

***COPING STRESS* SEBAGAI PREDIKTOR RESILIENSI  
WANITA BEKERJA DI KOTA BEKASI PADA MASA  
PANDEMI COVID-19**

**SKRIPSI**

Oleh:  
**DEAN SEPTIANSYAH**  
201710515014



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
TAHUN 2021**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : *Coping Stress* Sebagai Prediktor Resiliensi  
Wanita Bekerja Di Kota Bekasi Pada Masa  
Pandemi Covid-19

Nama Mahasiswa : Dean Septiansyah

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515014

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 18 Juni 2021

Jakarta, 01 Juli 2021

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Rika Fitriyana, M. Psi., Psikolog

Timorora Sandha Perdana, S. Psi., M. Si

NIDN. 0327068402

NIDN. 0324048801

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : *Coping Stress* Sebagai Prediktor Resiliensi  
Wanita Bekerja Di Kota Bekasi Pada Masa  
Pandemi Covid-19

Nama Mahasiswa : Dean Septiansyah

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515014

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 18 Juni 2021

Jakarta, 01 Juli 2021

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Nurwahyuni Nasir, M. Psi., Psikolog  
NIDN. 0331038702



Penguji I : Timorora Sandha Perdhana, S. Psi., M. Si  
NIDN. 0324048801

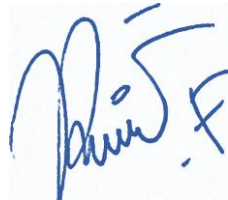


Penguji II : Rika Fitriyana, M. Psi., Psikolog  
NIDN. 0327068402



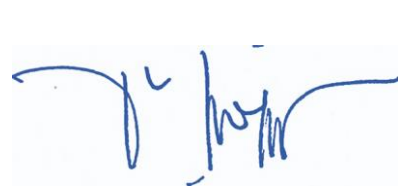
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi,



Yulia Fitriani, S. Psi., MA  
NIDN. 0314078503

Dekan Fakultas Psikologi,



Mira Sekar Arumi, M. Psi., Psikolog  
NIDN. 0317128504

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “*Coping Stress* Sebagai Prediktor Resiliensi Wanita Bekerja Di Kota Bekasi Pada Masa Pandemi Covid-19” adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan digandakan melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 01 Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan,



Dean Septiansyah  
NPM. 201710515014

## ABSTRAK

**Dean Septiansyah. 201710515014. *Coping Stress* Sebagai Prediktor Resiliensi Wanita Bekerja di Kota Bekasi Pada Masa Pandemi Covid-19.**

Saat masa pandemi, kehidupan begitu cepat berubah dan tidak dapat terprediksi alurnya. Adanya *stressor* seperti tanggung jawab pekerjaan, tuntutan bertahan hidup, takut akan tertular virus, dibatasinya fasilitas umum, dan harus taat aturan protokol kesehatan. Mengakibatkan pekerja wanita di kota Bekasi mengalami gangguan psikologis seperti stres, kecemasan yang berlebih, dan yang lainnya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut wanita bekerja diupayakan memiliki kemampuan resiliensi untuk kembali bangkit secara fisik, psikis dan hubungan sosial. *Coping stress* diasumsikan mampu memberikan sumbangan terhadap kemampuan resiliensi pada wanita bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa besar sumbangan *coping stress* terhadap resiliensi dan mengetahui kecenderungan jenis *coping* mana yang lebih sering digunakan saat masa pandemi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan 400 subjek pekerja wanita di kota Bekasi dan teknik *sampling* yang digunakan adalah *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan teknik regresi sederhana melalui aplikasi SPSS V-26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *coping stress* mampu memberikan sumbangan positif terhadap resiliensi sebesar 79,0%. Diharapkan wanita bekerja dapat menerapkan strategi *coping stress* untuk dapat memiliki kemampuan resiliensi di masa pandemi.

**Kata Kunci: *Coping stress*, resiliensi, wanita bekerja.**

## **ABSTRACT**

**Dean Septiansyah. 201710515014.** Coping Stress as a Predictor of the Resilience of Female Worker in Bekasi City During the Covid-19 Pandemic.

During a pandemic, life changes rapidly and the flow can't be predicted. The existence of stressors such as job responsibilities, demands for survival, fear of contracting the virus, limited public facilities, and having to comply with health protocol rules. That has affected female workers in Bekasi city experiencing psychological disorders such as stress, excessive anxiety, and others. To overcome these problems, female workers are strived to have the resilience ability to get back up physically, psychologically and in social relationships. Coping stress is assumed to be able to contribute to the resilience ability of female workers. This study aims to see how much coping stress contributes to resilience and to find out which type of coping strategy is more often used during the pandemic. This study used a quantitative method with 400 female worker subjects in the city of Bekasi and the sampling technique used was non-probability sampling, namely purposive sampling. Data analysis was performed using simple regression techniques through the SPSS V-26 application. The results showed that coping stress was able to provide a positive contribution to resilience by 79.0%. It is hoped that female worker can apply coping stress strategies to have the ability to resilience during a pandemic.

**Keywords: Coping stress, female workers, resilience.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis haturkan kehadirat Allah SWT yang telah menganugerahkan rahmat serta inayah-Nya, yang karena-Nya, penulis diberikan kekuatan dan kesabaran untuk menyelesaikan laporan penelitian sebagai tugas akhir dalam tingkat pendidikan Strata I Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Lewat penyusunan skripsi ini tentunya penulis mengalami beberapa hambatan, tantangan serta kesulitan, namun karena binaan dan dukungan dari semua pihak, akhirnya semua hambatan tersebut dapat teratasi. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada:

1. Kedua orang tua, ayahanda Alm. Tatang Sontani dan ibunda Sri Widyawati yang telah memberikan seluruh upaya jiwa dan raganya untuk mendidik saya hingga sampai pada pencapaian ini.
2. Ibu Rika Fitriyana, M. Psi., Psikolog sebagai pembimbing skripsi saya yang dengan sabar menemani dan membimbing saya selama mengerjakan skripsi ini hingga selesai.
3. Ibu Yulia Fitriani, S. Psi., MA sebagai pembimbing akademik dan juga ketua Program Studi Fakultas Psikologi yang senantiasa memberikan arahan serta wejangan kepada saya dari awal sampai dengan akhir perkuliahan.
4. Semua pengajar yang secara langsung atau tidak langsung menjadi bagian selama empat tahun saya berkuliah di Psikologi Ubhara Jaya.
5. Fani A. Sontany, Anne F. W. Sontany, Khairunnisa, M. Khaerudin, sahabat, responden penelitian, dan juga rekan-rekan perkuliahan khususnya kelas B1-2017.

Terakhir, terima kasih pada semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu, tentunya penulis berharap setiap bantuan yang telah diberikan oleh segenap pihak dapat menjadi ladang kebaikan. Dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan berguna bagi kemajuan pengembangan ilmu.

Jakarta, 01 Juli 2021

Dean Septiansyah

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	12
1.3. Tujuan Penelitian .....	12
1.4. Manfaat Penelitian .....	12
1.5. Keaslian Penelitian .....	13
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>15</b>
2.1. Resiliensi .....	15
2.1.1. Definisi Resiliensi .....	15
2.1.2. Aspek-Aspek Resiliensi .....	16
2.1.3. Faktor-Faktor Resiliensi .....	17
2.2. <i>Coping Stress</i> .....	18



2.2.1. Definisi <i>Coping Stress</i> .....	18
2.2.2. Aspek-Aspek <i>Coping Stress</i> .....	20
2.2.3. Faktor-Faktor Coping Yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	23
2.3. Hubungan Antara <i>Coping Stress</i> dengan Resiliensi .....	24
2.4. Kerangka Berpikir .....	25
2.5. Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1. Tipe Penelitian .....	27
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
3.2.1. Variabel Bebas .....	28
3.2.2. Variabel Terikat .....	28
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	28
3.3.1. Definisi Operasional Resiliensi .....	28
3.3.2. Definisi Operasional <i>Coping Stress</i> .....	29
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
3.4.1. Populasi .....	29
3.4.2. Sampel .....	30
3.5. Teknik Pengumpulan Data .....	32
3.5.1. Instrumen Penelitian .....	32
1. Skala Resiliensi .....	33
2. Skala <i>Coping Stress</i> .....	35
3.5.2. Validitas dan Reliabilitas .....	38
1. Validitas .....	38
2. Reliabilitas .....	43
3.6. Analisis Data .....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
4.1. Gambaran Subjek Penelitian .....	46
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	46
4.1.2. Subjek Penelitian .....	47
4.2. Pelaksanaan Penelitian .....	49
4.2.1. Persiapan Penelitian .....	49

4.2.2. Pelaksanaan Penelitian .....	50
4.3. Hasil Penelitian .....	51
4.3.1. Uji Asumsi .....	51
4.3.2. Kategorisasi Subjek Penelitian .....	52
1. Kategorisasi Resiliensi .....	52
2. Kategorisasi <i>Coping Stress</i> .....	54
4.3.3. Uji Hipotesis .....	55
1. Uji Regresi .....	56
2. Uji Koefisien .....	57
3. Besaran Kontribusi Jenis <i>Coping</i> Terhadap Resiliensi .....	58
4. Gambaran Resiliensi Berdasarkan Data Demografi Partisipan Penelitian .....	58
4.4. Pembahasan .....	60
<b>BAB V HASIL KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>64</b>
5.1. Kesimpulan .....	64
5.2. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	25
Gambar 4.1 Kelompok Usia .....	47
Gambar 4.2 Kelompok Tingkat Pendidikan .....	47
Gambar 4.3 Kelompok Domisili Kecamatan Tempat Kerja .....	48
Gambar 4.4 Kelompok Pendapatan Per-Bulan .....	48



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Wawancara .....	4
Tabel 3.1 Rentang Skala Resiliensi .....	33
Tabel 3.2 Blueprint Resiliensi .....	34
Tabel 3.3 Rentang Skala <i>Coping Stress</i> .....	35
Tabel 3.4 Blueprint <i>Coping Stress</i> .....	36
Tabel 3.5 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem .....	39
Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Skala Resiliensi .....	40
Tabel 3.7 Hasil Uji Coba Skala <i>Coping Stress</i> .....	41
Tabel 3.8 Klasifikasi Skor Reliabilitas .....	44
Tabel 3.9 Hasil Reliabilitas Skala Resiliensi .....	44
Tabel 3.10 Hasil Reliabilitas Skala <i>Coping Stress</i> .....	45
Tabel 4.1 Uji Asumsi .....	51
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan SPSS Resiliensi .....	52
Tabel 4.3 Kategori Subjek Penelitian Variabel Resiliensi .....	53
Tabel 4.4 Hasil Perhitungan SPSS <i>Coping Stress</i> .....	54
Tabel 4.5 Kategori Subjek Penelitian Variabel <i>Coping Stress</i> .....	55
Tabel 4.6 Uji Regresi ANOVA .....	56
Tabel 4.7 Uji Regresi Model Summary .....	56
Tabel 4.8 Uji Koefisien .....	57
Tabel 4.9 Besaran Kontribusi Jenis <i>Coping</i> Terhadap Resiliensi .....	58
Tabel 4.10 Karakteristik Resiliensi Berdasarkan Data Demografi .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner .....	71
Lampiran 2 <i>Coding</i> Data Variabel <i>Coping Stress</i> .....	83
Lampiran 3 <i>Coding</i> Data Variabel Resiliensi .....	107
Lampiran 4 Uji Validitas Variabel <i>Coping Stress</i> .....	119
Lampiran 5 Uji Validitas Variabel Resiliensi .....	125
Lampiran 6 Uji Normalitas .....	127
Lampiran 7 Uji Besar Kontribusi Jenis <i>Coping</i> Terhadap Resiliensi .....	127
Lampiran 8 Uji Linieritas .....	128
Lampiran 9 Uji Gambaran Resiliensi Berdasar Data Usia Partisipan .....	128
Lampiran 10 Uji Gambaran Resiliensi Berdasar Data Pendidikan Partisipan ..	129
Lampiran 11 Uji Gambaran Resiliensi Berdasar Data Penghasilan Partisipan .	130
Lampiran 12 Lembar Bimbingan .....	131

