

**HUBUNGAN *EMOTION FOCUSED COPING*
TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS BHAYANGKARA
JAKARTA RAYA PADA SAAT MASA PANDEMI
COVID-19**

SKRIPSI

Oleh:

ULFA WULAN SUCI PRATIWI

201710515074



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

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan *Emotion Focused Coping*
Terhadap Kejenuhan Belajar Pada
Mahasiswa Universitas Bhayangkara
Jakarta Raya Pada Saat Masa Pandemi
Covid-19

Nama Mahasiswa : Ulfa Wulan Suci Pratiwi

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515074

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

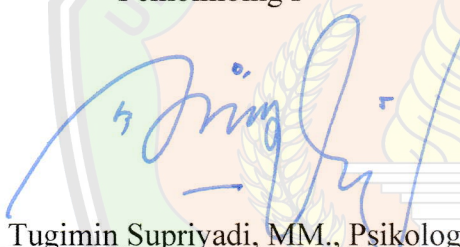
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 November 2021

Bekasi, 8 Desember 2021

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Tugimin Supriyadi, MM., Psikolog


Fathana Gina, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0310076603

NIDN. 0315078603

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Emotion Focused Coping*
Terhadap Kejenuhan Belajar Pada
Mahasiswa Universitas Bhayangkara
Jakarta Raya Pada Saat Masa Pandemi
Covid-19

Nama Mahasiswa : Ulfa Wulan Suci Pratiwi

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515074

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 24 November 2021

Bekasi, 8 Desember 2021

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Rika Fitriyana, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0327068402

Penguji I : Fathana Gina, M. Psi., Psikolog
NIDN. 0315078603

Penguji II : Dr. Tugimin Supriyadi, MM., Psikolog
NIDN. 0310076603

MENGETAHUI,

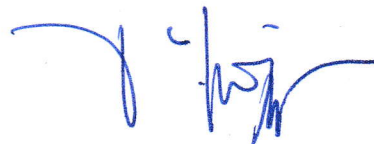
Ketua Program Studi
Psikologi



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 Hubungan *Emotion Focused Coping* Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Pada Saat Masa Pandemi Covid-19 ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri 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 di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy 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.

Bekasi, 8 Desember 2021

Yang membuat pernyataan,



Ulfa Wulan Suci Pratiwi

201710515074

ABSTRAK

Ulfa Wulan Suci Pratiwi. 201710515074. Hubungan *Emotion Focused Coping* Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Pada Masa Pandemi Covid-19.

Kejenuhan belajar adalah kondisi Individu yang ditandai dengan perasaan jemu atau bosan, dimana informasi atau pengetahuan yang didapatkan selama proses belajar tidak mendapatkan kemajuan dan tidak dapat bekerja sesuai yang diharapkan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat Hubungan *Emotion Focused Coping* Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Pada Masa Pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif dengan metode korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan jumlah subjek sebanyak 100 orang yang diambil dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* yaitu *snowball sampling*. Analisis data penelitian ini menggunakan metode korelasi *product moment pearson* dan hasil menunjukkan adanya hubungan negatif yang sedang antara *emotion focused coping* dengan kejenuhan belajar pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan nilai korelasi sebesar -0,451 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi *emotion focused coping* yang diterapkan oleh mahasiswa, maka semakin rendah kejenuhan belajar yang dialami oleh mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Saran bagi mahasiswa, diharapkan dapat mempertahankan penerapan *emotion focused coping* untuk lebih meminimalisir kejenuhan belajar yang dialami selama masa pandemi Covid-19.

Kata kunci: *emotion focused coping*, kejenuhan belajar, mahasiswa

ABSTRACT

Ulfa Wulan Suci Pratiwi. 201710515074. The Correlation Between Emotion Focused Coping and Learning Boredom in the Students of Bhayangkara Jakarta Raya University During the Covid-19 Pandemic.

Learning boredom is the condition where an individual feels tired or bored, in which the information or the knowledge that is obtained during the learning process does not progress and doesn't work as expected. This study aims to see the correlation between emotion focused coping and learning boredom in the students of Bhayangkara Jakarta Raya University during the Covid-19 pandemic. This research is a quantitative research that uses the correlation method. The subjects that were used in this study are the students of Bhayangkara Jakarta Raya University, with a total of 100 subjects whom were taken using the non probability sampling method, namely snowball sampling. The data of this study was analyzed using the product moment pearson correlation method, and the results showed a moderate negative correlation between emotion focused coping and learning boredom in the students of Bhayangkara Jakarta Raya University with the correlation value of -0.451 and the significance value of 0.000 ($p < 0.05$). The results of the correlation test showed that the higher the level of emotion focused coping in students, the lower the level of learning boredom that is experienced by the students of Bhayangkara Jakarta Raya University. Suggestions for students, it is hoped that they can maintain the application of emotion focused coping to further minimize learning boredom experienced during the Covid-19 pandemic.

Keywords: emotion focused coping, learning boredom, college students

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya sehingga Peneliti dapat menyelesaikan laporan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan baik. Laporan skripsi ini dibuat sebagai bentuk untuk menyelesaikan tugas akhir dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Strata Satu.

Dalam penyusunan laporan skripsi ini, Peneliti telah mendapat bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Tugimin Supriyadi, MM., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah membantu dan membimbing hingga terselesaikannya skripsi ini.
2. Ibu Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi.
3. Ibunda dan kakak tercinta yang selalu memberikan semangat, serta doa dan kasih sayang yang tulus sehingga Peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Sahabat saya Dwi Widarti, Dwita Putri, Dika Siwa, Fitria Retno yang telah saling membantu dan mendukung satu sama lain sehingga laporan skripsi ini dapat terselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi Peneliti dan bagi pembaca. Terima kasih.

Bekasi, 8 Desember 2021

Ulfa Wulan Suci Pratiwi

201710515074

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah	9
1.3. Tujuan Penelitian.....	9
1.4. Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
1.5. Uraian Keaslian Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1. Kejenuhan Belajar	12
2.1.1 Definisi Kejenuhan Belajar.....	12
2.1.2 Aspek-aspek Kejenuhan Belajar.....	15
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejenuhan Belajar	17
2.2. <i>Emotion Focused Coping</i>	19

2.2.1 Definisi <i>Emotion Focused Coping</i>	19
2.2.2 Aspek-aspek <i>Emotion Focused Coping</i>	21
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Emotion Focused Coping</i>	22
2.3. Hubungan <i>Emotion Focused Coping</i> dengan Kejenuhan Belajar .	24
2.4. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1. Tipe Penelitian.....	27
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian	27
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
3.4. Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.4.1 Populasi.....	28
3.4.2 Sampel	28
3.5. Teknik Pengumpulan Data	29
3.5.1 Instrumen Penelitian	29
3.5.2 Validitas dan Realiabilitas	32
3.5.2.1 Validitas	32
3.5.2.2 Reliabilitas	33
3.6. Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
1.1. Gambaran Konteks atau Ruang Lingkup Penelitian	35
4.1.1 Lokasi Penelitian	35
4.1.2 Subjek Penelitian	35
1.2. Pelaksanaan Penelitian	36
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	36
4.2.1.1 Uji Coba (<i>Try Out</i>).....	36
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	40
1.3. Hasil Penelitian	40
4.3.1 Kategorisasi Subjek Penelitian	40
4.3.1.1 Kategorisasi Kejenuhan Belajar.....	40

4.3.1.2 Kategorisasi <i>Emotion Focused Coping</i>	42
4.3.1.3 Kategorisasi Subjek Secara Keseluruhan.....	44
4.3.2 Uji Hipotesis	44
4.3.2.1 Uji Normalitas.....	44
4.3.2.2 Uji Linearitas	46
4.3.2.3 Uji Homogenitas	47
4.3.2.4 Uji Korelasi	48
1.4. Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	52
5.1 Kesimpulan.....	52
5.2 Saran.....	52
5.2.1 Saran Praktis	52
5.2.2 Saran Teoritis.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Penilaian Responden Pada Skala.....	29
Tabel 3.2 Blueprint Skala Kejenuhan Belajar Sebelum Uji Coba	30
Tabel 3.3 Blueprint Skala <i>Emotion Focused Coping</i> Sebelum Uji Coba	31
Tabel 3.4 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem	33
Tabel 3.5 Tabel Klasifikasi Skor Reliabilitas	33
Tabel 4.1 Skala Kejenuhan Belajar Setelah Uji Coba	37
Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kejenuhan Belajar	38
Tabel 4.3 Skala <i>Emotion Focused Coping</i> Setelah Uji Coba.....	38
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	40
Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik Deskriptif Kejenuhan Belajar	41
Tabel 4.6 Kategorisasi Kejenuhan Belajar.....	42
Tabel 4.7 Hasil Uji Statistik Deskriptif <i>Emotion Focused Coping</i>	43
Tabel 4.8 Kategorisasi <i>Emotion Focused Coping</i>	44
Tabel 4.9 Kategorisasi Subjek Secara Keseluruhan.....	44
Tabel 4.10 Hasil Uji Normalitas	46
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas	47
Tabel 4.12 Uji Homogenitas	47
Tabel 4.13 Kategorisasi Uji Korelasi	48
Tabel 4.14 Hasil Uji Korelasi	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian	25
Gambar 3.1 Rumus Slovin	30



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Kejenuhan Belajar Sebelum Uji Coba	59
Lampiran 2 Skala <i>Emotion Focused Coping</i> Sebelum Uji Coba	61
Lampiran 3 Tabulasi Data Uji Coba Skala Kejenuhan Belajar	64
Lampiran 4 Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Emotion Focused Coping</i> ...	67
Lampiran 5 Validitas dan Reliabilitas Uji Coba Skala Kejenuhan Belajar	70
Lampiran 6 Validitas dan Reliabilitas Uji Coba Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	73
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian	76
Lampiran 8 Tabulasi Data Skala Kejenuhan Belajar.....	81
Lampiran 9 Tabulasi Data Skala <i>Emotion Focused Coping</i>	85
Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas	89
Lampiran 11 Hasil Uji Linearitas	89
Lampiran 12 Hasil Uji Homogenitas.....	89
Lampiran 13 Hasil Uji Korelasi.....	90
Lampiran 14 Surat Riset Mahasiswa	91
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi	92