

**PEMILIHAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING*
DAN *EMOTIONAL FOCUSED COPING*
BERDASARKAN JENIS KELAMIN PADA
KARYAWAN PRODUKSI DI PT DANKOS FARMA**

SKRIPSI

Oleh :

Waode Buani Tummege

201710515175



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

BEKASI

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pemilihan Antara *Problem Focused Coping* dan
Emotional Focused Coping Berdasarkan Jenis
Kelamin Pada Karyawan Produksi Di PT Dankos
Farma.

Nama Mahasiswa : Waode Buani Tummega

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515175

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 09 Agustus 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II

Yulia Fitriani, S.Psi., M.A

NIDN. 0314078503

Dr. Sulistiasih, M.Si

NIDN. 0330086105

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Pemilihan Antara *Problem Focused Coping* dan
Emotional Focused Coping Berdasarkan Jenis
Kelamin Pada Karyawan Produksi Di PT Dankos
Farma.

Nama Mahasiswa : Waode Buani Tummega

Nomor Pokok Mahasiswa : 201710515175

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 09 Agustus 2022

Bekasi, 15 Agustus 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Kus Hanna Rahmi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0326107706

Penguji I : Dr. Sulistiasih, M.Si
NIDN. 0330086105

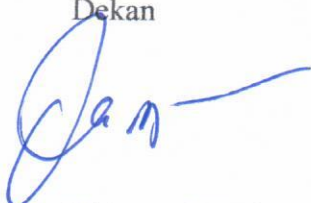
Penguji II : Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN. 0314078503

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi

Dekan


Yulia Fitriani, S.Psi., M.A
NIDN. 0314078503


Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD
NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul Pemilihan Antara *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Karyawan Produksi Di PT Dankos Farma ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah ditulis 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 di-fotocopy 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, 15 Agustus 2022



Waode Buani Tummege

NPM 201710515175

ABSTRACT

Waode Buani Tummega. 201710515175. *Selection of Problem Focused Coping and Emotional Focused Coping Based on Gender in Production Employees at PT Dankos Farma.*

This study aims to see whether there is a difference in the selection between problem focused coping and emotional focused coping based on gender in production employees at PT Dankos Farma. The sample in this study was taken from 100 respondents who work in the production department at PT Dankos Farma. The technique used by the researcher for sample selection in this study uses a non-probability sampling technique, which is a technique where the subject does not have the same opportunity to become a research subject or is based on willingness at the right time (Priyono, 2016). The sampling technique used in this study is convenience sampling, where the subject is involved based on willingness, the right situation and the right place (Priyono, 2016). Test the validity and reliability using the Cronbach-Alpha score. Test Results The difference between problem focused coping and work stres using the Independent T Test method obtained a significance result of 0.00 ($p < 0.05$), which means that there is a strong and significant difference. Likewise, the results of the Difference Test between emotional focused coping and work stres using the Independent T Test method obtained a significance result of 0.00 ($p < 0.05$), which means that there is a strong and significant difference. So it can be concluded that H_a is accepted.

Keywords: Problem Focused Coping, Emotional Focused Coping, Job Stres

ABSTRAK

Waode Buani Tummega. 201710515175. Pemilihan Antara *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Karyawan Produksi Di PT Dankos Farma.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat ada tidaknya perbedaan dalam pemilihan antara *problem focused coping* dan *emotional focused coping* berdasarkan jenis kelamin pada karyawan produksi di PT Dankos Farma. Metode penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Sampel pada penelitian ini diambil dari 100 responden yang bekerja di bagian produksi di PT Dankos Farma. Teknik yang digunakan peneliti untuk pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu teknik dimana subjek tidak memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi subjek penelitian atau berdasarkan kesediaan pada waktu yang tepat (Priyono, 2016). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *convenience sampling*, yaitu subjek dilibatkan berdasarkan kesediaan, situasi yang tepat dan tempat yang tepat (Priyono, 2016). Uji validitas dan Reliabilitas menggunakan skor *Cronbach-Alpha*. Hasil Uji Beda antara *problem focused coping* dengan stres kerja menggunakan metode uji *T Test Independent* mendapatkan hasil signifikansi 0,00 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang kuat dan signifikan. Begitu juga dengan hasil Uji Beda antara *emotional focused coping* dengan stres kerja menggunakan metode uji *T Test Independent* mendapatkan hasil signifikansi 0,00 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang kuat dan signifikan. Maka dapat disimpulkan H_a diterima.

Kata Kunci: *Problem Focused Coping*, *Emotional Focused Coping*, Stres Kerja

KATA PENGANTAR

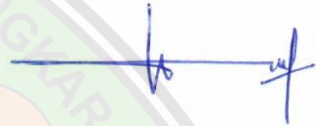
Puji dan syukur kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala, yang memberikan nikmat, rahmat serta karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pemilihan Antara *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Karyawan Produksi Di PT Dankos Farma”**. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari bantuan beberapa pihak yang telah memberikan saran, motivasi, semangat dan bimbingan. Oleh karena itu penulis memberikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah Subhanahu Wa Ta'ala, karena telah memberikan petunjuk, kesabaran, kekuatan, serta pertolongan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Mamah Wiwit Winarti yang sangat saya cintai, Kakak dan Adik saya, yang telah memberikan bantuan, doa, dan segala dukungan yang diberikan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., PhD, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Ibu Sandra Adetya, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dan memberi arahan selama proses perkuliahan.
5. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA, selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan arahan, bimbingan, dukungan, bantuan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Mami Ira yang telah memberikan dorongan untuk berkuliah. Mimi April, Bunda Gia, dan Mba Titis yang telah memberikan dukungan, semangat, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Amelia dan Liza yang telah memberikan dukungan, bantuan, motivasi, semangat selama masa-masa perkuliahan dan selama penyusunan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya angkatan 2017 yang telah berbagi pengalaman dan pengetahuannya dalam perkuliahan.

9. Terakhir, terimakasih kepada diri saya sendiri karena telah berhasil melalui proses panjang perkuliahan ini, telah sabar, bertahan, dan berusaha sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih adanya kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca, agar penulis dapat berkarya dengan lebih baik.

Bekasi, 15 Agustus 2022



Waode Buani Tummega

NPM. 201710515175



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	13
1.3 Tujuan Penelitian	16
1.4 Manfaat Penelitian	16
1.4.1 Manfaat Teoritis	16
1.4.2 Manfaat Praktis	16
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	18
2.1 Uraian Variabel	18
2.1.1 Stres Kerja	18
2.1.1.1 Definisi Stres Kerja	18
2.1.1.2 Dimensi – Dimensi Stres	19
2.1.1.3 Gejala Stres	20

2.1.1.4 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres	21
2.1.1.5 Sumber - Sumber Stres	22
2.1.1.6 Alat Ukur Yang Digunakan	23
2.1.2 Strategi <i>Coping Stres</i>	23
2.1.1.1 Definisi Strategi <i>Coping Stres</i>	23
2.1.1.2 Dimensi – Dimensi Strategi <i>Coping Stres</i>	24
2.1.1.3 Alat Ukur Yang Digunakan	25
2.2 Perbedaan Antara Penggunaan <i>Problem Focused Coping</i> dengan <i>Emotional Focused Coping</i> Dalam Mengatasi Stres Kerja	25
2.3 Hipotesis Penelitian	29
2.4 Kerangka Berfikir Penelitian	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Tipe Penelitian	30
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	30
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	30
3.3.1 Stres Kerja	30
3.3.2 Strategi <i>Problem Focused Coping</i>	31
3.3.3 Strategi <i>Emotional Focused Coping</i>	31
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	32
3.4.1 Populasi Penelitian	32
3.4.2 Sampel dan Sampling	32
3.4.2.1 Sampel Penelitian	32
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel	32
3.5 Teknik Pengumpulan Data	33
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	33

3.5.1.1	Skala Stres Kerja	34
3.5.1.2	Skala Strategi <i>Coping Stres</i>	35
3.5.2	Validitas dan Reliabilitas	36
3.5.2.1	Validitas	36
3.5.2.2	Reliabilitas	36
3.6	Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		38
4.1	Profil Responden Penelitian	38
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	38
4.1.2	Responden Penelitian	38
4.2	Pelaksanaan Penelitian	38
4.2.1	Persiapan Penelitian	38
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	39
4.2.3	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	40
4.2.3.1	Hasil Uji Validitas	40
4.2.3.2	Hasil Uji Reliabilitas	42
4.3	Hasil Penelitian	43
4.3.1	Hasil Uji Asumsi Dasar	43
4.3.2	Hasil Uji Linearitas	44
4.3.3	Hasil Uji Homogenitas	45
4.4	Kategorisasi Responden Penelitian	46
4.4.1	Kategorisasi <i>Problem Focused Coping</i>	46
4.4.2	Kategorisasi <i>Emosional Focused Coping</i>	47
4.5	Uji Hipotesis	48
4.6	Diskusi dan Pembahasan	50

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Saran	54
5.2.1 Saran Praktis	54
5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	61



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Hasil Wawancara.....	8
Tabel 3.1 Rentang Skor Skala Likert	33
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Stres Kerja Sebelum <i>Try Out</i>	34
Tabel 3.3 Tabel Alternatif Jawaban	34
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala <i>Problem Focused Coping</i>	35
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala <i>Emotional Focused Coping</i>	35
Tabel 3.6 Tabel Alternatif Jawaban	36
Tabel 4.1 Deskripsi Responden	38
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Skala Stres Kerja	40
Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Problem Focused Coping</i>	41
Tabel 4.4 Hasil Uji Validitas Skala <i>Emotional Focused Coping</i>	41
Tabel 4.5 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Kerja	42
Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Problem Focused Coping</i>	42
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Emotional Focused Coping</i>	42
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	43
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja .	43
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	44
Tabel 4.11 Hasil Uji Linearitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja .	44
Tabel 4.12 Hasil Uji Homogenitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	45
Tabel 4.13 Hasil Uji Homogenitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	45
Tabel 4.14 Kategorisasi <i>Problem Focused Coping</i>	47

Tabel 4.15 Kategorisasi <i>Emotional Focused Coping</i>	48
Tabel 4.16 Hasil Uji Beda <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	48
Tabel 4.17 Hasil Uji Beda <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Dinamika Variabel	31
--------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	62
Lampiran 2. Lembar Bimbingan	63
Lampiran 3. <i>Screenshot</i> Sebar Kuesioner	65
Lampiran 4. Aitem Stres Kerja	67
Lampiran 5. Aitem <i>Problem Focused Coping</i>	68
Lampiran 6. Aitem <i>Emotional Focused Coping</i>	69
Lampiran 7. <i>Blueprint</i> Skala Stres Kerja Sebelum Try Out	72
Lampiran 8. <i>Blueprint</i> Skala <i>Problem Focused Coping</i> Sebelum Try Out	72
Lampiran 9. <i>Blueprint</i> Skala <i>Emotional Focused Coping</i> Sebelum Try Out	73
Lampiran 10. Hasil <i>Coding Try Out</i> Stres Kerja	74
Lampiran 11. Hasil <i>Coding Try Out Problem Focused Coping</i>	75
Lampiran 12. Hasil <i>Coding Try Out Emotional Focused Coping</i>	76
Lampiran 13. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Stres Kerja	77
Lampiran 14. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Problem Focused Coping</i>	78
Lampiran 15. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Emotional Focused Coping</i>	79
Lampiran 16. <i>Blueprint</i> Skala Stres Kerja Setelah Try Out	80
Lampiran 17. <i>Blueprint</i> Skala <i>Problem Focused Coping</i> Sebelum Try Out	80
Lampiran 18. <i>Blueprint</i> Skala <i>Emotional Focused Coping</i> Sebelum Try Out	81
Lampiran 19. Hasil <i>Coding</i> Ambil Data Stres Kerja	82
Lampiran 20. Hasil <i>Coding</i> Ambil Data <i>Problem Focused Coping</i>	83
Lampiran 21. Hasil <i>Coding</i> Ambil Data <i>Emotional Focused Coping</i>	84
Lampiran 22. Hasil Uji Normalitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	85

Lampiran 23. Hasil Uji Normalitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	85
Lampiran 24. Hasil Uji Linearitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	85
Lampiran 25. Hasil Uji Linearitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	86
Lampiran 26. Hasil Uji Homogenitas <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	86
Lampiran 27. Hasil Uji Homogenitas <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	86
Lampiran 28. Hasil Uji Beda <i>Problem Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja	87
Lampiran 29. Hasil Uji Beda <i>Emotional Focused Coping</i> terhadap Stres Kerja ...	87

