

**PERAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN OPTIMISME
TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
YANG SEDANG MENYUSUN TUGAS AKHIR**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Yulia Saraswati

30701401562

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PERAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN OPTIMISME
TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
YANG SEDANG MENYUSUN TUGAS AKHIR**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yulia Sraswati

30701401562

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipersembahkan di depan Dewan Penguji Guna
Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal



Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi

29 Agustus 2018

Semarang, 29-08-2018

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Ruseno Arjanggi S.Psi, M.A, Psi

NIDN. 0606097401

PENGESAHAN

PERAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN OPTIMISME
TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
YANG SEDANG MENYUSUN TUGAS AKHIR

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yulia Saraswati
30701401562

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 5 September 2018

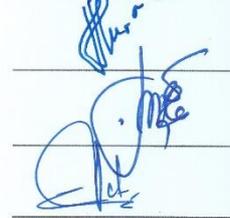
Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Ruseno Arjanggal, S.Psi, MA, Psi

2. Agustin Handayani, S.Psi, M.Si

3. Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Psikologi

Semarang, 21-09-2018

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Ruseno Arjanggal, S.Psi, M.A
NIDN. 0606097401

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya, Yulia Saraswati, dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, Agustus 2018

Yang Menyatakan

Yulia Saraswati
30701401562

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka bila kau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap”

(Al-Insyirah : 6-8)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum sampai mereka mengubah apa yang ada pada diri”

(Ar-Ra'd : 11)

Allah has a purpose for your pain, a reason for your struggles, and a reward for your faithfulness. Don't give up

(Dr.Bilal Philips)

Setiap masalah selalu ada solusinya

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan ucapan syukur Alhamdulillah kehadiran Allah Subhanallahu wa Ta'ala dan shalawat salam kepada nabi Muhammad Shallahu'alaihi wa sallam, kupersembahkan karya ini untuk :

kedua orang tuaku Ibuku Dwiani endang S.W dan Bapak Komari yang selalu memberikan doa dan semangatnya. kedua kakaku Nugroho Cahyo Adi dan Fuaddina Widya, Wiry Acita Oktavia dan adiku Manik Kusumaningrum yang selalu memberikan semangat untuk segera menyelesaikan karya tulis ini.

Ibu Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi yang dengan sabar, tulus dan ikhlas selalu memberikan semangat serta membimbing dengan sabar hingga karya tulis ini dapat terselesaikan. Seluruh pihak yang sudah membantu dalam proses penulisan ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subhanallahu Wa Ta'ala atas segala limpahan rahmat, hidayahserta inayah Nya untuk peneliti, sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan sesuai dengan harapan. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita selalu mendapat syafaat dari beliau.

Skripsi ini merupakan tugas akhir untuk memenuhi syarat penyelesaian S1 Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Skripsi ini terdiri dari 3 bagian yaitu awal, inti dan bagian akhir. Banyak kesulitan dan hambatan yang ditemui dalam proses penyelesaian skripsi ini namun dengan petunjuk Allah Subhanallahu Wa Ta'ala dan dengan bantuan berbagai pihak, alhamdulillah skripsi ini mampu diselesaikan oleh peneliti.

Akhirnya dengan penuh kerendahan hati dan penuh rasa hormat, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Ruseno Arjanggal, S.Psi, M.A, Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam perijinan penelitian.
2. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk terus membimbing, memberikan saran, dukungan dan dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini diselesaikan dengan baik.
3. Ibu Ratna Supradewi S.Psi, M.Si, dan Ibu Retno Setyaningsih, S.Psi, M,Si selaku Dosen Wali yang telah banyak mengarahkan, membimbing dan memberi pemahaman kepada penulis selama mengenyam pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Unissula yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang berharga kepada peneliti.
5. Bapak dan Ibu staf Tata Usaha dan Perpustakaan serta seluruh Karyawan Fakultas Psikologi Unissula yang telah memberikan bantuan dan kemudahan dalam urusan administrasi.

6. Bapak dan Ibu yang selalu memberikan semangat doa serta dukungan yang tak henti. Mas, Mbak, Adek yang selalu menjadi penyemangat peneliti untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.
7. Seluruh mahasiswa fakultas teknik 2014 yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Terimakasih kepada Anugerah Ramadhani, Adhita wahyu, Dona Oktariani, Maura Presty, yang selalu memberikan semangat serta doa kepada peneliti
9. Terimakasih kepada Faradila Putri Nadifani, Fitria Nur Amalia, Frisca Ayuning putri, yang dengan sabar menemani serta membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir.
10. Terimakasih kepada partner ujian Widyawati, Zarda Alifia, serta Ummu Hani yang telah menjadi teman ujian selama kurang lebih empat tahun lamanya.
11. Terimakasih untuk seluruh teman-teman kelas C Rani, Novi, Saka, Haris, Intan Suci, Heni, Uca, Hannan dan seluruh angkatan 2014 fakultas psikologi yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
12. Terimakasih kepada teman satu bimbingan Bu Titin sarah ayu, Ririn, Ica, Duhita, Sheyla trimakasih untuk semangatnya selama proses mengerjakan.
13. Terimakasih kepada Ibu wahyu yang sudah banyak membantu peneliti dalam mencari buku-buku referensi.

Proses penyelesaian skripsi ini telah dikerjakan dengan sebaik-baiknya dan sungguh-sungguh. Semoga dengan keterbatasannya, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang Psikologi dan semua pihak yang membutuhkan.

Semarang, Agustus 2018

Penulis

