2
182	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
183	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4

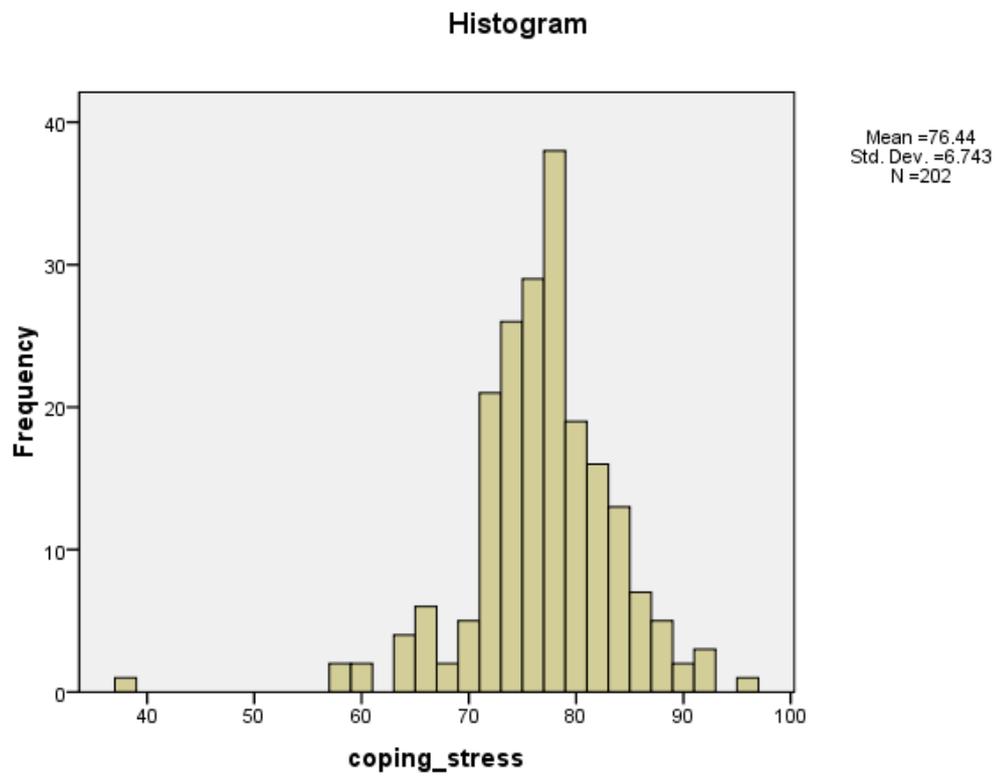
R	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
184	5	5	5	5	5	4	4	3	4	5	3	4
185	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	4	4
186	4	5	5	5	5	4	4	3	5	5	4	5
187	5	5	5	4	5	3	3	3	5	4	4	3
188	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5
189	4	4	5	5	3	4	3	3	4	5	4	3
190	4	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4
191	5	5	5	5	5	5	3	2	5	5	3	5
192	3	3	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4
193	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4
194	3	3	4	4	2	3	3	2	3	5	3	3
195	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	3	4
196	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4
197	3	3	5	5	3	4	4	3	4	3	4	4
198	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2
199	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3
200	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	2
201	4	4	5	4	3	3	3	4	4	3	4	4
202	4	4	5	4	5	5	5	3	5	4	5	5

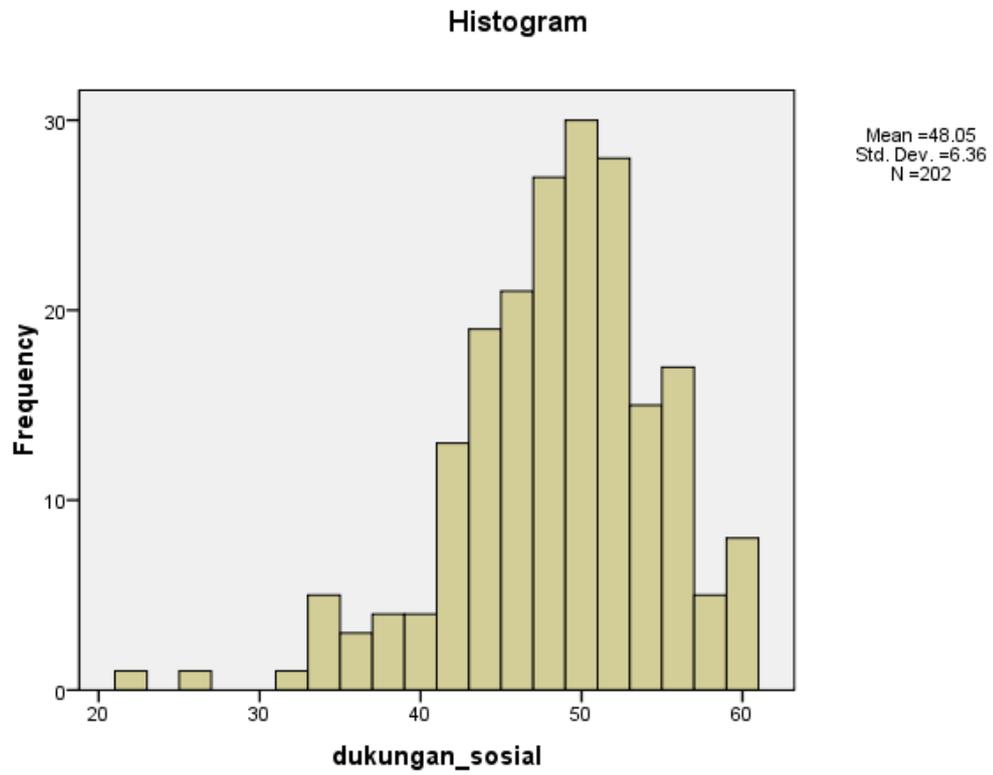
UJI NORMALITAS

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
coping_stress	.101	202	.000	.938	202	.000
dukungan_sosial	.086	202	.001	.962	202	.000

a. Lilliefors Significance Correction

GRAFIK UJI NORMALITAS *COPING STRESS*

GRAFIK UJI NORMALITAS DUKUNGAN SOSIAL

UJI LINEARITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
coping_stress * dukungan_sosial	202	100.0%	0	.0%	202	100.0%

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
coping_stress * dukungan_sosial	4810.540	29	165.881	6.591	.000
Between Groups					
Linearity	3122.169	1	3122.169	124.047	.000
Deviation from Linearity	1688.372	28	60.299	2.396	.000
Within Groups	4329.123	172	25.169		
Total	9139.663	201			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
coping_stress * dukungan_sosial	.584	.342	.725	.526

Report

coping_stress

dukungan_sosial	Mean	N	Std. Deviation
22	38.00	1	.
25	72.00	1	.

31	65.00	1	.
33	71.00	3	1.000
34	74.00	2	.000
35	74.00	1	.
36	73.50	2	2.121
38	64.00	4	2.944
39	58.00	1	.
40	73.67	3	6.658
41	73.00	8	6.949
42	77.60	5	3.647
43	73.80	5	3.271
44	72.50	14	6.768
45	74.11	9	8.268
46	77.42	12	4.926
47	74.73	11	3.101
48	76.44	16	2.874
49	75.30	20	3.757
50	77.90	10	5.877
51	78.13	15	4.794
52	81.00	13	4.619
53	78.75	8	4.132
54	76.71	7	2.870
55	80.11	9	6.882
56	82.75	8	3.327
57	85.33	3	9.074
58	88.00	2	5.657
59	82.00	1	.
60	82.43	7	5.255
Total	76.44	202	6.743

UJI HIPOTESIS

Correlations

			coping_stress	dukungan_sosial
Spearman's rho	coping_stress	Correlation Coefficient	1.000	.519**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	202	202
	dukungan_sosial	Correlation Coefficient	.519**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	202	202

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

ANALISIS TAMBAHAN

Correlations

		keluarga	teman	orang_penting
Spearman's rho	active_coping	.247**	.171**	.168**
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.000	.007	.008
	N	202	202	202
planning		.273**	.133*	.309**
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.000	.029	.000
	N	202	202	202
use_instrumental		.245**	.278**	.277**
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000
	N	202	202	202
venting		.171**	.199**	.173**
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.008	.002	.007
	N	202	202	202
denial		.134*	.201**	.148*
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.029	.002	.018
	N	202	202	202
substance_use		-.149*	.054	.021
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.017	.223	.382
	N	202	202	202
emotional_support		.293**	.298**	.339**
	Correlation Coefficient			
	Sig. (1-tailed)	.000	.000	.000

	N	202	202	202
behavioral_disengagement	Correlation Coefficient	-.160 [*]	.108	-.027
	Sig. (1-tailed)	.012	.063	.353
	N	202	202	202
positive_reframing	Correlation Coefficient	.181 ^{**}	.157 [*]	.214 ^{**}
	Sig. (1-tailed)	.005	.013	.001
	N	202	202	202
humor	Correlation Coefficient	.220 ^{**}	.119 [*]	.206 ^{**}
	Sig. (1-tailed)	.001	.046	.002
	N	202	202	202
acceptance	Correlation Coefficient	.177 ^{**}	.148 [*]	.134 [*]
	Sig. (1-tailed)	.006	.018	.028
	N	202	202	202
religion	Correlation Coefficient	.298 ^{**}	.037	.091
	Sig. (1-tailed)	.000	.300	.098
	N	202	202	202
self_blame	Correlation Coefficient	-.130 [*]	.046	.109
	Sig. (1-tailed)	.033	.259	.062
	N	202	202	202
keluarga	Correlation Coefficient	1.000	.311 ^{**}	.238 ^{**}
	Sig. (1-tailed)	.	.000	.000
	N	202	202	202
teman	Correlation Coefficient	.311 ^{**}	1.000	.210 ^{**}
	Sig. (1-tailed)	.000	.	.001

		N	202	202	202
orang_penting	Correlation		.238**	.210**	1.000
	Coefficient				
	Sig. (1-tailed)		.000	.001	.
	N		202	202	202

** . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (1-tailed).