

**HUBUNGAN KOPING STRES DENGAN RESILIENSI PADA TARUNA  
TINGKAT I DI POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana (SI)  
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang



Disusun oleh :

**AGNESIA FADHILA**

**(30701601793)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2021**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### HUBUNGAN COPING STRESS DENGAN RESILIENSI PADA TARUNA TINGKAT I DI POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Agnesia Fadhila**  
**30701601793**

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna  
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing 1

Tanggal

  
Ruseno Arjangi, S.Psi, M.A., Psikolog

9 Desember 2021

Pembimbing 2

Tanggal

  
Anisa Fitriani, S.Psi, M.Psi, Psikolog

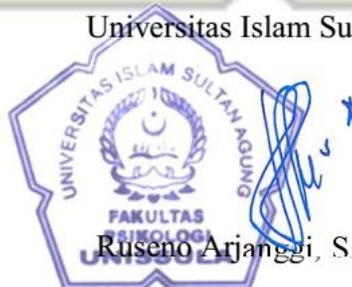
9 Desember 2021

Semarang, 9 Desember 2021

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung

  
Ruseno Arjangi, S.Psi., M.A.  
NIK. 210700010

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN KOPING STRES DENGAN RESILIENSI PADA TARUNA TINGKAT I DI POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**Agnesia Fadhila**  
Nim: 30701601793

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
pada tanggal 15 Desember 2021

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si
2. Abdurrohman, S.Psi, M.Si
3. Ruseno Arjanggi, S.Psi, M.A., Psikolog
4. Anisa Fitriani, S.Psi. M.Psi, Psikolog



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 27 Desember 2021

Mengetahui



Ruseno Arjanggi, S.Psi, M.A., Psikolog  
NIK. 210700010

## PERNYATAAN

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

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/ 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 isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 09 Desember 2021

Yang Menyatakan,



**Agnesia Fadhila**  
**30701601793**



## MOTTO

*“Boleh jadi kamu membenci sesuatu padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi pula kamu menyukai sesuatu padahal ia amat buruk bagimu, Allah mengetahui sedang kamu mengetahui.”*

*(Surat Al-Baqarah ayat 216)*

*“Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya jika kamu beriman.”*

*(Surat Ali Imran ayat 139)*

*“Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupan.”*

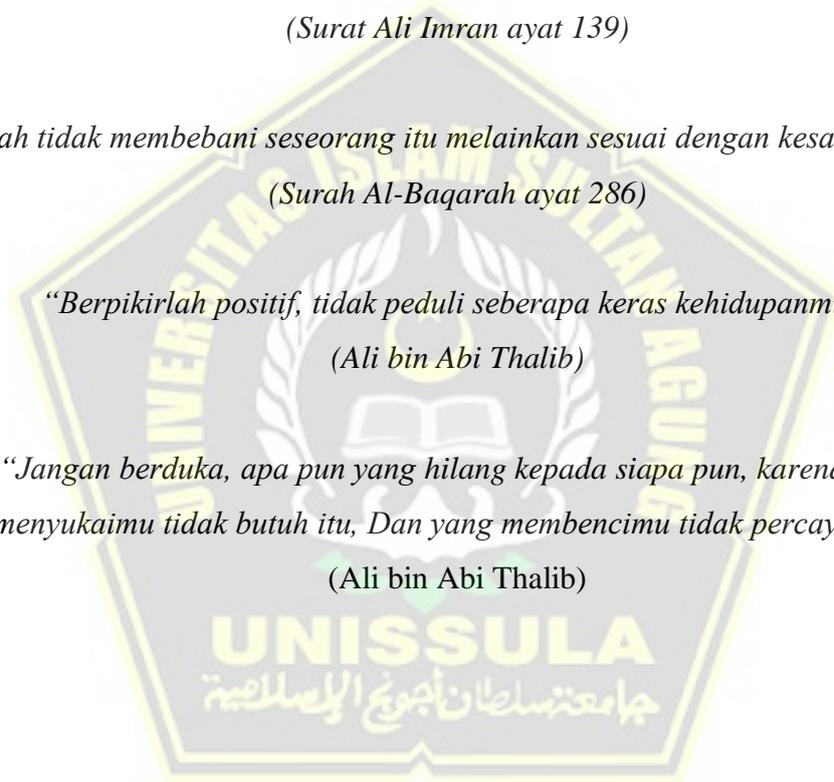
*(Surah Al-Baqarah ayat 286)*

*“Berpikirlah positif, tidak peduli seberapa keras kehidupanmu.”*

*(Ali bin Abi Thalib)*

*“Jangan berduka, apa pun yang hilang kepada siapa pun, karena yang menyukaimu tidak butuh itu, Dan yang membencimu tidak percaya itu.”*

*(Ali bin Abi Thalib)*



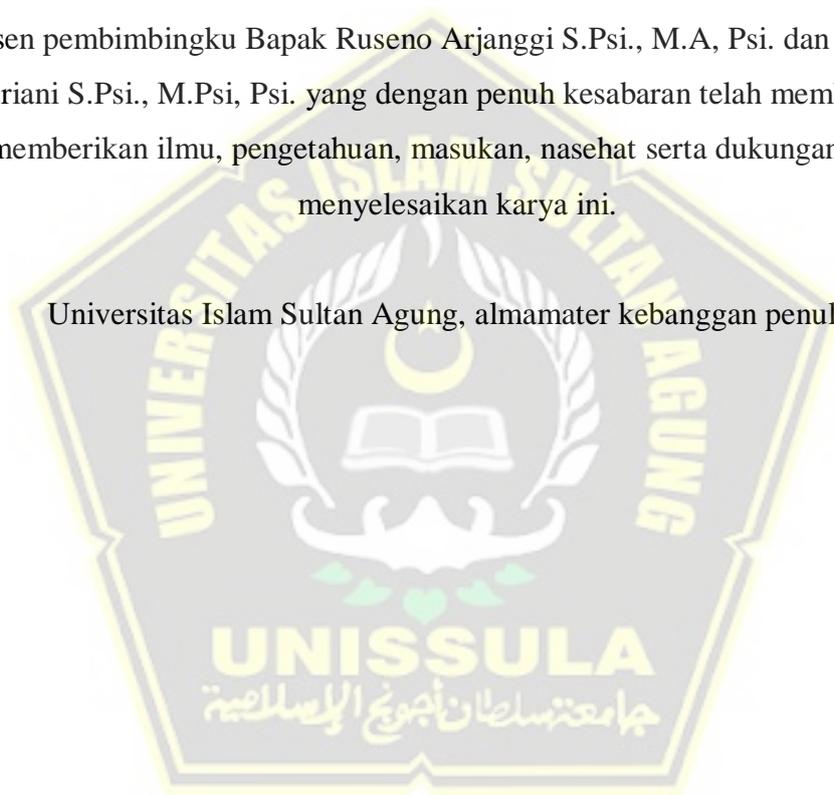
## **PERSEMBAHAN**

### **Penulis persembahkan karya ini kepada:**

Bapak dan ibu tercinta, Bp. Fadloli Alm. dan Ibu Dra. Wartati, yang selalu mencurahkan do'a, kasih sayang, bimbingan, dan motivasi serta adik-adik saya Achmad Nurfaizi, Nur Khotib, Bagus dan keluarga besar saya serta shabat-sahabatku yang selalu ada untuk memberi dukungan dan semangat serta mendoakan kelancaran karya ini hingga selesai.

Dosen pembimbingku Bapak Ruseno Arjanggi S.Psi., M.A, Psi. dan Ibu Anisa Fitriani S.Psi., M.Psi, Psi. yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan ilmu, pengetahuan, masukan, nasehat serta dukungan dalam menyelesaikan karya ini.

Universitas Islam Sultan Agung, almamater kebanggaan penulis.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas rahmat, hidayah dan ridho yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita selalu mendapatkan syafa'at dari beliau.

Penulis mengakui bahwa dalam proses penulisan ini banyak kendala dan rintangan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dan motivasi yang di berikan oleh semua pihak secara moril maupun materil, semua hal yang terasa berat menjadi lebih ringan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Ruseno Arjangga S.Psi., MA, Psi. selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah membantu dalam proses akademik maupun penelitian.
2. Bapak Ruseno Arjangga S.Psi., M.A, Psi. dan Ibu Anisa Fitriani S.Psi., M.Psi, Psi. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, dan membimbing dengan penuh kesabaran sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran dan perhatian kepada penulis selama penulis mengenyam pendidikan di Fakultas Psikologi.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman kepada penulis yang sangat bermanfaat untuk kini dan nanti.
5. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha, Petugas Laboratorium serta perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurus proses administrasi hingga skripsi ini selesai.
6. Seluruh informan Bu eri, Pak Dadang, Mas Candra, Bu terimakasih atas waktu dan kesediannya untuk membantu peneliti dalam menyusun skripsi ini.

7. Adik-adik taruna dan taruni yang telah bersedia untuk diwawancarai dan mengisi kuesioner guna menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Fadloli Alm. dan Ibu Dra. Wartati yang tercinta, yang selalu menyayangiku serta memberikan do'a dan harapan untuk kesuksesanku, sabar mendidik, memberikan nasihat, dukungan, motivasi, dan selalu mengingatkanku untuk mengingat Allah SWT.
9. Pak dhe dan Bu dhe, tercinta yang telah memfasilitasi, menyemangatiku serta mencurahkan doa untuk kesuksesanku dan selalu memberikan nasehat padaku.
10. Adik-adikku Achmad Nurfaizi, Nur Khotib, Bagus yang ikut mendo'akan kelancaran skripsi ini.
11. Dek kembar (Arin & Arum), Dek Anis, Dek Lia, Mba A'ich, Mba Dian, Mas Titis terimakasih telah mendo'akan dan memberikan dukungan dengan cara masing-masing agar penulis dapat tetap memiliki semangat juang yang tinggi.
12. Amalia Prabandani halim S.Pd, Cindi Dwi Lestari S.M, Nitih Jamiati S.Si, Dita Hananti P. S.Psi., Devita Nirawati S.Psi., Risti Zakiyah Fatin, Erriqa Khikmatunnida Fasikha S.Psi, Desy S.Pd., Icha S.Pd., Aurora Difal A S.Psi., Marsya, Galih, Hesti S.Psi., Rahmasari S.Psi., Ariatin Nafi S.sahabat yang memberi dukungan dan dorongan, serta selalu mendampingi saya apapun keadaanya, menerima keluh kesah dalam penyusunan skripsi ini.
13. Seseorang yang selalu memberikan dukungan kepada saya Muhammad Iqbal Hamdi A.Md., Tra. yang berperan dalam kelancara kuliah saya dan selalu membagikan ilmu kehidupan yang bermanfaat.
14. Ardi S.Psi., Abid S.Psi., Kukuh S.Psi., Fajar S.Psi., Hakim S.Psi. yang telah mau berbagi pengalaman dan ilmunya.
15. Teman-temanku, seluruh teman-teman angkatan 2016 khususnya kelas A atas dukungan, keceriaan dan pengalaman yang akan selalu terkenang.
16. Berbagai pihak yang telah turut membantu, memberikan dukungan serta do'a kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih sangat jauh dari kesempurnaan untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak guna untuk menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya bidang psikologi pendidikan.

Semarang, 09 Desember 2021



AGNESIA FADHILA



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
PERNYATAAN .....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK .....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
BAB II LANDASAN TEORI .....	7
A. Resiliensi .....	7
1. Pengertian Resiliensi .....	7
2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Resiliensi.....	8
3. Aspek-Aspek Resiliensi.....	10
B. Koping Stres .....	13
1. Pengertian Koping Stres .....	13
2. Aspek-Aspek Koping Stres.....	14
3. Dimensi Koping Stres .....	16

C.	Hubungan antara koping stres dengan resiliensi.....	17
D.	Hipotesis .....	19
BAB III METODE PENELITIAN .....		20
A.	Identifikasi Variabel.....	20
B.	Definisi Oprasional .....	20
1.	Resiliensi .....	20
2.	Koping Stres .....	21
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel ( <i>Sampling</i> ).....	21
1.	Populasi .....	21
2.	Sampel .....	22
3.	Teknik Pengambilan Sampel .....	22
D.	Metode Pengumpulan Data.....	22
1.	Skala Resiliensi.....	22
2.	Skala Koping Stres.....	23
E.	Validitas, Uji Daya Beda dan Reliabilitas Item.....	24
1.	Validitas.....	24
2.	Uji Daya Beda Item.....	25
3.	Reliabilitas .....	25
F.	Teknik Analisis Data.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		27
A.	Orientasi Kancahdan Pelaksanaan Penelitian .....	27
1.	Orientasi Kancah Penelitian .....	27
2.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	27
B.	Pelaksanaan Penelitian .....	34
C.	Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	36
1.	Uji Asumsi .....	36
2.	Uji Hipotesis .....	36
D.	Deskripsi Hasil Penelitian .....	37
1.	Deskripsi Data Skor Skala Resiliensi.....	37
2.	Deskripsi Data Skor Koping Stres .....	38
E.	Pembahasan .....	39

F. Kelemahan Penelitian.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Kesimpulan Penelitian.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	44
LAMPIRAN .....	50



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Data taruna dan taruni angkatan I Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang .....	21
Tabel 2.	<i>Blueprint</i> Skala Resiliensi .....	23
Tabel 3.	<i>Blueprint</i> Skala Koping Stres .....	24
Tabel 4.	Sebaran Item Uji Coba Skala Resiliensi.....	29
Tabel 5.	Sebaran Item Skala Uji Coba Koping Stres.....	29
Tabel 6.	Data Taruna dan taruni tingkat I PIP S yang menjadi Subjek Uji Coba .....	30
Tabel 7.	Sebaran Item Berdaya Bada Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi .....	31
Tabel 8.	Sebaran Item Berdaya Bada Tinggi dan Rendah pada Skala Koping Stres.....	32
Tabel 9.	Sebaran Nomor Item Baru Skala Resiliensi .....	32
Tabel 10.	Sebaran Item Berdaya Bada Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi .....	33
Tabel 11.	Sebaran Nomor Item Baru Skala Koping Stres .....	33
Tabel 12.	Sebaran Item Berdaya Bada Tinggi dan Rendah pada Skala Koping Stres.....	34
Tabel 13.	Data taruna PIP S yang menjadi Subjek Penelitian .....	35
Tabel 14.	Hasil Uji Normalitas.....	36
Tabel 15.	Norma Kategorisasi Skor.....	37
Tabel 16.	Deskripsi Skor Skala Resiliensi .....	38
Tabel 17.	Kategorisasi Skor Subjek Skala Resiliensi.....	38
Tabel 18.	Deskripsi Skor Skala Koping Stres .....	39
Tabel 19.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Koping Stres.....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Norma Kategorisasi skala Resiliensi .....	38
Gambar 2.	Norma Kategorisasi skala Koping Stres .....	39



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A.	Skala Uji Coba .....	51
Lampiran B.	Tabulasi Skala Uji Coba .....	64
Lampiran B.	Tabulasi Skala Uji Coba .....	64
Lampiran C.	Uji Daya Beda Estimati Reliabilitas Skala Uji Coba .....	87
Lampiran D.	Skala Penelitian.....	97
Lampiran E.	Tabulasi Skala Penelitian .....	106
Lampiran F.	Uji Normalisasi, Linieritas, Hipotesis Dan Kategorisasi .....	118
Lampiran G.	Surat Keterangan.....	128
Lampiran H.	Dokumentasi .....	131



# HUBUNGAN KOPING STRES TERHADAP RESILIENSI PADA TARUNA TINGKAT I DI POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG

Oleh:

**Agnesia Fadhila**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

Email: [agnesiafadhilaa@gmail.com](mailto:agnesiafadhilaa@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran S. Populasi dalam penelitian ini yaitu taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran S dengan sampel berjumlah 118 taruna dan taruni. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Metode pengambilan data dalam penelitian ada 2 skala yaitu skala koping stres yang terdiri dari 36 item dengan koefisien reliabilitas 0,911 dan daya beda bergerak antara 0,314 hingga 0,716, sedangkan skala resiliensi yang terdiri dari 53 item dengan koefisien reliabilitas 0,945 dan berdaya beda 0,319 hingga 0,716. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan positif koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran S, yang di peroleh dari  $r_{xy}$  sebesar 0,000 dengan signifikansi sebesar 0,005 ( $p < 0,05$ ). Koping stres memiliki sumbangan sebesar 77,99% yang efektif, sedangkan sisanya 22,1% dipengaruhi oleh faktor lain seperti harga diri, kebudayaan, spiritualitas, jenis kelamin dan lain-lain. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

**Kata kunci:** Koping stres dan Resiliensi

**THE CORELATION BETWEEN COPING STRESS AND RESILIENCE AT  
FIRST LEVEL CADETS OF SEMARANG MARITIME POLYTECHNIC**

By

**Agnesia Fadhila**

Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University

Email: [agnesiafadhilaa@gmail.com](mailto:agnesiafadhilaa@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This study was purpose to comprehend the relation between coping stress and resilience at the first level of cadets of Semarang Maritim Polytechnic. The population in this study were cadets of first level of Semarang Maritim Polytechnic with sampels of 188 male and female cadets.the sampling technique wa using cluster random sampling. The data collection method in this study has been 2 scales, it was coping stress scale with consists of 36 item with a reability coefficient of 0,911 and the moving energy differences between 0,314 to 0,716. Where as the reliciece scale consists of 53 items with the reability coefficient of 0,945 and the defferences energy if 0,314 to 0,716. The data analysis technique was using product moment correction. The hypothesis in this study were that there was a positivie relation between coping stress and resilience at of first level of cadets of Semarang Maritim Polytechnic. Which was obtain from rxy of 0,000 with a significance of 0,005 ( $p < 0,05$ ). Coping stress has an affective contribution of 77,99%, where as the rest is 22,1% influenced by other factors such as self esteem, culture, spiritualily, gender, etc. the conclusion of this study shows that there was a positive relation between coping stress and recilience of the first level of cadets of Semarang Maritim Polytechnic. So that the hypothesis of this study were accepted.*

**Keywords:** Koping stres, Resilience.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan semi militer adalah salah satu dari beberapa cabang pendidikan yang ada, yaitu untuk menciptakan sikap dan karakter peserta didik. Pendidikan semi militer, hadir pada situasi dan kondisi dimana orang tua saat ini sangat mengkhawatirkan tentang sikap dan perilaku anak-anak dijamin sekarang yang cenderung tidak tahu rasa hormat, kurang tanggung jawab serta kurang disiplin. Pendidikan biasanya memiliki banyak macam cabang ilmu antara lain semi militer, militer, ilmu formal, ilmu alam, ilmu sosial dan lain-lain. Pendidikan semi militer mempunyai spesifikasi yang berciri khas dibandingkan dengan pendidikan secara umum. Pada pendidikan semi militer penuh dengan aturan-aturan yang harus ditaati dalam bentuk kedisiplinan salah satunya adalah pendidikan semi militer dibidang pelayaran.

Pada umumnya taruna dan taruni pada tahun pertama merasa sangat terkejut dan merasa tertekan karena adanya aturan baru yang sangat berbeda dengan sebelumnya. Para taruna dan taruni disamping mendapatkan pendidikan semi militer mereka juga mendapatkan ilmu akademik agar lulusan dari akademi pelayaran mampu menghadapi tantangan dilapangan, apalagi ketika berlayar di laut sangat rawan dengan pembajakan dan faktor alam lainnya yang rentan terhadap resiko tinggi. Hal tersebut tentunya membutuhkan berbagai macam adaptasi baik secara fisik maupun secara psikologis (Wijaya, dkk 2020). Situasi yang demikian sangat dibutuhkan bagi taruna dan taruni tingkat pertama memiliki kemampuan untuk bertahan menghadapi tantangan yang ada (resiliensi). Bentuk tantangan yang sering dihadapi oleh taruna dan taruni ialah pendidikan semi militer yang menyebabkan *stressor* tersendiri semasa menjalani pendidikan (Priyatna, 2016).

Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi suatu tantangan hidup dan dapat menghindari perilaku kurang baik atau negatif yang bisa merugikan dirinya dan lingkungannya (Simorangkir, dkk 2020). Semua taruna dan taruni harus mampu menghadapi masalah dalam hidupnya dan dapat mengurangi perilaku yang kurang baik, karena dapat berdampak pada lingkungan sosial. Oleh sebab itu, taruna dan taruni yang memiliki resiliensi akan dapat melindungi dirinya dari tekanan yang membuatnya depresi. Salah satu yang menjadi faktor taruna dan taruni merasakan tertekan yaitu tidak adanya kesempatan untuk melihat suasana di luar kampus. Karakteristik pendidikan semi militer merupakan suatu kegiatan yang menekankan pada pelatihan fisik dan kedisiplinannya yang tinggi, sehingga merupakan salah satu faktor penekanan yang wajar untuk taruna dan taruni di pendidikan semi militer. Hal ini dapat menjadikan suatu pendidikan semi militer yang mungkin berdampak kepsikologis para taruna dan taruninya (Amiruddin & Ambarini, 2014)

Hasil wawancara peneliti dengan taruna dan taruni bernama N, R dan Z di Politeknik Ilmu Pelayaran S:

Taruna inisial N., angkatan 2020

*“Makna tertekan bagi saya kurang tidur mba, ketika masuk kesini semua menjadi berubah, dari kebiasaan hidup saya santai berubah menjadi serba disiplin. Jadi kalo ada waktu luang saya manfaatkan untuk tidur mba, contohnya kayak dosen ngga masuk dan ngga ngasih tugas, biasanya anak satu kelas memanfaatkan situasi itu untuk tidur. Terus, kadang saya merasa stres mba karena jadwalnya sangat padat dari bangun tidur sampai mau tidur, ngga ada kata waktu luang buat istirahat untuk tidur”.*

Mahasiswa inisial R, angkatan 2020

*“Tertekan bagi saya yaitu ngga bisa lihat jalan di luar mba maksudnya ngga bisa lihat suasana di luar kampus, jadi kegiatannya di dalam kampus terus dan terus. Disemester satu ini kegiatannya sangat tersruktur jadi sangat menyita waktu ketika di dalam kampus mba. Bikin stres kadang mba, buat konsultasi ke BK aja ngga ada waktu. Jadi, ya udahlah saya pendem sendiri aja”.*

Mahasiswa inisial Z, angkatan 2020

*“Ngga bisa pulang mba sama ngga bisa menghubungi keluarga selama satu semester ini, karena aturannya ketika sudah menjadi taruna di sini kan tidak boleh membawa handphone. Jadi kadang kalo kangen sama keluarga hanya bisa lihat difoto aja mba, kadang saya alihkan cerita-cerita sama temen biar ngga fokus sama masalah ini”.*

Berdasarkan wawancara dengan subjek mengungkapkan perasaan tertekan karena kurangnya waktu tidur, tidak ada kesempatan untuk melihat suasana di luar kampus, dan tidak bisa pulang ke rumah. Hal ini menyebabkan rasa tertekan pada subjek yang mengalami tekanan, karena aturan kegiatan di kampus sangatlah padat dan terstruktur. Subjek membutuhkan peran BK (Bimbingan dan Konseling) dari kampus untuk diajak mengobrol dan diskusi ketika subjek sedang merasa tertekan. Peran teman kadang hanya bisa mendengarkan keluh kesah dari subjek tidak bisa mengatasi apa yang sedang dialami oleh subjek.

Peneliti menemukan di PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) kegiatannya sangatlah terstruktur, dari bangun tidur sampai dengan mau tidur taruna dan taruninya terjadwalkan, dari apel pagi sampai apel malam ada kegiatan. Hal tersebut menyebabkan taruna dan taruni merasa lelah, mengakibatkan dirinya merasa tertekan dan membuat taruna dan taruninya menjadi stres, pernyataan ini didukung oleh taruna dan taruni PIP. Kondisi asrama di PIP yang seperti barak membuat taruna dan taruninya tidak dapat memiliki privasi sendiri-sendiri. Meskipun demikian, taruna dan taruni mampu mengatasi tekanan yang ada di dalam PIP. Kondisi tersebut dapat muncul sewaktu-waktu dan sulit untuk diprediksikan. Pada kondisi tertentu taruna taruni akan berada diposisi dimana masalah tersebut tidak bisa dihindari, individu yang memiliki kemampuan bisa bertahan untuk mengatasi masalah (resiliensi) dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi dengan caranya masing-masing (Seputra, 2020).

Usaha-usaha yang dilakukan taruna dan taruni untuk menyelesaikan masalah atau menghadapi *stressor* merupakan bentuk dari koping stres (Amiruddin & Ambarini, 2014). Koping stres merupakan sebuah proses yang membutuhkan evaluasi terpaut dengan semua hal yang sudah dilakukan pada saat individu

mengendalikan stres yang sedang dialaminya. Koping stres ialah suatu pola yang dapat dipelajari individu terpaut dengan reaksinya ketika sedang menghadapi stres (Santoso & Erawan, 2016). Sehingga taruna dan taruni dapat bertahan serta mampu menghaapi suatu permasalahan yang sedang dihadapinya.

Koping stres dapat mengarahkan individu untuk memastikan bagaimana beradaptasi yang akan dilakukan kemudian hari. Untuk dapat memperoleh koping stres, para taruna dan taruni perlu beradaptasi dengan suatu keadaan (Rismelina, 2020). Taruna dan taruni yang sedang mengalami stres saat memiliki permasalahan dapat melakukan dengan koping stres untuk meminimalkan rasa stres yang sedang dihadapi. Koping stres ialah salah satu bagian dari sebuah penyesuaian diri, tetapi juga dapat digunakan individu untuk menunjukkan suatu reaksi ketika sedang menghadapi sebuah tekanan (Tri, 2017). Sehingga taruna dan taruni merasa dapat bertahan dan dapat mengatasi suatu permasalahan yang sedang dihadapinya secara langsung, secara fisik dan mental.

Koping stres juga dapat dilakukan sedemikian rupa, melihat bagaimana tinggi-rendahnya stres yang sedang dihadapi oleh mereka, ada beberapa macam strategi koping stres yang dapat mereka sukai untuk diterapkan ketika sedang mengalami stres. Stres yaitu peristiwa yang terjadi didalam dirinya. Kondisi stres yang seperti ini tidak bisa disepelekan begitu saja, disebabkan karena dapat mempengaruhi kondisi fisiologis ataupun psikologis. Oleh sebab itu, taruna dan taruni harus bisa mengendalikan stres yang sedang dialaminya. dengan menggunakan mekanisme koping. Setiap individu mempunyai mekanisme koping yang tidak sama dalam menangani suatu tekanan yang dihadapinya (Empati, dkk, 2018). Mekanisme koping juga dapat diartikan suatu upaya baik terhadap mental maupun perilaku, untuk meminimalisasikan insiden atau keadaan yang penuh tekanan.

Ada dua tipe mekanisme koping yaitu, *problem-focused coping* yang memprioritaskan pada menyelesaikan masalah dan *emotion-focused coping* yang menekankan pada masalah emosional individu (Lazarus & Folkman, 1984). Taruna dan taruni yang berada di bawah suatu pendidikan semi militer akan mendapatkan suatu tekanan yang dapat mengakibatkan stres, dengan demikian

taruna dan taruni bagaimana ia harus bersikap menangani sebuah tekanan tersebut. Diantaranya taruna dan taruni dapat mengatasi masalah dengan menggunakan salah satu mekanisme koping. Penggunaan mekanisme koping disesuaikan dengan permasalahan yang dihadapinya.

Berdasarkan penelitian terdahulu terdapat pengaruh *problem-focused coping* dengan  $r = 0,550$  dan *emotion-focused coping* dengan  $r = 0,336$  keduanya dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara koping stres dengan resiliensi pada akademik siswa SMA dari semua subjek yang berjumlah 46 siswa (22 perempuan dan 24 laki-laki) (Rahmawati, 2012). Penelitian lain menunjukkan terdapat hubungan yang berkaitan erat antara koping stres dengan resiliensi pada lansia. Subjek dalam penelitian ini adalah lansia. di Nusa Tenggara Barat (Jannah, 2020). Penelitian lain tentang resiliensi juga pernah melakukan di shelter Gondang 1 Sleman, perbedaan dengan peneliti sebelumnya adalah variabel bebasnya, subjeknya, dan tempatnya. Penelitian ini menggunakan variabel koping religius dan subjek para perempuan penyintas erupsi merapi. Penelitian ini meneliti dengan cara kuasi eksperimen atau bisa disebut eksperimen semu, tetapi menganalisis datanya menggunakan analisis kualitatif. Adanya pelatihan koping religius dapat meningkatkan resiliensi pada perempuan penyintas erupsi merapi (Octarina & Afiatin, 2013). Sedangkan yang dilakukan peneliti yang membedakan menggunakan variabel bebasnya yaitu koping stres subjeknya taruna dan taruni serta tempatnya di Politeknik Ilmu Pelayaran di kota Semarang. Peneliti memilih koping stres sebagai variabel bebasnya karena sangat cocok dengan keadaan yang dirasakan oleh taruna dan taruni yang peneliti datangi. Peneliti ini menggunakan penelitian kuantitatif.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian singkat pada latar belakang di atas, permasalahan yang akan dibahas pada penelitian ini adalah adakah hubungan antara koping stres dengan resiliensi terhadap taruna.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada rumusan masalah tersebut, penelitian dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan koping stres dengan resiliensi pada taruna.

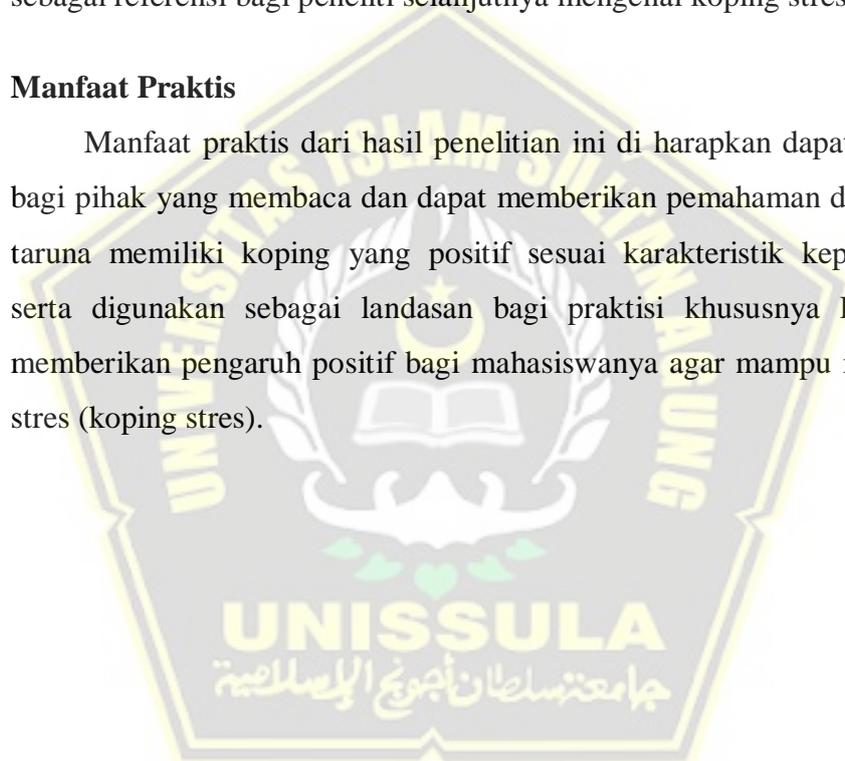
### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengembangan dalam ilmu psikologi pendidikan dan dapat juga digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai koping stres.

#### **2. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini di harapkan dapat membantu bagi pihak yang membaca dan dapat memberikan pemahaman diri sehingga taruna memiliki koping yang positif sesuai karakteristik kepribadiannya serta digunakan sebagai landasan bagi praktisi khususnya PIP dengan memberikan pengaruh positif bagi mahasiswanya agar mampu menghadapi stres (koping stres).



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Resiliensi**

##### **1. Pengertian Resiliensi**

Resiliensi adalah bagian cara untuk bertahan dalam situasi yang bermasalah agar dapat menjaga kesehatannya dari lingkungan yang memicu permasalahan (Setyowati, dkk 2010). Resiliensi adalah konsep interaktif yang berkaitan dengan kombinasi pengalaman risiko serius dan hasil psikologis yang relatif positif terlepas dari pengalamantersebut (Rutter, 2006). Resiliensi adalah kemampuan individu bertahan untuk melibatkan dirinya terhadap tantangan yang akan dihadapinya (Anugrahini, 2018). Resiliensi merupakan keahlian individu menyesuaikan dirinya kedalam situasi yang sukar dalam kehidupannya, sehingga individu dapat segera keluar dari situasi yang tidak menyenangkan (Mufidah, 2017). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mempertimbangkan dirinya di dalam situasi yang menyulitkannya, individu dalam kehidupannya mampu menyelesaikan suatu permasalahan dengan keadaan yang seperti biasanya ketika individu tidak mempunyai permasalahan serta berusaha untuk kearah yang lebih baik (Sari, dkk 2019).

Resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki individu atau komunitas yang ada disuatu wilayah untuk berusaha menghadapi sebuah permasalahan agar menjadi situasi yang menyenangkan dan menggembarakan serta permasalahan yang sedang dihadapi dijadikan hal yang biasa untuk diselesaikan (Wahidah, 2018). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menanggapi secara bijak ketika berhadapan dengan situasi yang menyedihkan dan menyulitkan dirinya agar dapat mengatasi tekanan hidup yang dihadapinya (Ulfah, dkk 2019). Resiliensi merupakan kapasitas seseorang untuk merespon suatu permasalahan secara produktif ketika sedang menghadapi suatu kesengsaraan ataupun trauma (Jannah, 2020). Resiliensi merupakan kapasitas individu untuk bangkit dari

situasi yang menyulitkannya sehingga dapat terhindar dari dampak negatif suatu musibah (Rizkina, 2018). Resiliensi merupakan kapasitas individu untuk memecahkan serta menyesuaikan diri dengan kejadian berat yang pernah dialami individu dikehidupannya (Septiani & Fitria, 2016). Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk bertahan, dan beradaptasi dibawah tekanan dengan melakukan perubahan positif (Kuswardani & Nurtjahjanti, 2016).

Berdasarkan beberapa ulasan mengenai pengertian resiliensi diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan cara bertahan individu ketika menghadapi suatu masalah, menyesuaikan diri dalam suatu keadaan, mempertimbangkan bagaimana menyelesaikan suatu permasalahan, menghadapi permasalahan, dapat menanggapi permasalahan secara bijak, merespon dengan berfikir positif, pantang menyerah, dan dapat memecahkan masalah serta bertahan ketika menghadapi permasalahan.

## **2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Resiliensi**

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi (Connor & Davidson, 2003):

- a. Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan kegigihan. Individu yang resilien akan mencurahkan ketekunannya dan semangat yang tinggi untuk meraih tujuannya. Individu yang resilien juga dalam proses untuk mendapatkan tujuannya harus bersikap gigih, berpandangan positif terhadap masalah yang dihadapinya, bukan sebagai suatu yang menegangkan tetapi sebagai tantangan untuk dirinya.
- b. Keyakinan terhadap insting, toleransi terhadap efek negatif, dan efek menguatkan dari stres. Individu yang resilien tidak mudah ragu dalam melihat keadaan untuk memilih sebuah keputusan naluri sesuai nalurinya, meskipun keputusan tersebut tidak sukar untuk di putuskan. Individu yang resilien juga dapat bertenggang rasa terhadap dampak yang negatif dari keadaan stres yang dihadapinya, seperti perasaan yang kurang nyaman, pikiran yang tidak beraturan dan sebagainya, berfikir

dengan caranya sendiri. Jadi, individu yang resilien akan membuat sebuah pola pikir yang positif untuk menghadapi stres ataupun *problem*, bahwa stres yang dihadapinya merupakan sumber kekuatan dirinya agar lebih baik untuk kedepannya, bukan untuk menurunkan kapasitas dirinya sendiri.

- c. Penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan lekat dengan orang lain. Individu yang resilien tidak akan terkejut dalam menghadapi suatu masalah yang di hadapinya. Individu tersebut akan menepatkan diri terhadap masalahnya yang akan terjadi, serta tidak akan menurunkan kapasitasnya untuk menyelesaikan *problem*. Individu yang resilien juga cenderung dapat mengatur sikap terhadap orang tua, teman dekat, dan sahabatnya ketika sedang menghadapi *problem*.
- d. Kontrol yaitu individu yang resilien mempunyai kontrol diri, bahwa dirinya mengerti apa yang harus dilakukannya, sehingga dapat mengetahui tujuannya serta individu mengerti akan kemana ia bawa masalahnya sebelum meminta pertolongan terhadap orang lain.
- e. Pengaruh spiritual ialah Individu harus percaya bahwa kuasa Tuhan segala sesuatu mungkin terjadi, serta salah satu faktor untuk membentuk individu yang resilien.

Ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi (Hauser, dkk 1985):

- a. Faktor individual, yang mempengaruhi resiliensi merupakan kapasitas kognitif individu, konsep diri, kemampuan sosial yang di miliki oleh individu. Kapasitas kognitif individu juga dapat berpikir bahwa terjadinya suatu *problem* bukan dikarenakan keteledoran individunya tetapi bisa jadi atas kehendakNya. Begitu juga dampaknya, individu akan berfikir penyebab dari *problem* tersebut tidak akan menyesalinya tetapi akan menjadi sebuah makna untuk menjadikan individu lebih optimal dalam kemampuan berfikirnya. Resiliensi juga dapat dihubungkan dengan bagaimana cara individu untuk memahami suatu *problem*, dengan cara memberikan harapan kepada dirinya sendiri.

- b. Faktor keluarga, dapat meliputi ada dukungan dari orang tua, ialah sebagai peran orang tua untuk mendidik dan melayani anaknya. Dukungan dari keluarga sangat berpengaruh terhadap individu yang perlu dukungan dari keluarganya, ketika mengalami suatu kesulitan yang melandanya, dengan begitu individu juga dapat membangkitkan resiliensinya.
- c. Faktor Komunitas, antara lain yaitu terdiri dari kemiskinan dan sedikit mendapatkan peluang kerja, selain itu ada dua faktor komunitas ialah:
  - 1) *Gender*, dapat membantu resiliensi seseorang, karena disamping memudahkan dalam menyelesaikan masalah *gender* juga dapat menekan tingkat emosional terutama jika sedang menghadapi suatu tekanan yang beresiko.
  - 2) Keterkaitan dengan kebudayaan, terkait dengan budaya, aktivitas individu dengan kebudayaan setempat harus bisa mengikat setiap aturan yang ada serta dapat dipercayai kebenarannya oleh semua pihak yang mempercayai kebudayaan tersebut.

Berdasarkan uraian mengenai faktor-faktor resiliensi, dapat disimpulkan bahwa individu yang tidak cepat berputus asa ketika menghadapi masalah, individu yang bertoleransi, selalu bersikap positif terhadap suatu masalah, dapat mengontrol dirinya sendiri, tidak lupa pada agama yang diyakininya serta individu juga dapat dipengaruhi oleh dirinya sendiri, keluarga, dan komunitas disekitarnya. Intinya bahwa faktor resiliensi dipengaruhi faktor dari dalam individu (internal) serta faktor dari luar individu (eksternal).

### 3. Aspek-Aspek Resiliensi

Ada beberapa aspek yang dapat digunakan dalam menentukan kemampuan resiliensi (Taormina, 2015):

- a. *Determination* merupakan suatu kemauan yang dimiliki individu dalam mencapai keberhasilan, dan individu memilih untuk tetap bertahan meskipun banyak rintangan sampai tercapainya tujuan.

- b. Daya Tahan merupakan kekuatan yang dimiliki individu untuk tetap bertahan dalam keadaan sulit, dan tidak menyerah ketika menghadapi situasi yang penuh dengan tekanan. Daya Tahan juga bisa menjadi suatu pelajaran bagi orang lain ketika terpaksa untuk menyesuaikan diri dengan situasi dan kondisi yang cukup menyiksanya.
- c. Kemampuan Beradaptasi merupakan suatu kemampuan individu untuk menyesuaikan dirinya kedalam lingkungan yang baru. Aspek ini cenderung bersifat kognitif karena bisa membuat individu berfikir untuk mengubah perilakunya secara perlahan dan akhirnya individu dapat menyesuaikan dengan lingkungan yang baru.
- d. Pemulihan merupakan kemampuan untuk kembali pada kondisi semula, baik secara fisik maupun kognitif. Aspek ini sering digunakan individu untuk bertahan ketika mengalami berbagai hambatan disituasi yang menyulitkan bahkan menyengsarakannya. Individu juga harus menyesuaikan dirinya untuk bisa kembali ke dalam kondisi semula.

Terdapat tujuh aspek yang membentuk resiliensi (Reivich & Shatte, 2002) :

- a. Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*) merupakan kemampuan individu untuk selalu damai dalam mengatasi situasi yang menekannya.
- b. Kontrol Impuls (*Impulse Control*) merupakan kapasitas seseorang untuk menahan rasa amibisi, desakan, keinginan, serta tekad yang muncul dalam diri seseorang.
- c. Optimisme (*Optimism*) merupakan seseorang yang memikirkan bahwa masa depannya akan lebih baik.
- d. Analisis Kausal (*Causal Analysis*) merupakan kemampuan seseorang yang dapat mengenali masalah yang sedang dihadapinya secara mendetail.
- e. Empati (*Empathy*) merupakan seseorang yang dapat mengetahui apa yang dirasakan oleh orang lain, serta mengetahui ciri-ciri keadaan sentimental dari psikologis orang lain.

- f. Efikasi Diri (*self-Efficacy*) merupakan sebuah keberhasilan untuk memecahkan suatu masalah yang sukses. Efikasi diri ialah bagaimana seseorang dapat mengatasi sebuah permasalahannya dan menyelesaikannya sampai berhasil.
- g. Menjangkau (*Reacing Out*) merupakan pencapaian yang digambarkan seseorang dalam mengatasi masalah yang sedang dialaminya, karena masalah bukanlah suatu ancaman tetapi sebuah tantangan.

Terdapat tujuh karakteristik yang dapat digunakan dalam menentukan kemampuan resiliensi (Wolin & Wolin, 1953) yaitu:

- a. *Insight*, adalah potensi individu supaya dapat memahami dirinya sendiri dan orang lain untuk penyesuaian dirinya terhadap situasi-situasi yang ada. Secara singkatnya *insight* merupakan potensi individu untuk melakukan pertanyaan dan jawaban secara jujur.
- b. Kemandirian, merupakan individu yang dapat mengontrol jarak emosional dan fisiknya terhadap sumber permasalahan dalam kehidupan seseorang, serta dapat diwujudkan oleh individu tersebut agar hidup mandiri dan tidak bergantung terhadap orang lain.
- c. Hubungan, individu yang resilien mampu bersikap jujur, saling mendukung satu sama lain dan sebagai panutan untuk orang lain.
- d. Inisiatif, merupakan tanggung jawab yang dimiliki setiap individu dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Serta, individu juga dapat berusaha memulihkan kemampuannya dalam menghadapi masalah.
- e. Kreativitas, merupakan individu yang mampu memikirkan sebuah alternatif untuk menyelesaikan suatu permasalahan dan dapat memutuskan apa yang akan dilakukan.
- f. Humor, merupakan individu yang dapat mengubah suasana supaya tidak begitu tegang dalam menghadapi masalahnya. Individu yang humoris dapat melihat tantangan dalam hidupnya secara berbeda.
- g. Moralitas, merupakan individu yang berkeinginan untuk hidup lebih baik serta sebagai individu yang produktif. Individu yang beresiliensi

juga dapat mempertimbangkan sebuah keputusan yang akan di putuskannya.

Berdasarkan berbagai uraian aspek-aspek resiliensi dapat disimpulkan bahwa kemauan untuk bertahan, tidak mudah menyerah, penyesuaian diri yang baik, berkemampuan untuk pulih kembali seperti kondisi biasanya, dan aspek resiliensi juga mengatasi situasi yang menekan, menahan rasa ambisi, beroptimis, dapat mengidentifikasi individu, berempati, serta dapat memecahkan sebuah masalah, bahkan dapat berfikir untuk positif, dan individu yang berpotensi, sebagai inividu yang dapat dianut, mandiri, individu yang berinisiatif, kreatif, humoris serta individu yang bermoral.

## **B. Koping Stres**

### **1. Pengertian Koping Stres**

Suatu usaha berbentuk kognitif maupun perilaku yang secara spesifik dilakukan untuk mengelola tuntutan-tuntutan yang menyebabkan stres (Lazarus & Folkman, 1984). Koping stress dapat diarahkan ke situasi *stressful (problem focused coping)* atau pada munculnya emosi negatif (*emotion focused coping*) yang artinya individu yang berusaha untuk mengubah perilakunya supaya sesuai dengan tuntutan terhadap lingkungan disekitarnya, dan berusaha untuk mengatur emosinya yang disebabkan oleh kondisi tertentu (Carver, Scheier & Weintraub, 1989). Koping stres merupakan pengelolaan atau menanggulangi sebuah tuntutan dan beban yang berlebih pada individu (Sadikin & Subekti, 2013). Koping stres adalah upaya individu akan mengatasi *problem-problem* yang dihadapinya (Ningrum, 2011). Koping stres ialah strategi seseorang untuk menghadapi atau mengendalikan stres yang kadang dirasakan melalui berbagai langkah-langkah yang harus ditempuh demi terselesaikannya masalah menurut (Hertanto dalam Sinantia & Milla, 2018). Koping stres adalah salah satu metode seseorang yang terjadi ketika dirinya sedang mengalami *stress*. Metode tersebut adalah hasil dari seseorang untuk mendapatkan pemberian

sebuah pengertian tenggang rasa, mencegah, atau menanggulangi akan terjadinya pengaruh yang kurang baik (Darmawanti, 2012).

Koping stres merupakan usaha yang dilakukan individu untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan yang dibebankan oleh lingkungan terhadap dirinya (Rismelina, 2020). Koping stress merupakan usaha seseorang dalam mengendalikan suatu masalah yang menekan dirinya serta dapat memanfaatkan guna mengatasi sebuah penekanan yang didapatnya karena seseorang juga membutuhkan suatu keahlian pada masing-masing orang ataupun dukungan sekitar untuk meminimalisir tekanan yang sedang dihadapi (Sapardo, 2019). Koping stres adalah pengembangan suatu strategi individu untuk menghadapi sebuah masalah (Nur, dkk 2020). Koping stres merupakan individu yang mengembangkan pikirannya kearah yang positif dapat membantu keluar dari keadaan tertekan yang dialaminya (Hidayanti, 2013).

Dari beberapa ulasan mengenai pengertian koping stres di atas dapat disimpulkan bahwa koping stres merupakan suatu metode untuk mengendalikan diri, mengelola diri, menyesuaikan diri, mengatasi, memecahkan permasalahan, mengembangkan strategi untuk memecahkan permasalahan, serta mengubah pola pikir dan tingkah laku individu supaya tidak terjadinya sebuah permasalahan.

## 2. Aspek-Aspek Koping Stres

Ada aspek-aspek yang mempengaruhi koping stres (Lazarus & Folkman, 1984) ialah:

- a. *Problem-focused coping* merupakan cara atau strategi yang dipakai untuk menekan agar situasi yang sulit dan membuat stres dapat teratasi karena mereka percaya bahwa semua masalah pasti ada solusinya.
- b. *Emotion-focused coping* merupakan sebuah bentuk respon emosional yang bisa di arahkan kearah positif maupun negatif. Contohnya:
  - 1) Contoh positif : Individu dapat melihat kasus yang dialami orang lain dalam keadaan yang lebih parah, namun ternyata bisa dilewati, dan

akhirnya individu dapat menyadari bahwa dirinya optimis mampu melewati masalah yang dihadapi.

- 2) Contoh negatif : Individu memilih tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri atau bahkan orang lain. Seperti: mabuk-mabukan, judi dan lain-lain.

Ada beberapa aspek-aspek yang mempengaruhi coping stres (Carver, Scheier & Weintraub, 1989) yaitu:

- a. Keaktifan diri, ialah tindakan individu untuk mencoba mengalihkan penyebab stres.
- b. Perencanaan, yaitu memikirkan bagaimana cara untuk mengatasi pemicu stres, dengan upaya
- c. Penekanan kegiatan bersaing, merupakan bagaimana individu menekan aktivitas lain untuk berusaha menghindari penekanan yang lainnya.
- d. Kontrol diri, merupakan individu untuk menahan dirinya agar tidak bertindak terburu-buru.
- e. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan dan nasehat dari lingkungan sosial.
- f. Dukungan sosial emosional, yaitu mencari dukungan secara moral dan empati.
- g. Interpretasi positif, merupakan tindakan untuk memimpin individu dalam penyelesaian masalah yang berfokuskan terhadap tindakan penanggulangan.
- h. Penerimaan, ialah suatu keadaan yang tertekan atau keterpaksaan dalam menyelesaikan masalah.
- i. Penolakan, ialah suatu respon untuk meminimalkan tekanan.
- j. Religiusitas, merupakan cara penyelesaian masalah secara keagamaan.

Berdasarkan uraian aspek-aspek coping stres dapat disimpulkan bahwa mengatasi tekanan dengan cara menganggap setiap masalah pasti ada solusinya, dapat dialihkan ke hal positif atau negatif, mencoba mengalihkan stres, merencanakan cara untuk mengatasi pemicu stres, menekan aktivitas lain untuk menghindari penekanan yang lain, menahan dirinya agar tidak

bertindak tergesa-gesa, mencari dukungan sosial dan moral, menanggulangi datangnya masalah, keterpaksaan dalam menyelesaikan masalah, serta respon untuk meminimalkan tekanan secara keagamaan.

### 3. Dimensi Koping Stres

Ada dua dimensi yang mempengaruhi koping stres (Carver Charles S. & Scheier Michael F., 1989 :

a. *Problem-focused coping* ke dalam lima dimensi, yaitu:

- 1) *Active coping* adalah suatu langkah aktif yang diambil individu untuk mengatasi suatu masalah stresor baik mencegah serta mengatasinya.
- 2) Perencanaan adalah memikirkan cara bagaimana individu dapat menyelesaikan masalah stres yang di hadapinya. Individu juga menjalankan langkah-langkah dalam mengatasi sebuah masalah tanpa harus menimbulkan masalah yang lain.
- 3) *Suppression of Competing Activities* adalah suatu langkah individu untuk memfokuskan cara menyelesaikan masalahnya tanpa memikirkan masalah lain.
- 4) Menahan diri adalah tindakan individu yang efektif dan efisien, cepat dan tepat untuk menghadapi suatu masalah yang dihadapinya sehingga tidak ada pekerjaan yang sia-sia.
- 5) *Seeking of Instrumental Social Support*, adalah individu yang cara menyelesaikan masalah dengan cara mencari sumber disekitarnya untuk membantu menyelesaikan.

b. *Emotion-focused coping* ke dalam lima dimensi, yaitu:

- 1) *Seeking of Emotional Social Support*, adalah suatu penyelesaian masalah yang dibutuhkan berbagai tanggapan dari orang-orang di sekitarnya berupa dukungan moral, pemahaman, serta simpati.
- 2) Reinterpretasi positif adalah sebuah sikap positif terhadap permasalahan yang terjadi dan untuk pengelolaan emosi individu di masa yang akan datang.

- 3) Penerimaan adalah suatu tahap penerimaan diri dari kejadian atau permasalahan yang pernah dihadapi.
- 4) Penyangkalan adalah suatu anggapan individu yang masa bodoh terhadap masalah yang dihadapinya bahwa beranggapan masalah itu tidak ada.
- 5) *Turning to Religion*, adalah individu yang beriman apapun masalahnya maka akan kembali pada agama yang dianut sebagai solusi untuk menyelesaikan masalahnya.

Berdasarkan uraian di atas dimensi koping stres dapat disimpulkan bahwa mengatasi masalah stressor membutuhkan langkah yang aktif, perlunya perencanaan yang matang, fokus pada salah satu masalah, mencari waktu yang tepat yang efisien, mencari sumber permasalahan dan mencari bantuan untuk membantu menyelesaikan. Tidak hanya itu untuk menyelesaikan masalah stressor individu juga membutuhkan dukungan dari orang sekitar, bersikap positif terhadap masalah yang terjadi, harus menerima masalah yang terjadi, tetapi jangan ditanggapi secara serius, serta kembali pada agama untuk berdoa pada yang maha kuasa.

### **C. Hubungan antara koping stres dengan resiliensi**

Pada umumnya di lingkungan kampus pelayaran biasanya para taruna dan taruni mendapatkan sebuah tekanan. Individu akan merasa dirinya tertekan saat berada di lingkungan kampus, dikarenakan kegiatan di kampus dan di asrama yang sangat ketat dan disiplin. Jika individu mempunyai resiliensi yang baik, maka individu harus mempunyai tingkat koping stres yang tinggi. Resiliensi merupakan kemampuan sistem untuk menampung suatu gangguan serta mengelola kembali pada saat terjadinya perubahan situasi yang kurang baik, sehingga dapat menghasilkan sebuah fungsi atau peran, struktur identitas, serta timbal balik yang serupa (Walker, dkk 2004). Resiliensi adalah mencakup kemampuan untuk menghadapi tantangan dan untuk menjadi lebih mampu meskipun mengalami pengalaman yang buruk (Lafromboise, dkk 2006). Individu yang resilien mempunyai kemampuan dalam mengontrol tingkah laku, emosi serta

atensi di dalam menghadapi permasalahan hidup (Widuri, 2012). Individu yang resiliensinya baik maka dapat menghadapi permasalahan dan mengatasi tantangan hidupnya yang bermanfaat sehingga pulih dari sebuah krisis (Febrinabilah & Listiyandini, 2016). Menjadi individu yang resilien akan mempunyai kesehatan mental yang baik, usaha dalam meningkatkan kesehatan mental yaitu dengan meningkatkan kesehatan mental positif yang juga membangun resiliensi (Mayasari, 2014). Resiliensi berguna menolong seseorang yang hidup di dalam pengalaman atau kondisi tidak menyenangkan dengan meningkatkan keyakinan dan harapan agar seseorang bisa melewati masa-masa sulitnya. Dalam melewati masa masa sulit seseorang harus bisa bertahan dengan berbagai cara agar dapat melewati masa sulitnya, beberapa hal yang membuat seseorang dapat bertahan ialah sikap proaktif, penyesuaian dan adaptasi yang mana hal tersebut merupakan aspek dalam coping stres. Coping stres yaitu transformasi kognitif dan memiliki karakter yang tetap, dimana seluruh usaha untuk mengalami desakan eksternal ataupun internal yang terjadi dalam diri individu (Ekasari & Yuliyana, 2012). Oleh karena itu, para taruna dan taruni di tahun pertama dituntut untuk mampu beradaptasi terhadap situasi yang ada di lingkungan kampus, baik secara akademik maupun sosial.

Karakter pendidikan di semi militer yaitu suatu aktivitas di lingkungan kampus yang memfokuskan pada pelatihan fisik dan kedisiplinan yang sangat tinggi, sehingga menunjukkan suatu faktor yang memberikan penekanan yang biasa untuk para taruna semi militer. Selain itu, yang menjadikan pendidikan semi militer mungkin bisa berpengaruh ke psikologis taruna (Amiruddin & Ambarini, 2014). Individu yang bisa menerima keunggulan dan kesulitannya secara apa adanya biasanya akan selalu berusaha untuk melewati hidup dengan cara memaksimalkan seluruh potensi dirinya yang dimiliki, sehingga bisa menimbulkan rasa bahagia dan juga merasa puas terhadap hidupnya (Utomo, dkk 2019). Individu yang memiliki ketahanan psikologis di lingkungan ataupun di situasi yang baru biasanya harus melibatkan coping stres, karena individu bisa bertahan di lingkungan yang baru jika bisa memecahkan suatu permasalahan dengan baik. Coping stres bisa dilihat dengan berbagai hal contohnya seperti

bagaimana individu itu bisa fokus mengatasi masalah dan bisa mengatasi secara emosional dengan baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa kemampuan coping stres semakin baik maka resiliensi juga akan berkemampuan semakin baik pula (Pratiwi, 2016). Selain itu peneliti lain juga mengatakan bahwa hubungan yang signifikan antara coping stres dengan resiliensi yang mengartikan bahwa semakin tinggi coping stres seseorang, maka semakin tinggi pula resiliensi (Irzalinda & Sofia, 2019). Salah satu peneliti juga menunjukkan bahwa coping stres memberikan pengaruh positif kepada individu yang dipengaruhi oleh resiliensi dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang di luar dari penelitian ini (Anggayani, dkk 2019). Hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya juga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan. Hal ini diartikan jika kemampuan variabel coping stres semakin baik maka variabel resiliensi juga akan berkemampuan semakin baik pula (Septiani & Fitria, 2016).

Berdasarkan uraian hubungan coping stres dengan resiliensi dapat disimpulkan bahwa coping stres dibutuhkan untuk membantu individu supaya lebih resiliens, karena ketika individu menghadapi suatu masalah atau tekanan, coping stres dapat membantu untuk menyelesaikannya.

#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan pemaparan berbagai teoritis mengenai hubungan coping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara coping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel penelitian ialah salah satu bagian dari langkah yang akan dilakukan oleh peneliti untuk menentukan sebuah variabel-variabel yang akan diteliti. Variabel penelitian merupakan suatu symbol, sifat / karakter dari sebuah objek, individu yang memiliki banyak perbedaan tertentu antara satu dengan lainnya yang sudah ditentukan peneliti supaya dipelajari serta dicari informasinya dan diambil kesimpulannya (Ridha, 2017). Identifikasi variabel dapat membantu peneliti untuk menentukan alat pengumpulan data dan teknik analisis data yang akan digunakan. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini ialah terdiri dari variabel tergantung dan variabel bebas. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Variabel Tergantung (Y) : Resiliensi
2. Variabel Bebas (X) : Koping stress

#### **B. Definisi Oprasional**

Definisi oprasional merupakan definisi yang akan menerangkan karakteristik variabel yang akan diteliti. Definisi dari setiap varibel-variabel pada penelitian ini sebagai berikut:

##### **1. Resiliensi**

Resiliensi merupakan proses mendapatkan dan mengingat hal yang positif dibalik sebuah penderitaan dan memanfaatkannya untuk bangkit kembali, serta optimis untuk menggapai sebuah harapan, keinginan dan kebahagiaan sebagai suatu tujuan hidupnya (Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015). Resiliensi akan diukur dengan menggunakan aspek-aspek yang terdiri dari tujuh aspek yaitu regulasi emosi (*emotion regulation*), kontrol impuls (*impulse control*), optimisme (*optimism*), analisis kausal (*causal analysis*), empati (*empathy*), efikasi diri (*self-efficacy*), menjangkau (*reacing out*) menurut (Reivich & Shatte, 2002). Dimana semakin tinggi hasil skor resiliensi yang didapatkan maka semakin besar pula resiliensi pada subjek,

sebaliknya semakin rendah hasil skor yang didapat maka semakin rendah pula resiliensi pada subjek.

## 2. Koping Stres

Koping stres merupakan individu yang penuh dengan tekanan tetapi dapat mencari sebuah solusi untuk menghilangkan stres yang dideritanya (Tyas & Savira, 2017). Koping stres akan diukur dengan menggunakan aspek-aspek yang terdiri dari dua aspek ialah *Problem-focused coping* dan *Emotion-focused coping* (Lazarus & Folkman, 1984). Tinggi rendahnya koping stres dapat dilihat dari perolehan skor skala koping stres. Dimana semakin tinggi skor yang didapatkan subjek maka akan semakin tinggi pula koping stres pada subjek dan begitupun sebaliknya semakin rendah skor koping stres yang didapatkan maka akan semakin rendah pula koping stres pada subjek.

### C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel (*Sampling*)

#### 1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan komunitas individu yang diteliti sebagai obyek penelitian (Bella dkk, 2019). Populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah taruna dan taruni tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, berdasarkan jalur penerimaan taruna dan taruni PIP Semarang. Jumlah keseluruhan populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 387 taruna dan taruni. Adapun rincian tabel jumlah populasi taruna dan taruni angkatan I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, sebagai berikut :

**Tabel 1. Data taruna dan taruni angkatan I Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang**

No	Gelombang Penerimaan Taruna dan Taruni	Jumlah
1.	Pola Pembibitan (Polbit)	120
2.	Regular	120
3.	Mandiri	147
<b>TOTAL</b>		<b>387</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dapat diambil sebagai sumber data serta dapat mewakili keseluruhan sampel (Atika & Tarigan, 2014). Sampel pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan sebagian jurusan angkatan I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.

## 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel merupakan teknik yang digunakan untuk penentuan sampel dalam penelitian (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* merupakan teknik atau cara yang digunakan untuk populasi sebuah kelompok individu. Peneliti menentukan sampel penelitian berdasarkan random jurusan.

### D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpul data penelitian ini menggunakan skala model *likert*, yaitu skala pengukuran (Budiaji, 2013). Ada dua macam skala yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu skala koping stres dan skala resiliensi. Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### 1. Skala Resiliensi

Penyusunan skala resiliensi pada penelitian ini berdasarkan aspek resiliensi yang disusun oleh (Reivich & Shatte, 2002). Skala ini bertujuan untuk mengukur resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Aspek terdiri dari 7 item, yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan menjangkau. Dari aspek tersebut maka dapat disusun tabel *Blueprint* sebagai berikut :

**Tabel 2. Blueprint Skala Resiliensi**

No.Aspek	Item		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1. Regulasi emosi ( <i>emotion regulation</i> )	3	3	6
2. Kontrol impuls ( <i>impulse control</i> )	3	3	6
3. Optimisme ( <i>optimism</i> )	6	6	12
4. Analisis kausal ( <i>causal analysis</i> )	6	6	12
5. Empati (empathy)	6	6	12
6. Efikasi diri (self- efficacy)	6	6	6
7. Menjangkau( <i>reacing out</i> )	3	3	6
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>66</b>

Skala resiliensi ini menggunakan model empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor yang akan di gunakan dalam penelitian ini untuk item *favorable* adalah Sangat Sesuai (SS) memiliki skor empat, Sesuai (S) memiliki skor tiga, Tidak Sesuai (TS) memiliki skor dua, Sangat Tidak Sesuai (STS) memiliki skor satu. Sedangkan yang akan digunakan untuk item *unfavorable* yaitu Sangat Sesuai (SS) memiliki skor satu, Sesuai (S) memiliki skor dua, Tidak Sesuai (TS) memiliki skor 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) memiliki skor empat.

Semakin tinggi skor total yang didapat dari skala resiliensi maka semakin tinggi pula resiliensi pada taruna dan taruni, sebaliknya jika semakin rendah resiliensi maka akan semakin rendah pula resiliensi taruna dan taruni.

## 2. Skala Koping stres

Skala ini bertujuan untuk mengukur koping stres pada taruna dan taruni Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Skala koping stres ini merupakan skala yang dikembangkan oleh (Lazarus Richard S & Folkman Susan, 1984) sebagai acuan dalam pembuatan skala penelitian tersebut ialah

*Problem-focused coping* dan *Emotion-focused coping*. Dari aspek tersebut maka dapat disusun Tabel *blueprint* sebagai berikut:

**Tabel 3. Blueprint Skala Koping Stres**

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Problem-focused coping</i>	9	9	18
2.	<i>Emotion-focused coping</i>	18	18	36
<b>Total</b>		<b>27</b>	<b>27</b>	<b>54</b>

Skala koping stres ini menggunakan model empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala ini terdiri dari item *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* memuat pernyataan-pernyataan yang mendukung aspek yang diungkap, sedangkan item *unfavorable* memuat pernyataan-pernyataan yang tidak mendukung aspek yang diungkap. Skor yang akan di gunakan dalam penelitian ini untuk item *favorable* adalah Sangat Sesuai (SS) memiliki skor empat, Sesuai (S) memiliki skor tiga, Tidak Sesuai (TS) memiliki skor dua, Sangat Tidak Sesuai (STS) memiliki skor satu. Sedangkan yang akan digunakan untuk item *unfavorable* yaitu Sangat Sesuai (SS) memiliki skor satu, Sesuai (S) memiliki skor dua, Tidak Sesuai (TS) memiliki skor tiga, Sangat Tidak Sesuai (STS) memiliki skor empat.

Tinggi rendahnya koping stres dilihat dari skor total skala koping stres yang subjek peroleh. Semakin tinggi skor total yang diperoleh, maka semakin tinggi pula koping stres pada subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor total yang diperoleh, maka semakin rendah pula koping stres pada subjek.

## E. Validitas, Uji Daya Beda dan Reliabilitas Item

### 1. Validitas

Validitas merupakan ukuran kebenaran pada suatu objek yang diteliti. Penelitian ini menggunakan validitas isidan analisis rasional dilakukan untuk mengecek apakah sesuai dengan batasan yang telah ditentukan atau tidak. Pada penelitian ini yang akan menjadi *professional judgement* adalah

dosen pembimbing. Sedangkan validitas isi adalah sebuah penjelasan dari hasil instrument asesmen tetapi bukan dari hasil perilaku (Ihsan, 2015).

## 2. Uji Daya Beda Item

Uji daya beda item diberikan untuk melihat seberapa jauh item itu mampu membedakan antara individu atau kelompok yang mempunyai atribut serta yang tidak mempunyai atribut yang akan diukur dengan memilih dari beberapa item yang fungsinya sama dengan fungsi ukur tes (Azwar, 2012). Menguji daya beda item menggunakan komputasi koefisien korelasi antara bagian skor item dengan distribusi skor skala, sehingga menghasilkan koefisien korelasi item total ( $(r)_{ix}$ ) (Azwar, 2012).

Uji daya beda item dalam penelitian ini dihitung menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*). Dimana pemilihan item biasanya didasarkan pada korelasi item total yang akan digunakan untuk batasan  $r_{xy} \geq 0,3$ . Apabila jumlah item yang lolos tidak sampai jumlah yang diinginkan maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 (Azwar, 2012).

## 3. Reliabilitas

Reliabilitas adalah pengukuran yang menciptakan data yang mempunyai tingkat reliabilitas tinggi yang dinamai dengan pengukuran reliabel. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis reliabilitas *Alpha Cronbach* (Azwar, 2017). Reliabilitas dalam akan dinyatakan koefisien jika rentang angkanya akan berada di 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas bisa mencapai 1,00, maka hasil pengukurannya semakin reliabel. Sedangkan sebaliknya, apabila koefisien semakin rendah dan akan mendekati angka 0 maka hasil pengukurannya semakin rendah pula reliabilitasnya. Perhitungan ini akan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

## F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses yang paling penting ketika dalam sebuah penelitian (Hasyim & Listiawan, 2014). Teknik analisis data yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan korelasi *Product Moment* dari Pearson Teknik yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara mengkorelasikan antara dua variable. Perhitungan analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*).



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kancahdan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kancah Penelitian**

Tahap awal dalam pelaksanaan penelitian sangat penting untuk dilakukan, guna mempersiapkan terlebih dahulu apa yang terkait dalam suatu proses penelitian. Tahapan penelitian yang pertama dilakukan yaitu menentukan lokasi penelitian terlebih dahulu dengan berdasarkan karakteristik suatu populasi yang telah ditentukan. Penelitian ini berlokasi di sekolah pelayaran kota Semarang. Tahapan yang kedua ialah melakukan wawancara terlebih dahulu kepada beberapa taruna mengenai resiliensi, kemudian peneliti meminta data jumlah seluruh taruna dan taruni kepada pihak terkait yang berjumlah 387. Tahapan yang selanjutnya ialah mencari teori untuk sebuah acuan dalam menemukan data dan menentukan jumlah subjek yang sesuai karakteristik penelitian.

Peneliti memilih sekolah pelayaran di kota Semarang sebagai lokasi penelitian atas beberapa alternatif yaitu:

- a. Penelitian mengenai hubungan koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) Semarang, jarang dilakukan penelitian untuk peneliti gelar S1.
- b. Kondisi PIP Semarang sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti.
- c. Peneliti mendapat izin meneliti di tempat sekolah pelayaran.
- d. Jumlah subjek dan karakteristik subjek yang akan diteliti sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan dalam penelitian ini.

##### **2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

Persiapan dalam penelitian yaitu mempersiapkan perizinan penelitian, merancang alat ukur, menguji coba alat ukur, estimasi diskriminasi item serta reliabilitas alat ukur, yang akan dijelaskan sebagai berikut:

a. Persiapan Perizinan

Sebelum melaksanakan penelitian, syarat yang wajib dipenuhi terlebih dahulu ialah perizinan penelitian. Perizinan diawali dengan pembuatan surat perizinan penelitian kepada pihak Fakultas Psikologi UNISSULA yang ditujukan kepada Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Berikutnya, peneliti mengajukan surat permohonan untuk penelitian dari Fakultas Psikologi UNISSULA dengan nomor surat 43/C.1/Psi-SAI/2021 kepada Direktur Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur adalah suatu alat yang berfungsi dalam pengumpulan data penelitian. Alat ukur yang disusun berdasarkan indikator-indikator merupakan penjabaran dari aspek suatu variabel. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu koping stres dan resiliensi. Setiap skala meliputi dari item *favorable* dan item *unfavorable*. Skala tersebut memakai empat opsi jawaban, yang terdiri dari sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Penilaian pada item *favorable* adalah empat skor Sangat Sesuai (SS), skor tiga Sesuai (S), skor dua Tidak Sesuai (TS), skor satu Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan penilaian item *unfavorable* yaitu skor satu Sangat Sesuai (SS), skor dua Sesuai (S), skor tiga Tidak Sesuai (TS), skor empat Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala yang akan digunakan oleh peneliti akan dijelaskan sebagai berikut:

1) Skala Resiliensi

Penyusunan pada skala resiliensi pada penelitian ini berdasarkan aspek yang disusun oleh (Reivich & Shatte, 2002), sebagai pedoman dalam pembuatan skala penelitian tersebut yaitu aspek-aspek regulasi emosi (*emotion regulation*), kontrol impuls (*impulse control*), optimisme (*optimism*), analisis kausal (*causal analysis*), empati (*empathy*), efikasi diri (*self-efficacy*), menjangkau (*reacing out*). Skala resiliensi terdiri dari 66 item, item *favorable*

meliputi 33 item dan item *unfavorable* meliputi 33 item. Rincian item skala resiliensi yaitu:

**Tabel 4. Sebaran Item Uji Coba Skala Resiliensi**

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Regulasi emosi ( <i>emotion regulation</i> )	3	3	6
2.	Kontrol impuls ( <i>impulse control</i> ),	3	3	6
3.	Optimisme ( <i>optimism</i> ),	6	6	12
4.	analisis kausal ( <i>causal analysis</i> )	6	6	12
5.	Empati ( <i>empathy</i> )	6	6	12
6.	Efikasi diri ( <i>self-efficacy</i> )	6	6	12
7.	Menjangkau ( <i>reacing out</i> )	3	3	6
<b>Total</b>		<b>33</b>	<b>33</b>	<b>66</b>

2) Skala Koping stres

Penyusunan pada skala koping stres diukur berdasarkan aspek menurut (Lazarus Richard S & Folkman Susan, 1984) yaitu *Problem-focused coping* dan *Emotion-focused coping*. Skala koping stres berjumlah 54 item, 27 item *favorable* dan 27 item *unfavorable*. Rincian item skala koping stres dapat dilihat pada tabel, sebagai berikut:

**Tabel 5. Sebarang Item Skala Uji Coba Koping Stres**

No.	Aspek	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Problem-focused coping</i>	9	9	18
2.	<i>Emotion-focused coping</i>	18	18	36
<b>Total</b>		<b>27</b>	<b>27</b>	<b>48</b>

c. Uji Coba Alat Ukur

Tahapan yang selanjutnya merupakan uji coba alat ukur atau skala untuk mengetahui reliabilitas skala dan daya beda item. Uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 27 Oktober 2021 di PIP S. Adapun rinciannya yaitu:

**Tabel 6. Data Taruna dan taruni tingkat I PIP S yang menjadi Subjek Uji Coba**

<b>Gelombang</b>	<b>Jumlah Keseluruhan</b>	<b>Jumlah yang Hadir</b>
<b>Pola Pembibitan (Polbit)</b>	120	120
<b>Total</b>	<b>120</b>	<b>120</b>

Peneliti membagikan skala uji coba alat ukur atau skala kepada 120 taruna PIP S, seluruh taruna hadir untuk mengisi skala. Penyebaran skala dengan cara dibagikan satu persatu pada taruna di dalam ruangan yang di sediakan oleh pihak PIP S, penyebaran skala juga dibantu oleh pihak PIP S. Setelah uji coba alat ukur dilakukan hasil dari uji coba diolah datanya oleh peneliti untuk mengetahui daya beda dari masing-masing item. Hasil dari uji coba alat ukur dipindahkan ke excel untuk diberikan skor pada setiap item dengan skor yang telah ditentukan, menggunakan cara blok kolom kemudian *ctrl-f* lalu *find-replace*. Selanjutnya skala yang telah terisi secara penuh diberi skor sesuai ketentuan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 23.0 *for windows*.

d. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

1) Resiliensi

Berdasarkan hasil perhitungan berdaya beda item dari 66 item memiliki 53 item berdaya beda yang tinggi sedangkan 13 item berdaya beda rendah. Kriteria koefisien korelasi yang dipakai pada penelitian ini yaitu  $r_{xi} \geq 0,30$ . Pada 53 item berkoefisien yang berdaya beda tinggi berkisar antara, 0,306 hingga 0,644. Sedangkan sisanya yaitu 13 item berkoefisien berdaya beda rendah antara -0,185 hingga 0,292. Estimasi reliabilitas pada skala resiliensi yang menggunakan teknik analisis *alpha cronbach* dari 66 item dan diperoleh hasil terbilang 0,929 sehingga dapat dikatakan *reliable*. Berdasarkan uji daya beda setelah melakukan uji coba dapat dilihat padap Tabel berikut ini:

**Tabel 7. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi**

NO	Aspek	Item		Daya Beda Tinggi	Daya Beda Rendah
		Favorable	Unfavorable		
1	Regulasi emosi ( <i>emotion regulation</i> )	*1,3,*5	2,*4,6	3	3
2	Kontrol impuls ( <i>impulse control</i> )	7,9,11	8,10,12	6	0
3	Optimisme ( <i>optimism</i> )	13,*15,*17,19 ,21,23	14,16,18,20, 22,24	10	2
4	Analisis kausal ( <i>causal analysis</i> )	25,27,29,*31, 33,35	26,28,30,32, 34,36	11	1
5	Empati ( <i>empathy</i> )	37,39,41,*43, *45,47	38,40,42,*44 ,*46,48	8	4
6	Efikasi diri ( <i>self-efficacy</i> )	49,*51,53,55, 57,59	*50,52,54,56 ,*58,60	9	3
7	Menjangkau ( <i>reaching out</i> ).	61,63,65	62,64,66	6	6
<b>TOTAL</b>		<b>33</b>	<b>33</b>	<b>53</b>	<b>18</b>

Keterangan: \*item dengan daya beda rendah

## 2) Skala Koping Stres

Berdasarkan hitungan pengujian item yang berdaya beda dari 54 item diketahui bahwa 36 item memiliki daya beda item tinggi dan sisanya 18 item memiliki daya beda yang rendah. Kriteria koefisien korelasi dipakai adalah  $r_{xi} \geq 0,30$ . Koefisien item berdaya beda tinggi tersebar diantara 0,303 hingga 0,690. Koefisien item berdaya beda rendah tersebar diantara -0,664 hingga 0,269. Estimasi reliabilitas alat ukur dukungan sosial menggunakan teknik *alpha cronbach* dari 54 item total 0,849 sehingga dapat dikatakan *reliable*. Berdasarkan uji daya beda rendah hingga tinggi yang sudah melakukan uji coba dibawah ini:

**Tabel 8. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Koping Stres**

NO	Aspek	Item		Daya Beda Tinggi	Daya Beda Rendah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	<i>Problem-focused coping.</i>	1,3,5,7,9,*11,13,15,17	*2,*4,6,8,*10,12,14,16,*18	13	5
2	<i>Emotion-focused coping.</i>	19,*21,*23,25,*27,29,*31,33,*35,*37,39,*41,43,45,47,49,51,53	*20,22,*24,26,*28,30,32,34,36,38,40,42,44,46,*48,*50,52,*54	23	13
<b>TOTAL</b>		<b>27</b>	<b>27</b>	<b>36</b>	<b>18</b>

Keterangan: \*item dengan daya beda rendah

e. Penomoran Ulang

Tahapan selanjutnya yaitu setelah dilakukan uji daya beda item menyusun item dengan nomor urut baru. Item yang mempunyai daya beda rendah akan dihilangkan dan item dengan daya beda tinggi digunakan untuk penelitian. Susunan penomoran baru pada skala resiliensi sebagai berikut:

**Tabel 9. Sebaran Nomor Item Baru Skala Resiliensi**

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Regulasi emosi ( <i>emotion regulation</i> )	1	2	3
2.	Kontrol impuls ( <i>impulse control</i> ),	3	3	6
3.	Optimisme ( <i>optimism</i> ),	4	6	10
4.	analisis kausal ( <i>causal analysis</i> ),	5	6	11
5.	Empati ( <i>empathy</i> ),	4	4	8
6.	Efikasi diri ( <i>self-efficacy</i> ),	5	4	9
7.	Menjangkau ( <i>reacing out</i> ).	3	3	6
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>28</b>	<b>53</b>

1) Skala Resiliensi

Berdasarkan hasil perhitungan berdaya beda item dari 53 item memiliki 49 item berdaya beda yang tinggi sedangkan 4 item berdaya beda rendah. Kriteria koefisien korelasi yang dipakai pada

penelitian ini yaitu  $r_{xi} \geq 0,30$ . Pada 49 item berkoefisien yang berdaya beda tinggi berkisar antara, 0,319 hingga 0,716. Sedangkan sisanya yaitu 4 item berkoefisien berdaya beda rendah antara 0,186 hingga 0,271. Estimasi reliabilitas pada skala resiliensi yang menggunakan teknik analisis *alpha cronbach* dari 53 item dan diperoleh hasil terbilang 0,945 sehingga dapat dikatakan *reliable*. Berdasarkan uji daya beda setelah melakukan uji coba dapat dilihat padap Tabel berikut ini:

**Tabel 10. Sebaran Item Berdaya Bada Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi**

NO	Aspek	Item		Daya Bada Tinggi	Daya Bada Rendah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Regulasi emosi ( <i>emotion regulation</i> )	2	1,3	3	0
2	Kontrol impuls ( <i>impulse control</i> )	4,6,8	5,7,9	6	0
3	Optimisme ( <i>optimism</i> )	10,14,16,18	11,13,15,17,19 ,(46)	9	1
4	Analisis kausal ( <i>causal analysis</i> )	(20),22,24,27 ,29	21,23,35,26,28 ,30	10	1
5	Empati ( <i>empathy</i> )	31,33,(35),37	31,34,36, (38)	6	2
6	Efikasi diri ( <i>self-efficacy</i> )	12,39,41,43, 45	40,42,44,47	9	0
7	Menjangkau ( <i>reacing out</i> ).	48,50,52	49,51,53	6	0
<b>TOTAL</b>		<b>25</b>	<b>28</b>	<b>49</b>	<b>4</b>

Keterangan: (...) item dengan daya beda rendah

**Tabel 11. Sebaran Nomor Item Baru Skala Koping Stres**

No.	Aspek	Jumlah Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>roblem-focused coping</i>	8	5	13
2.	<i>Emotion-focused coping</i>	11	12	23
<b>Total</b>		<b>19</b>	<b>17</b>	<b>36</b>

## 2) Skala Koping stres

Berdasarkan hitungan pengujian item yang berdaya beda dari 36 item diketahui bahwa 35 item memiliki daya beda item tinggi dan sisanya 1 item memiliki daya beda yang rendah. Kriteria koefisien korelasi dipakai adalah  $r_{xi} \geq 0,30$ . Koefisien item berdaya beda tinggi tersebar diantara 0,314 hingga 0,716. Koefisien item berdaya beda rendah tersebar hanya -0,505. Estimasi reliabilitas alat ukur dukungan sosial menggunakan teknik *alpha cronbach* dari 36 item total 0,911 sehingga dapat dikatakan *reliable*. Berdasarkan uji daya beda rendah hingga tinggi yang sudah melakukan uji coba dibawah ini:

**Tabel 12. Sebaran Item Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Koping Stres**

NO	Aspek	Item		Daya Beda Tinggi	Daya Beda Rendah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1.	<i>Problem-focused coping.</i>	1,(3),5,7,9,11,13,22	4,6,8,10,12	12	1
2.	<i>Emotion-focused coping.</i>	14,16,18,20,24,26,28,30,32,34,36	2,15,17,19,23,25,27,29,31,33,35	23	0
<b>TOTAL</b>		<b>19</b>	<b>17</b>	<b>35</b>	<b>1</b>

Keterangan: (...) item dengan daya beda rendah

### B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 16 november 2021. Sampel penelitian ini menggunakan teknik sampling *cluster random sampling*. Sampel yang dilibatkan dalam penelitian ini yaitu taruna PIP S gelombang penerimaan taruna dan taruni Pola Pembibitan (Polbit). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 120 taruna. dengan rincian sebagai berikut:

**Tabel 13. Data taruna PIP S yang menjadi Subjek Penelitian**

<b>Gelombang Penerimaan Taruna dan Taruni</b>	<b>Jurusan</b>	<b>Jumlah Keseluruhan</b>	<b>Jumlah yang Hadir</b>
Pola Pembibitan (Polbit)	Teknika	48	48
	Nautika	48	47
	Ketatalaksanaan Angkutan Laut dan Kepelabuhan (KALK)	24	23
<b>Total</b>		<b>120</b>	<b>118</b>

Penelitian dilakukan langsung oleh peneliti dan dibantu oleh teman-teman mahasiswa. Peneliti dan temannya melakukan penelitian pada taruna dan taruni sesuai gelombang penerimaan yang sudah ditentukan. Sebelum subjek penelitian mengisi skala yang diberikan, yang pertama kali peneliti diperkenalkan oleh pihak dari PIP S dan memberi penjelasan terkait bagaimana prosedur dari pengisian skala kepada subjek. Subjek juga diberikan kesempatan untuk bertanya perihal yang belum dipahami dalam pengisian skala oleh peneliti. Selanjutnya yang dilakukan peneliti meminta subjek untuk mengisi skala yang dibagikan. Peneliti dan rekan mahasiswa menunggu pengisian skala.

Peneliti menunggu di ruangan yang telah disediakan oleh pihak PIP Semarang, hingga semua subjek menyelesaikan pengisian skala. Setelah semua subjek selesai mengisi skala, peneliti dan rekan mahasiswa memberi instruksi untuk mengecek kembali agar tidak ada nomor yang terlewatkan. Skala yang disebar berjumlah 120 dan kembali ke peneliti berjumlah 118 skala penelitian, karena ada 2 taruna tidak hadir ketika penelitian berlangsung. Skala yang sudah diisi oleh subjek, kemudian diberi skor sesuai dengan nilai yang telah ditentukan oleh peneliti. Hasil skor dalam penelitian ini kemudian di input menggunakan SPSS versi 23.0 *for windows*.

### C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

#### 1. Uji Asumsi

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan yaitu untuk mengetahui apakah data distribusi normal atau tidak. Normalitas data diuji dengan teknik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Z*. Data yang dikatakan terdistribusi dengan normal jika signifikansinya  $>0,05$ . Hasil dari pengujian normalitas pada penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 14. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig	<i>p</i>	Keterangan
Resiliensi	177,42	18,505	0,065	0,200	$>0,05$	Normal
Koping Stres	120,77	12,473	0,058	0,200	$>0,05$	Normal

##### b. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui suatu hubungan secara linier variabel bebas dengan variabel tergantung. Data diuji menggunakan pengujian F linier untuk mengetahui hubungan yang signifikan dari variabel yang akan diteliti, dalam penelitian ini apakah variabel tersebut memiliki hubungan yang signifikan atau tidak. Berdasarkan pengujian secara linieritas pada variabel koping stres dan resiliensi diperoleh F linier sebesar 2,049 hasil taraf signifikansi sebesar  $p = 0,004$  ( $p \leq 0,05$ ). Hasil tersebut menggambarkan koping stres dengan resiliensi berkorelasi secara linier.

#### 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang positif antara koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment*.

Hasil uji korelasi parsial yang telah dilakukan maka di ketahui nilai  $r$  sebesar 0,000 dengan  $p = 0,996$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini mengatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel koping stres

dengan resiliensi Hasil dari analisis hipotesis yang pertama diketahui bahwa koping stres memiliki sumbangan sebesar 77,9% yang efektif, sedangkan sisanya 22,1% dipengaruhi oleh faktor lain seperti harga diri, kebudayaan, spiritualitas, jenis kelamin, dan lain-lain.

#### D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian disusun untuk gambaran mengenai skor terhadap subjek atas pengukuran dan sebagai penjelasan yang terkait dalam keadaan subjek terhadap atribut yang diteliti. Kategori subjek dalam penelitian ini secara normatif menggunakan model distribusi normal. Hal tersebut bertujuan untuk membagi subjek dalam kelompok yang bertingkat pada setiap variabel yang diungkap. Berikut adalah norma kategorisasi yang digunakan:

**Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor**

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < x \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < x \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < x \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan:  $\mu$  = Mean hipotetik,  
 $\sigma$  = Standar deviasi hipotetik

#### 1. Deskripsi Data Skor Skala Resiliensi

Skala resiliensi terdiri dari 53 item berdaya beda tinggi dan masing-masing item diberi skor antara 1 sampai 4. Skor minimum yang dapat diperoleh subjek adalah 53 berasal dari (53 x 1) dan skor tertinggi yang diperoleh subjek yaitu (53 x 4 = 212). Rentang skor alat ukur sebesar 159 berasal dari (212 – 53) yang dibagi menjadi enam satuan deviasi standar, sehingga didapat hasil standar deviasi sebesar 26,5 diperoleh dari ((212 – 53) : 6), dengan rerata hipotetik sebesar 132,5 yang berasal dari ((212 + 53) : 2).

Deskripsi hasil penyekoran dari skala resiliensi berdasarkan hasil penelitian didapatkan skor minimum empirik sebesar 98, skor maksimum empirik sebesar 212, mean empirik sebesar 177,42 dan standar deviasi empirik sebesar 18,505. Deskripsi skor skala resiliensi sebagai berikut:

**Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Resiliensi**

	<b>Empirik</b>	<b>Hipotetik</b>
Skor Minimum	98	53
Skor Maksimum	212	212
Mean (M)	177,42	132,5
Standar Deviasi (SD)	18,505	26,5

Berdasarkan rerata empirik yang ada pada norma kategorisasi distribusi kelompok subjek di atas, diketahui perbesaran skor subjek berada dalam kategori tinggi yaitu sebesar 177,42.

Adapun penggambaran hasil variabel resiliensi secara keseluruhan menggunakan norma katagorisasi yang dapat diamati pada tabel dibawah ini:

**Tabel 17. Kategorisasi Skor Subjek Skala Resiliensi**

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
331,25 < X ≤ X	Sangat Tinggi	0	0 %
145,75 < X ≤ 331,25	Tinggi	114	96,61%
119,25 < X ≤ 145,75	Sedang	3	2,54%
-66,25 < X ≤ 119,25	Rendah	1	0,85%
X < X ≤ -66,25	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>118</b>	<b>100%</b>

**Gambar 1.** Norma Kategorisasi skala Resiliensi

## 2. Deskripsi Data Skor Koping Stres

Variabel koping stres terdiri dari 36 item memiliki daya beda tinggi dan masing- masing item diberi rentan skor antara 1 sampai 4. Skor minimum dapat memiliki skor terendah yaitu 36 berasal dari ( $36 \times 1 = 36$ ), selain itu skor tertinggi yang diperoleh yaitu ( $36 \times 4 = 144$ ). Mean hipotetik sebesar  $[(144 + 36) : 2] = 90$  dan standar deviasi hipotetik sebesar ( $108 : 6 = 18$ ). Nilai empirik yang didapatkan berdasarkan perhitungan SPSS adalah mendapat nilai minimum 71, nilai maksimum sebesar 141, mean empirik sebesar 120,77 dan memperoleh standar deviasi empirik sebesar 12,473. Berikut adalah tabel deskripsi nilai skala koping stres:

**Tabel 18. Deskripsi Skor Skala Koping Stres**

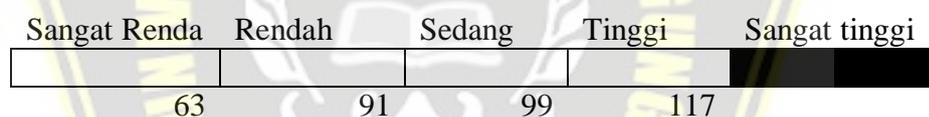
	<b>Empirik</b>	<b>Hipotetik</b>
Skor Minimum	71	36
Skor Maksimum	141	144
Mean (M)	120,77	90
Standar Deviasi (SD)	12,473	18

Berdasarkan mean empirik yang ada pada norma kategorisasi distribusi kelompok subjek di atas, dapat diketahui rentang skor subjek berada dalam kategori sangat tinggi yaitu sebesar 120,77.

Adapun deskripsi data variabel koping stres secara keseluruhan menggunakan norma kategorisasi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 19. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Koping Stres**

<b>Norma</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
117 < X ≤ X	Sangat Tinggi	73	61,86 %
99 < X ≤ 117	Tinggi	42	35,59 %
91 < X ≤ 99	Sedang	2	1,7 %
63 < X ≤ 91	Rendah	1	0,85 %
X < X ≤ 63	Sangat Rendah	0	0 %
<b>Total</b>		<b>118</b>	<b>100%</b>

**Gambar 2. Norma Kategorisasi Skala Koping Stres**

### E. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan bermaksud untuk mengetahui apakah ada hubungan antara koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) Semarang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan antara koping stres dan resiliensi pada taruna tingkat I di PIP Semarang. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapat nilai  $r$  sebesar 0,000 dengan  $p = 0,996$  ( $p < 0,05$ ), arti dari hipotesis diterima yaitu ada hubungan antara koping stres dengan resiliensi pada taruna tingkat I di PIP Semarang. Hasil analisis menunjukkan bahwa koping stres berkontribusi secara efisien terhadap resiliensi dengan jumlah 77,9% dengan koefisien determinasi  $r^2$  sebesar 0,779,

sedangkan sisanya 22,1% dipengaruhi faktor lain seperti harga diri, kebudayaan, spiritualitas dan lain-lain. Hal ini mengartikan bahwa semakin tinggi coping stres taruna dan taruni di PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) Semarang, maka semakin tinggi pula resiliensinya. Tetapi apabila semakin rendah coping stres maka, semakin rendah pula resiliensi taruna dan taruni di PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian ini setara hasil dari penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti terdahulu membuktikan bahwa adanya hubungan yang signifikan coping stres dengan resiliensi pada wanita bekerja di kota Bekasi pada pandemic covid-19. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa coping stres memberikan sumbangan terhadap resiliensi sebesar 22,2% dengan kriteria sangat signifikan (Septiansyah & Fitriyana, 2021). Penelitian ini juga menyebutkan bahwa semakin baik tingkat coping yang dimiliki oleh perempuan tulang punggung keluarga maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya, dengan hasil analisis yang diperoleh *correlation koefisien* ( $r$ ) sebesar 0,524 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) (Wahidah, 2018). Peneliti lain juga mengemukakan bahwa hasil dari korelasi *product moment* coping stres dan resiliensi memperoleh hasil 0,463 dengan *Sig.(2-tailed)* sebesar 0,000. Dibandingkan dengan taraf signifikan 0,05 (5%), nilai *Sig.(2-tailed)* lebih kecil. Sehingga terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara resiliensi strategi coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Wijaya Putra Surabaya (Kusrini, Wijianti, & Purwaningtyas, 2020). Adapun penelitian yang mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan antara tingkat stres dan tingkat resiliensi yang tidak bermakna antara narapidana baru masuk dengan narapidana yang segera bebas. Sebagian besar mempunyai tingkat stres normal dan tingkat resiliensi sangat tinggi dengan hasil tingkat stres ( $p = 1,00$ ) dan resiliensi ( $p = 0,16$ ) (Anggraini, Hadiati, & S, 2019). Dari hasil penelitian ini membuktikan bahwa lansia mampu bertahan serta mampu mengatasi semua permasalahan yang dihadapinya dengan menerapkan coping stres dan menerapkan aspek-aspek resiliensi meliputi pengaturan emosi, pengaturan impuls, optimisme, empati, efikasi diri, kemampuan menganalisis masalah, dan pencapaian (Jannah, 2020).

## F. Kelemahan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan, terdapat beberapa kelemahan dalam penelitian :

1. Wawancara pertama, subjek diwawancara secara individu dan lokasi wawancara berada di ruang koseling psikologi serta di awasi oleh pembina taruna dan taruni, sehingga subjek cenderung kurang terbuka pada permasalahan yang digali oleh peneliti.
2. Minimnya sumber internasional sebagai landasan teori di penelitian ini.
3. Peneliti banyak menggunakan landasan teori dari sumber nasional.
4. Pembuatan indikator skala berbeda pada saat proses penelitian, sehingga dapat mempengaruhi hasil akhir.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan Penelitian**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai Hubungan Koping stres dengan Resiliensi Pada Taruna Tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran S, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif. Artinya semakin tinggi koping stres maka semakin tinggi resiliensinya. Kebalikannya semakin rendah koping stres maka semakin rendah pula resiliensinya. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti sehingga hipotesis diterima.

#### **B. Saran**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka saran yang dapat peneliti berikan ialah sebagai berikut :

##### **1. Bagi taruna dan taruni**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, subjek diharapkan mampu mempertahankan atau meningkatkan resiliensi antar taruna dan taruni dengan cara saling membantu, mendukung, saling menghibur satu sama lain dan saling mengobrol, sehingga koping stres pada taruna dan taruni akan tetap rendah atau bahkan menurun.

##### **2. Bagi Pembina taruna dan taruni**

Buat Pembina taruna dan taruni di mohon selalu memberi dukungan moral maupun non moral seperti mengajak ngobrol bersama, serta mengajak berkegiatan yang menyenangkan seperti menonton film bersama atau bernyanyi di lingkup asrama.

##### **3. Bagi peneliti yang akan datang**

a. Peneliti yang akan datang yang ingin membuat penelitian dengan permasalahan yang serupa diharapkan untuk mencari tahu hubungan resiliensi dengan aspek yang lainnya. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai bahan acuan dalam melakukan penelitian serta peneliti yang akan datang bisa mengubah

metode penelitian menjadi penelitian kuantitatif atau eksperimen yang bisa memberikan dampak langsung pada subjek agar lebih mendalam mengenai masalah-masalah yang dihadapi taruna dan taruni.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan pada saat pembuatan skala menyamakan indikator setiap aspek.



## 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*, 03(02), 60286.
- Anggayani, L., Made, I. G., & Hartawan, D. (2019). The Relationship Between Self Reliance , Proactive Attitude , and Optimism with Coping Stress. *Bisma: The Journal of Counseling*, 3(2), 74–81.
- Anggraini, D., Hadiati, T., & S, W. S. A. (2019). Perbedaan tingkat stres dan resiliensi narapidana yang baru masuk dengan narapidana yang akan segera bebas ( studi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas iia wanita semarang ). *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 148–160.
- Anugrahini, T. (2018). Resiliensi sosial nelayan kamal muara dalam menghadapi dampak reklamasi teluk jakarta. *Jurnal PKS*, 17(1), 37–46.
- Atika, T. A., & Tarigan, U. (2014). Prosedur penerbitan surat keputusan pensiun pegawai negeri sipil pada badan kepegawaian daerah deli serdang. *Jppuma: Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Sosial Politik UMA (Journal of Governance and Political Social UMA)*, 2(1), 18–30. Retrieved from <http://www.ojs.uma.ac.id/index.php/jppuma/article/view/578/922>.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi (Edisi 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bella, Y., Suhendri, H., & Ningsih, R. (2019). Peranan metode pembelajaran the power of two terhadap kemampuan pemecahan masalah matematika. *Jurnal Mercumatika : Jurnal Penelitian Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 3(2), 129. <https://doi.org/10.26486/jm.v3i2.821>.
- Budiaji, W. (2013). Skala pengukuran dan jumlah respon skala likert (the measurement scale and the number of responses in likert scale). *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan*, 2(2), 127–133. Retrieved from <http://umbidharma.org/jipp>
- Carver, C. S. Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically base d approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: the connor-davidson resilience scale (cd-risc). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

- Darmawanti, I. (2012). Hubungan antara tingkat religiusitas dengan kemampuan dalam mengatasi stres (*coping stress*). *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 2(2), 102. <https://doi.org/10.26740/jptt.v2n2.p102-107>
- Ekasari, A., & Yuliyana, S. (2012). Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan coping stress pada remaja. *Jurnal Soul*, 5(2), 55–66.
- Empati, J., Maulidya, N., Fardhani, S., & Kristiana, I. F. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosional dan coping strategy pada taruna tingkat I dan II sekolah tinggi perikanan bogor. *Jurnal Empati*, 6(4), 259–265.
- Febrinabilah Rizki, & Listiyandini Ratih Arruum. (2016). Hubungan antara self compassion dengan resiliensi pada mantan pecandu narkoba dewasa awal. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 19–28.
- Hasyim, M., & Listiawan, T. (2014). Penerapan aplikasi ibm spss untuk analisis data bagi pengajar pondok hidayatul muhtadi'in ngunut tulungagung demi meningkatkan kualitas pembelajaran dan kreativitas karya ilmiah guru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 28–35.
- Hauser, S. T., Vieyra, M. A. B., Jacobson, A. M., & Wertlieb, D. (1985). Vulnerability and resilience in adolescence: views from the family. *The Journal of Early Adolescence*, 5(1), 81–100. <https://doi.org/10.1177/0272431685051008>
- Hidayanti, E. (2013). Strategi coping stress perempuan dengan hiv/aids. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 9(1), 89–106.
- Ihsan, H. (2015). Validitas isi alat ukur penelitian: konsep dan panduan penilaiannya. *Pedagogia: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(3), 173. <https://doi.org/10.17509/pedagogia.v13i3.6004>
- Irzalinda, V., & Sofia, A. (2019). Pengaruh coping strategi terhadap resilience keluarga rawan bencana. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 201. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.312>
- Jannah, M. (2020). Dinamika stres , coping dan adaptasi dalam resiliensi pada lansia terhadap permasalahan hidup. *Al-Insan*, 1(1), 32–55.
- Kusrini, D., Wijianti, A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping stres , resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 1(2), 11–17.
- Kuswardani, H., & Nurtjahjanti, H. (2016). Hubungan antara work-family conflict dengan resiliensi pada tenaga keperawatan wanita rumah sakit umum daerah dr. r. soetrasno. *Jurnal Empati*, 5(4), 770–775.

- LaFromboise Teresa D., Hoyt Dan R., Lisa Oliver, & Whitbeck Les B. (2006). Family, community, and school influences on resilience among american indian adolescents in the upper midwest american indian adolescents in the upper midwest. *Journal of Community Psychology*, 34(2), 193–209.
- Lazarus, R. S & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Mayasari, R. (2014). Mengembangkan pribadi yang tangguh melalui pengembangan keterampilan resilience. *Jurnal Dakwah*, 15(2), 265–287.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 69–75. <https://doi.org/10.17977/um023v6i22017p069>
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan antara optimisme dan coping stres pada mahasiswa ueu yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi*, 9(Nomor 1), 41–47. Retrieved from <https://www.neliti.com/publications/126155/hubungan-antara-optimisme-dan-coping-stres-pada-mahasiswa-ueu-yang-sedang-menyus>
- Nur, M. N. H., & Fakhri, N. (2020). PKM Coping Stress Pada Mahasiswa. *Jurnal Dedikasi*, 22(2), 206–211.
- Octarina, M., & Afiatin, T. (2013). Efektivitas pelatihan koping religius untuk meningkatkan resiliensi pada perempuan penyintas erupsi merapi. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 5(1), 95–110. <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol5.iss1.art6>
- Pratiwi, A. C. (2016). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *Jurnal Psikologi*, 12.
- Priyatna, M. (2016). pendidikan karakter berbasis militer di akademi maritim sapta samudra padang. *Journal of Teaching and Learning*, 05(1), 1311–1336. <https://doi.org/10.22216/jcc.2020.v5i1.5078>
- Rahmawati, S. W. (2012). Hubungan antara coping strategy terhadap resiliensi siswa sma dalam menghadapi ujian nasional. *Jurnal Psiko Utama*, 1(1), 43–57. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/324861451>.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Book.

- Ridha, N. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel, dan paradigma penelitian. *Jurnal Hikmah*, 14(1), 62–70. Retrieved from <http://jurnalhikmah.staisumateramedan.ac.id/index.php/hikmah/article/download/10/13>
- Rismelina, D. (2020). Pengaruh strategi koping dan dukungan sosial terhadap resiliensi pada mahasisiwi korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Psikoborneo*, 3(5), 1681.
- Rizkina, S. (2018). Pengaruh dukungan sosial dan harapan terhadap resiliensi anak didik lapas kelas iia salemba. *Jurnal Tarbiyah*, 06(02), 1–15.
- Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada remaja jawa. *Jurnal Psikologi UGM*, 1(2), 96–105. <https://doi.org/10.22146/gamajop.7347>
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1–12. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>
- Sadikin, L. M., & Subekti, E. (2013). Coping stres pada penderita diabetes melitus pasca amputasi. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 2(3), 17–23.
- Santoso, S. H., & Erawan, E. (2016). Coping stress penyandang tunanetra late-blind. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1), 23–40. Retrieved from <http://jurnal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/908>
- Sapardo, F. jessica. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja. *Psikoborneo*, 7(2), 436–448.
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan hidup. *schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 78. <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Septiani, T., & Fitria, N. (2016). Hubungan antara resiliensi dengan stres pada mahasiswa sekolah tinggi kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 59–76.
- Septiansyah, D., & Fitriyana, R. (2021). Coping stress sebagai prediktor resiliensi wanita bekerja di kota bekasi pada masa pandemi covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian*, 903–909.
- Seputra, I. I. (2020). Pengaruh tingkat regulasi emosi dan tingkat relisiensi pada trauma tahun pertama. *Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 408–420.

- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi Undip*, 7(1), 67–77.
- Simorangkir, J., Lubis, B., Nababan, M. L., Simamora, M. R., Agustina, W., Agama, (2020). Penguatan resiliensi remaja bermasalah melalui pengembangan materi modul bimbingan dan konseling. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 1(2), 96–103.
- Sinantia, V., & Milla, M. N. (2018). Self-reliance inventory versi bahasa indonesia: adaptasi alat ukur. *Jurnal Psikologi Sosial*, 16(2), 148–161. <https://doi.org/10.7454/jps.2018.14>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taormina, R. J. (2015). Adult personal resilience: a new theory, new measure, and practical implications. *Psychological Thought*, 8(1), 35–46. <https://doi.org/10.5964/psyct.v8i1.126>
- Tri, R. (2017). Burnout dan coping stress pada guru pendamping (shadow teacher) anak berkebutuhan khusus yang sedang mengerjakan skripsi. *Psikoborneo*, 5(2), 290–300.
- Tyas, W. C., & Savira, S. I. (2017). Hubungan antara coping stress dengan subjective well-being pada mahasiswa luar jawa. *Jurusan Psikologi Pendidikan*, 4(2), 1–6. Retrieved from <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/viewFile/19940/18188>
- Ulfah, E., Bakhtiar, B., & Irma, H. T. (2019). Resiliensi wanita penderita kanker payudara stadium lanjut. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 9(2), 119–129. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v9i2.860>
- Utomo, S. D., Suradinata, E., Lukman, S., Sartika, I., Kerja, K., & Stress, T. (2019). Pengaruh kepemimpinan terhadap tingkat stress dan komitmen kerja personil mako koarmada I TNI angkatan laut. *Jurnal Papatung* 3(2), 115–129.
- Wahidah, E. Y. (2018). Resiliensi perspektif al-quran. *Jurnal Islam Nusantara*, 2(1), 105. <https://doi.org/10.33852/jurnalin.v2i1.73>
- Walker, B., Holling, C. S., Carpenter, S. R., & Kinzig, A. (2004). Resilience, adaptability and transformability in social-ecological systems. *Ecology and Society*, 9(2). <https://doi.org/10.5751/ES-00650-090205>

Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal*, 9(2), 147. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>

Wijaya, A. A., Setiawati, E., & Alfinuha, S. (2020). Menjadi taruna bahagia: pelatihan resiliensi untuk meningkatkan psychology well being taruna akademi angkatan laut. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2). Retrieved from <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/38070>

Wolin, Steven J., & Sybil Wolin. (1953). *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*. New York: Vilard.



# LAMPIRAN





**LAMPIRAN A. SKALA UJI COBA**

A-1 Skala Resiliensi

A-2 Skala Koping stres

**SKALA PENELITIAN**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2021**

Dengan hormat,

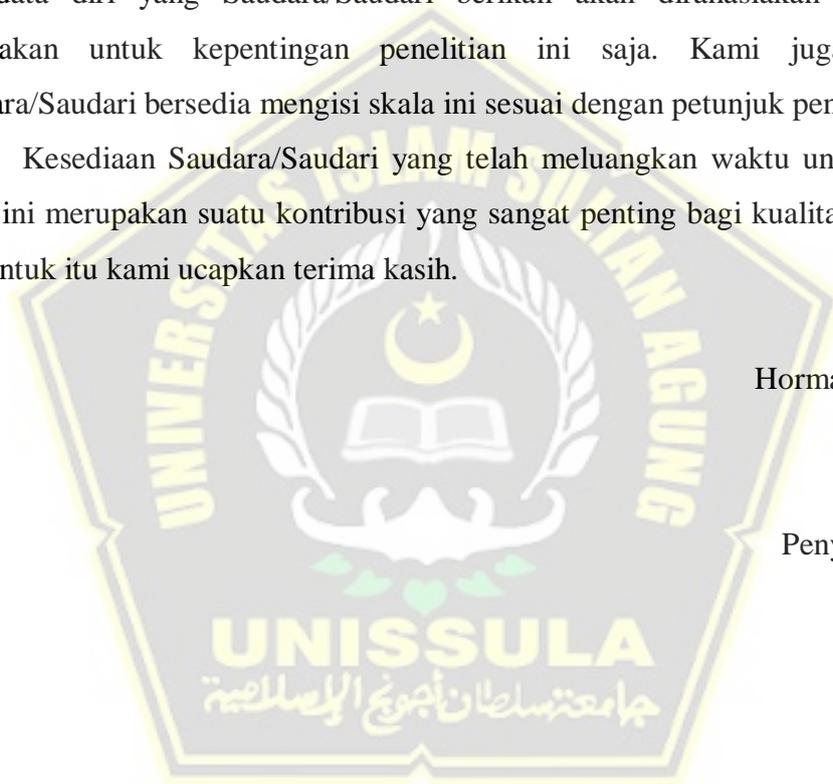
Perkenalkan nama saya Agnesia Fadhila, mahasiswa Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, memohon bantuan kepada Saudara/Saudari untuk mengisi skala (daftar pertanyaan) ini guna menyelesaikan tugas mata kuliah Skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Dalam mengisi skala ini tidak ada jawaban yang benar ataupun salah. Oleh karena itu, diharapkan Saudara/Saudari bersedia memberikan jawaban anda sendiri secara jujur tanpa mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban dan data diri yang Saudara/Saudari berikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini saja. Kami juga berharap Saudara/Saudari bersedia mengisi skala ini sesuai dengan petunjuk pengisian.

Kesediaan Saudara/Saudari yang telah meluangkan waktu untuk mengisi skala ini merupakan suatu kontribusi yang sangat penting bagi kualitas penelitian ini. Untuk itu kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,

Penyusun



## IDENTITAS DIRI

Nama/inisial :

Usia :

Jenis Kelamin : Lk/Pr\*

Jurusan :

\*Coret yang tidak perlu

---

### PETUNJUK PENGISIAN SKALA

1. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda centang (√) pada salah satu pilihan jawaban yang berada di sebelah kanan.

- Bacalah dengan teliti sebelum mengisi pernyataan yang ada.
- Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Anda sendiri.
- Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar.

Adapun empat pilihan yang disediakan yaitu:

**SS** : Bila pernyataan tersebut **SANGAT SESUAI** dengan diri Anda.

**S** : Bila pernyataan tersebut **SESUAI** dengan diri Anda.

**TS** : Bila pernyataan tersebut **TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

**STS** : Bila pernyataan tersebut **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

**Contoh :**

**Cara menjawab**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Mencontek merupakan hal biasa bagi saya	√			

**Jika ingin mengganti jawaban**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Mencontek merupakan hal biasa bagi saya	<del>√</del>			

2. Usahakan untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan ini.

\*\*\*SELAMAT MENGERJAKAN\*\*\*

## A-1 Skala Resiliensi

## SKALA 1

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya berusaha tenang ketika sedang menghadapi masalah dengan cara menarik nafas panjang.				
2.	Saya berteriak ketika mengalami tekanan terus-menerus.				
3.	Dalam menghadapi tekanan saya menyanyi untuk menenangkan diri.				
4.	Saya menulis buku harian saat munculnya tekanan.				
5.	Ketika terjadi masalah saya mengendalikan emosi dengan membatasi aktifitas fisik yang berlebihan.				
6.	Saya bersembunyi di toilet ketika ada tekanan.				
7.	Saya bisa menahan diri untuk tidak berteriak ketika menghadapi tekanan.				
8.	Ketika sedang menghadapi masalah, saya membanting gayung saat mandi.				
9.	Saya dapat membuat daftar prioritas.				
10.	Saya berjalan mondar-mandir ketika menghadapi tekanan.				
11.	Saya bisa melakukan kegiatan sesuai aturan dengan maksimal.				
12.	Saya membuang semua benda yang ada di kamar ketika munculnya sebuah masalah.				

13.	Saya bisa mengerjakan tugas tepat waktu.				
14.	Ketika menghadapi masalah saya mudah bosan untuk melakukan kegiatan di asrama.				
15.	Saya bisa menerima tekanan dari orang lain.				
16.	Saya menghindari konsultasi psikologi saat terjadi masalah.				
17.	Ketika ada jalan keluar permasalahan saya menjadi lebih bersemangat di kelas.				
18.	Tekanan dapat membuat saya mudah letih selagi olahraga sore.				
19.	Saya selalu berdo'a saat menghadapi permasalahan.				
20.	Saya menghindari masukan dari teman atau senior saat ada permasalahan.				
21.	Saya bersemangat saat melaksanakan aktifitas di asrama.				
22.	Ketika pikiran sedang kalut saya malas mandi.				
23.	Saya selalu datang ke lapangan lebih awal selagi apel pagi.				
24.	Saya mogok makan sebelum menemukan jalan keluar suatu masalah.				
25.	Saya dapat mengontrol amarah ketika sedang berada di kelas dengan cara memejamkan mata.				

26.	Ketika berkenalan di dalam kelas saya sering meremas-remas tangan.				
27.	Saya melakukan konsultasi dengan teman sekamar terlebih dahulu sebelum bertindak menyelesaikan masalah.				
28.	Saat bertemu orang baru saya terus menundukan kepala.				
29.	Ketika terjadi masalah saya bisa bergaul dengan baik di lingkungan asrama maupun di luar kampus.				
30.	Terus menggaruk kepala saat mengobrol dengan orang yang baru dikenal.				
31.	Saya mengamati sikap teman-teman yang memiliki masalah yang sama, sebelum menyelesaikan masalah.				
32.	Saya mengabaikan pertimbangan dari teman satu kelas saat menyelesaikan masalah.				
33.	Meminta pendapat teman sekamar tentang permasalahan yang saya hadapi.				
34.	Saya mudah menerima informasi yang belum tentu benar untuk menyelesaikan masalah.				
35.	Sebelum menyelesaikan masalah saya menganalisis permasalahannya terlebih dahulu.				
36.	Saya menendang kursi karena				

	terpancing dengan sikap orang lain yang menjengkelkan				
37.	Dengan melihat ekspresi wajah seseorang, saya memahami bagaimana kondisi yang sedang mereka alami.				
38.	Saya acuh tak acuh terhadap adanya permasalahan.				
39.	Jika seorang teman sedang kecewa, saya bisa menemaninya sampai merasa lebih baik.				
40.	Kurang bisa menganalisis permasalahan yang ada.				
41.	Saya akan memberi dukungan moril lewat surat ketika teman mendapatkan hukuman.				
42.	Saya akan berdiam diri di kamar saat menghadapi masalah.				
43.	Saya duduk dengan tenang saat menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru.				
44.	Saya mengerutkan alis untuk memahami sikap orang lain.				
45.	Ketika ada teman yang sedang menangis saya akan memeluknya.				
46.	Saya acuh dengan pendapat orang lain.				
47.	Berusaha membantu ketika orang lain mengalami kesulitan.				
48.	Saat teman mengeluh, akan saya tinggal tidur.				
49.	Saya bisa mengerjakan tugas sesulit				

	apapun dari dosen.				
50.	Saat berada di lingkungan baru saya berdiam diri sebelum disapa terlebih dahulu.				
51.	Ketika semangat turun, saya berlari agar semangat saya bangkit kembali.				
52.	Saya hanya akan peduli terhadap kelompok saya sendiri.				
53.	Saya memberanikan diri menanyakan solusi kepada ketua kelas saat menghadapi masalah.				
54.	Rasa empati saya kurang terhadap masalah orang lain.				
55.	Ketika ada masalah, saya mencoba meminta bantuan psikologi untuk mencari berbagai solusi.				
56.	Kegagalan memecahkan masalah membuat saya berhenti untuk mencobanya kembali.				
57.	Saya selalu bersikap siap dalam menghadapi keadaan apapun yang terjadi.				
58.	Ketika terjadi permasalahan saya berbicara sendiri dengan nada pelan.				
59.	Ketika ada masalah, saya berdo'a kepada Tuhan Yang Maha Esa untuk mencari solusi.				
60.	Saya memilih menerima ajakan berlatih <i>marcing band</i> dari pada menyelesaikan masalah.				

61.	Saya membuang rasa canggung ketika berhadapan dengan orang yang baru saya kenal.				
62.	Jika kesulitan mengerjakan tugas, lebih memilih melakukan hobi saya.				
63.	Saat bertemu orang baru saya berani menyapa terlebih dahulu.				
64.	Saya menolak saat ditunjuk menjadi pemimpin regu saat apel pagi.				
65.	Saya menjalin komunikasi yang baik dengan teman baru.				
66.	Dalam menghadapi tekanan saya akan melamun di kelas untuk mencari bagaimana cara mengatasinya.				

## SKALA 2

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya akan berdiskusi dengan teman untuk mencari solusi permasalahan.				
2.	Saya tidak membuat perencanaan dalam penyelesaian masalah.				
3.	Saya akan meminta bantuan pihak psikologi untuk menyelesaikan masalah.				
4.	Tidak perlu merencanakan untuk menyelesaikan masalah.				
5.	Ketika dalam permasalahan merasa kurang mampu untuk menyelesaikan masalah, maka saya akan meminta bantuan kepada senior.				
6.	Saya malas dalam menyelesaikan masalah.				

7.	Saya menyelesaikan masalah dari yang paling mudah.				
8.	Saya tidak akan berdiskusi dengan teman untuk mencari solusi.				
9.	Saya segera mencari cara untuk menyelesaikan masalah.				
10.	Saat ada masalah saya mampu menyelesaikannya sendiri.				
11.	Saya akan melakukan apapun saat terjadi masalah.				
12.	Saya tidak butuh pendapat dari senior dalam menghadapi permasalahan.				
13.	Mencari solusi ketika saya ada kesulitan.				
14.	Saya membiarkan setiap masalah selesai dengan sendirinya.				
15.	Saya akan merencanakan cara yang efektif untuk menyelesaikan masalah.				
16.	Saya tidak peduli dengan masalah saya.				
17.	Saya akan merencanakan strategi untuk memecahkan masalah.				
18.	Jika saya bingung untuk menyelesaikan masalah saya pergi bertamasya.				
19.	Saya menginginkan keluarga saya memberi dukungan.				
20.	Saya akan menyelesaikan masalah secepat mungkin.				
21.	Saya butuh orang lain untuk mendengarkan keluhan saya.				
22.	Selalu menilai negatif dari setiap permasalahan saya.				
23.	Saya menginginkan teman saya memberi dukungan.				
24.	Saya ingin selalu menghadapi permasalahan sampai selesai.				

25.	Saya harus berpikir positif dari masalah saya.				
26.	Saya selalu mengurung diri di asrama ketika terjadi masalah.				
27.	Selalu meluangkan waktu untuk istirahat ketika menghadapi tekanan.				
28.	Saya lebih memilih memikirkan masalah dari pada hal yang disenangi.				
29.	Meskipun sulit untuk menyelesaikan masalah semoga bisa teratasi.				
30.	Menyelesaikan masalah sampai selesai tanpa mempedulikan diri sendiri.				
31.	Saya melakukan hal lain yang saya senangi ketika ada masalah.				
32.	Saya tidak dapat memendam amarah.				
33.	Bagi saya tidak ada salahnya mengasah hobi untuk mengurangi beban pikiran.				
34.	Saat masalah muncul saya tidak bisa tenang.				
35.	Selalu meluangkan waktu untuk hobi ketika menyelesaikan masalah				
36.	Tidak dapat mengontrol emosi ketika ada masalah.				
37.	Saya suka memendam amarah.				
38.	Saat ada masalah saya membiarkan tugas-tugas yang menjadi tanggung jawab saya.				
39.	Tetap tenang ketika masalah muncul.				
40.	Meskipun bekerja keras dalam menghadapi masalah saya tidak dapat menyelesaikan masalah.				
41.	Ketika ada masalah saya lebih baik diam dari pada meluapkan emosi.				
42.	Ketika tidak bisa menyelesaikan masalah, saya akan membiarkannya.				

43.	Saya sadar masalah yang dihadapi itu merupakan suatu tanggung jawab.				
44.	Saya menganggap bahwa masalah memperburuk keadaan.				
45.	Mudah menerima setiap ada permasalahan yang datang.				
46.	Saya tidak yakin setiap ada masalah merupakan bagian dari proses.				
47.	Dapat menyelesaikan masalah saya sendiri.				
48.	Pelajaran hidup saya bukan hanya dari masalah saja.				
49.	Menganggap permasalahan menjadikan saya lebih baik.				
50.	Tidak butuh keluarga saya untuk memberikan dukungan.				
51.	Saya yakin setiap ada kesulitan dalam masalah merupakan bagian dari proses.				
52.	Saya tidak butuh pengertian dari orang lain terhadap masalah saya.				
53.	Masalah bagi saya merupakan pelajaran hidup.				
54.	Berharap teman saya tidak ikut campur dengan masalah saya.				

**LAMPIRAN B. TABULASI SKALA UJI COBA**

**Lampiran 3. B. Tabulasi Skala Uji Coba**

A-1 Skala Resiliensi

A-2 Skala *Koping stres*



B-1 Tabulasi Skala Uji Coba Resiliensi

NO.	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	29	30	31	32	33	34	35	
1	3	4	2	2	2	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	3	4	4	3	
2	3	2	2	4	2	4	1	2	3	4	4	4	4	2	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	4	4	2	4	3	3	3	
3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	
4	3	3	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	
5	3	2	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	3	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	
6	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	
7	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
8	3	3	2	3	3	4	1	4	4	4	4	4	3	4	1	3	3	4	4	4	4	4	3	4	1	3	3	4	4	4	2	3	4	3	3	
9	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	1	4	4	4	4	
10	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4
11	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	
12	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	3	4	4
13	3	4	1	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3
14	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	S	3	
15	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	
16	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	4	1	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	2	1	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3
18	3	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	1	4	4	3	4	4	
19	3	4	2	3	1	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	4	
20	4	1	3	4	1	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	1	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	
21	4	3	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4	4	
22	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	4	4	1	4	3	4	4	
23	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	
24	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	2	4	4	3	4	
25	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	4	3
26	3	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	2	1	1	
27	4	2	1	4	3	4	2	3	3	2	3	4	2	2	4	3	4	2	4	2	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	3	3	3	S	4	
28	3	3	1	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	1	2	3	2	4	4	3	3	2	4	3	4	2	3	2	4	4	4	4	3	4	4



NO.	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	29	30	31	32	33	34	35	
29	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	
30	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	3	2	4	2	2	3	4	3	4	3	
31	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	3	3	4	
32	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	
33	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
34	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	3	
35	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
36	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
37	3	2	2	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3
38	3	3	1	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	2	1	4	4	4	2	4	3	4	3	
39	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	
40	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	
41	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	
42	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	
43	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
44	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	S	3	
45	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	S	3	
46	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	
47	4	2	3	3	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	
48	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	
49	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	
50	3	1	2	4	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	
51	3	2	2	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	
52	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	
53	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	
54	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	1	2	3	3	4	3	3	4	2	4	4	3	3	3	
55	4	3	3	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
56	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	S	1	
57	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	
58	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	S	4	



NO.	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	29	30	31	32	33	34	35		
59	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3		
60	3	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3		
61	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3		
62	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4		
63	4	3	2	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	
64	3	2	2	2	4	3	2	4	4	3	3	2	3	2	2	2	4	2	4	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	4	3	4
65	3	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
66	3	3	2	3	4	4	4	1	2	1	3	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3	3	3	2	2	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	
67	4	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4		
68	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	S	3	
69	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
70	4	4	2	2	1	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	
71	3	4	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
72	1	4	1	4	1	4	4	4	1	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
73	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
74	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	
75	4	4	1	3	2	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
76	3	3	3	4	2	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	
77	3	4	2	2	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	
78	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
79	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
80	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	S	3	
81	4	4	3	3	2	4	1	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	
82	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	
83	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3		
84	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
85	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	
86	3	3	3	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	
87	4	3	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	
88	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	

NO.	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	29	30	31	32	33	34	35			
89	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	2	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
90	3	3	2	2	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
91	3	2	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	S	3	3		
92	4	2	4	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4		
93	3	4	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	3	3	1	4	4		
94	4	1	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	4	1	4	2	4	1	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	4	3	4	2	4	1	4	4		
95	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
96	4	1	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	
97	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
98	3	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	2	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	
99	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
100	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	
101	3	1	2	3	3	1	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	
102	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	
103	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4
104	3	3	3	1	1	4	4	4	4	2	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3
105	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	
206	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	
107	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
108	2	4	1	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4
109	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4
110	3	4	2	3	1	4	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	
111	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4
112	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
113	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
114	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
115	4	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
116	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	4
117	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	4	1	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4
118	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

NO.	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	29	30	31	32	33	34	35
119	4	2	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
120	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3



B-1 Tabulasi Skala Uji Coba Resiliensi

No.	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
1	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4
2	1	4	4	3	4	1	3	4	1	2	4	4	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3
3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	2
4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	1	4	4	4
5	3	4	3	3	3	3	2	3	1	3	4	4	3	4	2	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	2	4	2	2	2
6	4	3	4	4	4	2	4	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4
7	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4
8	4	3	2	4	3	2	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4
9	4	3	4	4	4	3	4	3	1	1	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2
12	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	1	3	4	2	4	4	2	4	4
13	3	1	3	3	3	1	4	3	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4
14	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	4	3	2	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2
15	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	1	4	4	3	3
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
18	2	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	4	4	4	2	2	3	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1
19	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4
20	3	3	3	3	2	1	4	3	2	3	2	4	4	3	2	3	3	4	4	1	4	4	1	4	1	3	2	3	3	4	2
21	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4
22	4	3	3	4	4	2	4	2	1	2	3	4	4	4	2	3	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	1	2
24	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3
25	4	2	3	3	4	2	4	4	3	2	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	1	2	3	3	3	4
26	2	1	2	1	2	2	2	3	4	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4
27	3	3	4	3	3	1	3	4	2	1	3	4	3	2	2	1	3	3	3	4	4	3	1	4	3	2	2	3	3	3	2
28	4	3	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	4	2	2	2	4	3	3	2	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3



No.	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
29	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	4	4	3	4	2	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3
30	3	2	4	3	3	2	2	4	1	2	4	3	4	3	2	2	4	2	4	1	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3
31	3	3	4	4	4	3	4	4	1	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	4	3
32	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3
33	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
34	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3
35	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
37	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	2
38	3	1	4	4	3	1	4	3	3	1	4	4	4	2	2	1	4	3	3	2	4	2	2	4	4	2	3	4	3	4	2
39	4	4	4	4	4	3	2	3	2	3	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4
40	3	3	4	3	3	2	4	3	4	2	2	4	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
42	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
43	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3
44	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2
45	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3
46	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4
47	4	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	4	3	4
48	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	3	4	4	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3
49	4	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4
50	1	4	4	4	3	2	3	3	3	2	1	4	4	3	2	3	4	3	4	2	4	4	1	4	2	4	3	4	3	4	2
51	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	1	4	1	4	1	2	4	4	4
52	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3
53	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4
54	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4
55	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	4	2	4	2	2	4	3	3	2	3	3	3	4
56	2	1	1	2	2	1	1	3	2	1	1	1	4	2	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3
57	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	3	2	3	4	4
58	4	3	4	3	3	2	4	4	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	2	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4



No.	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
59	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
60	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	4	4	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3
61	4	3	4	3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	4
62	4	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	1	4	3	2	3	3	4	3	3
63	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	2	3	3	3	4	1	3	2	4	3	3	
64	2	3	3	4	3	2	1	4	1	3	4	4	4	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	4	3	3	1	2	2	2	2
65	4	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3
66	2	4	4	3	3	3	2	4	1	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	4	2	4	3	4	1	4	4	4	2
67	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4
68	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
69	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4
70	4	3	3	3	3	2	4	3	2	2	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3
71	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
72	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3
73	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
74	4	4	4	4	4	1	4	4	1	1	4	4	4	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
75	4	4	3	4	3	2	4	2	3	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	1	4	3	4	3	1	3	4	2
76	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
77	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4
78	4	1	4	3	4	1	4	4	4	2	4	4	4	2	2	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
79	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
80	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3
81	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	1	4	4	4	2	3	2	3	3	4	3
82	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4
83	4	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4
84	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3
85	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
86	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	1	4	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4
87	4	3	3	4	4	3	3	4	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	4	2	4	3	2	4	3	3	3	4
88	4	3	4	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3

No.	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
89	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4
90	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4
91	4	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	R	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	4	2
92	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	1	4	4	3	2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4
93	4	4	2	3	4	1	4	4	1	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	1	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4
94	1	4	2	4	4	2	2	3	2	3	3	4	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2
95	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	1	4	4	4
96	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	4	4
97	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
98	4	3	4	3	4	2	4	3	2	2	4	4	4	4	2	3	4	3	4	2	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3
99	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4
100	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3
101	4	4	3	3	3	3	1	4	1	4	4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	2	4	4	4	3
102	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4
103	4	4	4	4	4	4	3	2	1	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3
104	4	3	3	4	3	2	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	2	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3
105	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2
206	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3
107	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3
108	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	2	3	4	3	3	2	4	4	2	4	3	3	2	3	4	4	3
109	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4
110	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
111	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3
112	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
113	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
114	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3
115	4	1	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4
116	4	3	3	3	4	1	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4
117	4	3	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3
118	4	4	4	4	4	1	1	1	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	1



No.	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66
119	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	1	4	3	4	4	3	2	4	4
120	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	2	2	3	4	2	3	1	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2



B-2 Tabulasi Skala Uji Coba *Koping stres*

NO.	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	29	30
1	4	2	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3
2	2	2	4	1	2	3	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	2	2	4	4	4	4	3	3	3	1
3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
4	3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
5	2	2	3	3	3	4	2	3	4	3	1	3	2	4	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3
6	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4
7	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	3	2	4	1	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	1	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
12	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	3	4	4	4
13	4	1	4	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3
14	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	0	3	3
15	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	1	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
18	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	1	4	3	4	4	2
19	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4
20	1	3	4	3	2	2	3	3	4	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3
21	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	1	4	4	3	4	4	4
22	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	3	2	4	4	4	3	4	4	4
23	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3

NO.	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	29	30	
24	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
25	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4
26	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	2	3	3	2	4	2	2	1	1	2	
27	2	1	4	2	3	3	2	3	4	2	2	3	2	4	2	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	3	3	0	4	3	
28	3	1	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	4	3	4	2	3	2	4	4	3	4	4	4	
29	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	
30	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	2	2	2	4	4	3	4	3	4	3	3	2	4	2	2	4	3	4	3	3	
31	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	3	3	3	4	3	
32	2	2	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	4	4	3	
33	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
33	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	
34	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	
35	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	
36	2	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
37	3	1	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	2	1	4	4	4	4	3	4	3	3	
38	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
40	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	
41	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	
42	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	
43	3	2	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	
44	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	0	3	3	
45	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	3	
46	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	
47	2	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	

NO.	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	29	30
48	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
49	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4
50	1	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	1
51	2	2	4	3	4	2	4	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3
52	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4
53	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4
54	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	1	2	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4
55	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
56	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	1	2	1	1	1	2	2	2	0	1	2
57	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4
58	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	4	3	4	3	3	4	3	4	3	0	4	4
59	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
60	4	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3
61	3	2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4
62	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4
63	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4
64	2	2	3	2	4	4	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	4	3	4	3	4	2
65	3	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4
66	3	2	4	4	1	2	1	3	2	3	2	4	2	4	4	3	3	3	2	2	1	3	4	4	4	4	4	3	3	2
67	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4
68	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	0	3	4
69	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
70	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4
71	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4

NO.	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	29	30	
72	4	1	4	4	4	1	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
73	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
74	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	
75	4	1	4	1	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	
76	3	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	
77	4	2	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	
78	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
80	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	0	3	3	
81	4	3	4	1	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	
82	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	
83	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	
84	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3
85	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
86	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	
87	3	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	
88	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	
89	3	3	4	4	4	4	3	4	1	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	
90	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
91	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	0	3	4	
92	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	4	
93	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	3	1	4	4	4	
94	1	2	4	4	2	3	3	3	4	4	1	2	1	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	4	3	2	4	1	4	1	
95	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	

NO.	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	29	30
96	1	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4
97	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
98	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
99	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
100	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3
101	1	2	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	4
102	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
103	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
104	3	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4
105	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3
106	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
107	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
108	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
109	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4
110	4	2	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
111	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3
112	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
113	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4
114	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
115	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4
116	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4
117	3	3	3	4	4	4	2	4	4	1	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4
118	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
119	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4

NO.	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	29	30
120	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4



B-1 Tabulasi Skala Uji Coba *Koping stres*

NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
1	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4
2	4	4	3	4	1	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	3	4	3
3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2
4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4
5	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	2	2
6	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
7	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4
8	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4
9	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2
12	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	2	4	4	2	4	4	4
13	1	3	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4
14	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	2
15	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	1	4	4	3	3
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
18	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
19	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4
20	3	3	3	2	1	4	4	4	3	3	4	4	1	4	4	4	1	3	2	3	3	4	2
21	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	4	4	4
22	3	3	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
23	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	1	2

NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
24	4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	1	4	3
25	2	3	3	4	2	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	4
26	1	2	1	2	2	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4
27	3	4	3	3	1	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	2
28	3	3	3	3	1	2	3	4	2	4	3	3	2	4	3	4	3	2	2	3	2	3	3
29	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3
30	2	4	3	3	2	2	3	4	3	4	2	4	1	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3
31	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3
32	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
34	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3
35	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
36	3	4	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2
37	1	4	4	3	1	4	4	4	2	4	3	3	2	4	2	4	4	2	3	4	3	4	2
38	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
40	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
42	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
43	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	3	3	3
44	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2
45	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
46	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4
47	3	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	4

NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
48	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3
49	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4
50	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	3	4	3	4	2
51	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	1	4	1	2	4	4	4
52	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3
53	2	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4
54	3	3	3	2	2	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4
55	4	3	3	4	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4
56	1	1	2	2	1	1	1	4	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3
57	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4
58	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	4	3	4	2	2	3	4	4
59	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3
60	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3
61	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4
62	3	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3
63	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	1	3	2	4	3	3	3
64	3	3	4	3	2	1	4	4	2	3	2	3	2	3	2	4	3	3	1	2	2	2	2
65	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3
66	4	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	1	4	4	4	2
67	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
68	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
69	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
70	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3
71	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4

NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
72	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3
73	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
74	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
75	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	1	3	4	2
76	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
77	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4
78	1	4	3	4	1	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
80	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3
81	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	1	4	4	2	3	2	3	3	4	3
82	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4
83	2	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4
84	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3
85	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
86	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4
87	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	2	4	3	3	3	4
88	3	4	3	3	2	4	3	4	2	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
89	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
90	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4
91	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	0	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2
92	3	4	4	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4
93	4	2	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
94	4	2	4	4	2	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2
95	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	1	4	4	4



NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
96	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4
97	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
98	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3
99	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4
100	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3
101	4	3	3	3	3	1	4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	2	4	4	4	3
102	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
103	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3
104	3	3	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3
105	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2
106	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3
107	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
108	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	4	3
109	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4
110	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4
111	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3
112	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
113	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
114	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3
115	1	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
116	3	3	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4
117	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3
118	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1
119	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	2	4	4

NO.	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
120	3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	2	3	1	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2



**LAMPIRAN C. UJI DAYA BEDA ITEM DAN ESTIMASI RELIABILITAS  
SKALA UJI COBA**

C-1 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Resiliensi

C-2 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Koping Stres



## C-1 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Resiliensi

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	120	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.929	66

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.944	53

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.4250	.57486	120
VAR00002	3.1083	.87731	120
VAR00003	2.4500	.84863	120
VAR00004	2.9250	.87123	120
VAR00005	2.6500	.96711	120
VAR00006	3.7167	.50516	120
VAR00007	3.3667	.80891	120
VAR00008	3.6583	.60106	120
VAR00009	3.3083	.65844	120
VAR00010	3.2250	.72717	120
VAR00011	3.5417	.50035	120
VAR00012	3.7833	.50516	120
VAR00013	3.5167	.57953	120
VAR00014	3.2250	.77202	120
VAR00015	3.0333	.76623	120
VAR00016	3.2667	.73030	120
VAR00017	3.6000	.55610	120
VAR00018	3.1000	.79282	120
VAR00019	3.8500	.38128	120
VAR00020	3.6417	.54689	120

## Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00021	3.5667	.51422	120
VAR00022	3.5417	.63373	120
VAR00023	3.1500	.61699	120
VAR00024	3.7250	.48442	120
VAR00025	3.0333	.74398	120
VAR00026	3.4167	.65572	120
VAR00027	2.9917	.77238	120
VAR00028	3.3583	.71943	120
VAR00029	3.3000	.75147	120
VAR00030	3.5667	.61812	120
VAR00031	2.9250	.88082	120
VAR00032	3.5000	.68599	120
VAR00033	3.3417	.60106	120
VAR00034	3.2500	1.13944	120
VAR00035	3.5583	.59119	120
VAR00036	3.5417	.69688	120
VAR00037	3.1833	.76678	120
VAR00038	3.4667	.63422	120
VAR00039	3.4167	.57370	120
VAR00040	3.3833	.59668	120
VAR00041	2.5417	.89720	120
VAR00042	3.3000	.83616	120
VAR00043	3.2583	.69204	120
VAR00044	2.6000	.96493	120
VAR00045	2.6500	.87591	120
VAR00046	3.1250	1.00053	120
VAR00047	3.6917	.51524	120
VAR00048	3.7333	.44407	120
VAR00049	3.1500	.64365	120
VAR00051	2.8667	.85929	120
VAR00052	3.6000	.52501	120
VAR00053	3.3667	.68518	120
VAR00054	3.6500	.51286	120
VAR00055	2.8750	.82566	120
VAR00056	3.6667	.57003	120
VAR00057	3.4667	.63422	120
VAR00058	2.4917	1.01249	120
VAR00059	3.8500	.38128	120
VAR00060	3.0583	.73674	120
VAR00061	3.2667	.74171	120
VAR00062	2.8000	.83616	120
VAR00063	3.4000	.76036	120
VAR00064	3.4167	.64278	120
VAR00065	3.5917	.57242	120

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00066	3.3083	.78640	120

### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.297	2.450	3.850	1.400	1.571	.118	65
Item Variances	.508	.145	1.298	1.153	8.931	.054	65
Inter-Item Covariances	.085	-.245	.370	.615	-1.507	.005	65
Inter-Item Correlations	.194	-.328	.711	1.039	-2.169	.021	65

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	212.9083	380.034	.290	.928
VAR00002	213.2250	374.159	.352	.928
VAR00003	213.8833	376.054	.307	.928
VAR00004	213.4083	392.479	-.185	.932
VAR00005	213.6833	387.059	-.030	.931
VAR00006	212.6167	379.062	.384	.928
VAR00007	212.9667	376.419	.312	.928
VAR00008	212.6750	376.104	.446	.927
VAR00009	213.0250	374.260	.478	.927
VAR00010	213.1083	372.534	.492	.927
VAR00011	212.7917	374.771	.611	.927
VAR00012	212.5500	379.813	.345	.928
VAR00013	212.8167	374.302	.545	.927
VAR00014	213.1083	368.047	.615	.926
VAR00015	213.3000	377.590	.292	.928
VAR00016	213.0667	369.122	.613	.926
VAR00017	212.7333	381.306	.242	.928
VAR00018	213.2333	370.735	.508	.927
VAR00019	212.4833	381.126	.376	.928
VAR00020	212.6917	375.307	.531	.927
VAR00021	212.7667	375.559	.554	.927
VAR00022	212.7917	374.956	.469	.927
VAR00023	213.1833	375.008	.480	.927

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00024	212.6083	376.627	.532	.927
VAR00025	213.3000	370.985	.535	.927
VAR00026	212.9167	371.405	.595	.926
VAR00027	213.3417	375.555	.358	.928
VAR00028	212.9750	371.588	.532	.927
VAR00029	213.0333	373.478	.441	.927
VAR00030	212.7667	373.727	.534	.927
VAR00031	213.4083	384.496	.046	.930
VAR00032	212.8333	375.838	.397	.928
VAR00033	212.9917	374.479	.517	.927
VAR00034	213.0833	365.943	.450	.928
VAR00035	212.7750	373.621	.564	.927
VAR00036	212.7917	371.931	.537	.927
VAR00037	213.1500	374.616	.393	.928
VAR00038	212.8667	372.587	.567	.927
VAR00039	212.9167	373.506	.588	.927
VAR00040	212.9500	371.695	.644	.926
VAR00041	213.7917	374.418	.335	.928
VAR00042	213.0333	371.209	.464	.927
VAR00043	213.0750	381.650	.175	.929
VAR00044	213.7333	377.710	.219	.929
VAR00045	213.6833	376.487	.283	.929
VAR00046	213.2083	386.872	-.026	.932
VAR00047	212.6417	375.845	.538	.927
VAR00048	212.6000	377.637	.523	.927
VAR00049	213.1833	371.596	.599	.926
VAR00050	214.3333	386.863	.000	.929
VAR00051	213.4667	376.789	.280	.929
VAR00052	212.7333	375.138	.563	.927
VAR00053	212.9667	370.234	.613	.926
VAR00054	212.6833	375.361	.566	.927
VAR00055	213.4583	370.570	.491	.927
VAR00056	212.6667	375.804	.486	.927
VAR00057	212.8667	373.226	.540	.927
VAR00058	213.8417	379.210	.168	.930
VAR00059	212.4833	381.109	.377	.928
VAR00060	213.2750	374.285	.422	.927
VAR00061	213.0667	374.348	.417	.927
VAR00062	213.5333	374.705	.354	.928
VAR00063	212.9333	377.239	.306	.928
VAR00064	212.9167	371.422	.607	.926
VAR00065	212.7417	374.227	.556	.927

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00066	213.0250	370.428	.522	.927

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
214.3333	386.863	19.66883	65



## C-2 Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba Koping stres

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	120	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.849	54

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.938	36

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	3.5500	.54772	120
VAR00002	3.5500	2.71890	120
VAR00003	2.8667	.83950	120
VAR00004	3.6000	1.99327	120
VAR00005	3.0750	.72370	120
VAR00006	3.7333	.44407	120
VAR00007	3.4667	.63422	120
VAR00008	3.5833	.55886	120
VAR00009	3.6583	.54226	120
VAR00010	1.8417	.63505	120
VAR00011	2.8583	.92850	120
VAR00012	3.4833	.62151	120
VAR00013	3.6583	.51033	120
VAR00014	3.3917	.63901	120
VAR00015	3.5500	.56286	120
VAR00016	3.7333	.49761	120
VAR00017	3.5000	.63511	120
VAR00018	2.7667	.93245	120
VAR00019	3.6333	.54900	120
VAR00020	1.4667	.59314	120
VAR00021	3.2000	.77351	120

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00022	3.3833	.63753	120
VAR00023	3.2083	.69688	120
VAR00024	1.4083	.52654	120
VAR00025	3.5833	.55886	120
VAR00026	3.6083	.55452	120
VAR00027	3.2083	.72060	120
VAR00028	2.8667	.77712	120
VAR00029	3.5250	.63461	120
VAR00030	2.9750	.80401	120
VAR00031	2.6083	.93751	120
VAR00032	3.3833	.79053	120
VAR00033	3.4583	.62033	120
VAR00034	3.0083	.90280	120
VAR00035	2.9417	.75921	120
VAR00036	3.4583	.78746	120
VAR00037	2.6500	1.05838	120
VAR00038	3.2750	.82973	120
VAR00039	3.4250	.60339	120
VAR00040	3.3583	.60524	120
VAR00041	3.1750	.80610	120
VAR00042	3.4333	.63157	120
VAR00043	3.5667	.54593	120
VAR00044	3.2000	.83616	120
VAR00045	3.2833	.61060	120
VAR00046	3.3417	.77238	120
VAR00047	3.3167	.66083	120
VAR00048	1.7000	.69331	120
VAR00049	3.5917	.62840	120
VAR00050	3.8917	1.95236	120
VAR00051	3.5500	.60599	120
VAR00052	3.4250	.70607	120
VAR00053	3.6333	.48391	120
VAR00054	2.8917	.90559	120

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	169.9500	228.838	.639	.843
VAR00002	169.9500	212.586	.249	.863
VAR00003	170.6333	228.738	.405	.844
VAR00004	169.9000	225.906	.164	.857

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00005	170.4250	227.087	.556	.842
VAR00006	169.7667	232.517	.518	.845
VAR00007	170.0333	231.511	.405	.845
VAR00008	169.9167	229.136	.608	.843
VAR00009	169.8417	229.227	.622	.843
VAR00010	171.6583	245.471	-.309	.855
VAR00011	170.6417	235.375	.123	.850
VAR00012	170.0167	228.890	.556	.843
VAR00013	169.8417	231.277	.528	.844
VAR00014	170.1083	228.887	.540	.843
VAR00015	169.9500	227.712	.689	.842
VAR00016	169.7667	231.189	.548	.844
VAR00017	170.0000	226.739	.658	.841
VAR00018	170.7333	235.777	.108	.850
VAR00019	169.8667	232.201	.432	.845
VAR00020	172.0333	251.007	-.619	.858
VAR00021	170.3000	234.565	.193	.848
VAR00022	170.1167	226.726	.656	.841
VAR00023	170.2917	233.620	.264	.847
VAR00024	172.0917	250.521	-.664	.858
VAR00025	169.9167	229.220	.603	.843
VAR00026	169.8917	232.551	.406	.845
VAR00027	170.2917	236.544	.120	.849
VAR00028	170.6333	234.385	.199	.848
VAR00029	169.9750	231.167	.423	.845
VAR00030	170.5250	230.537	.350	.845
VAR00031	170.8917	240.635	-.061	.854
VAR00032	170.1167	227.532	.485	.843
VAR00033	170.0417	233.318	.318	.846
VAR00034	170.4917	224.941	.516	.842
VAR00035	170.5583	235.324	.164	.849
VAR00036	170.0417	228.713	.437	.844
VAR00037	170.8500	237.255	.042	.852
VAR00038	170.2250	231.386	.303	.846
VAR00039	170.0750	228.272	.609	.842
VAR00040	170.1417	227.770	.635	.842
VAR00041	170.3250	232.473	.269	.847
VAR00042	170.0667	227.105	.642	.842
VAR00043	169.9333	228.769	.646	.842
VAR00044	170.3000	229.876	.361	.845
VAR00045	170.2167	228.474	.590	.843

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00046	170.1583	227.025	.520	.842
VAR00047	170.1833	231.294	.398	.845
VAR00048	171.8000	244.632	-.248	.855
VAR00049	169.9083	230.084	.485	.844
VAR00050	169.6083	228.660	.123	.858
VAR00051	169.9500	228.569	.589	.843
VAR00052	170.0750	231.835	.344	.846
VAR00053	169.8667	229.377	.690	.843
VAR00054	170.6083	232.761	.223	.848





**LAMPIRAN D. SKALA PENELITIAN**

D-1 Skala Resiliensi  
D-2 Skala Koping Stres

**SKALA PENELITIAN**



**UNISSULA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG**  
**SEMARANG**  
**2021**

Dengan hormat,

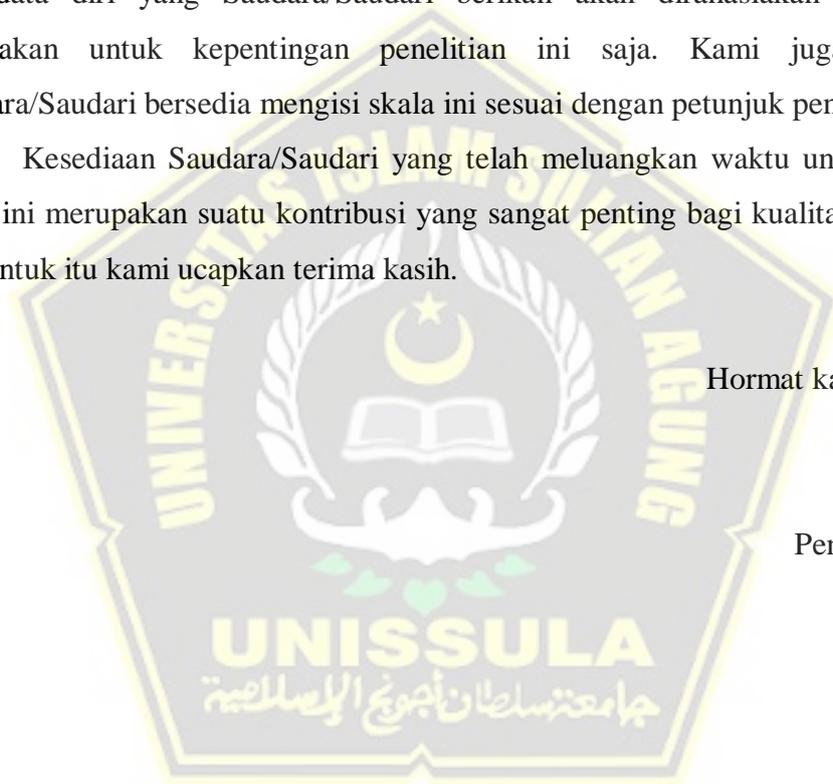
Perkenalkan nama saya Agnesia Fadhila, mahasiswa Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang, memohon bantuan kepada Saudara/Saudari untuk mengisi skala (daftar pertanyaan) ini guna menyelesaikan tugas mata kuliah Skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Dalam mengisi skala ini tidak ada jawaban yang benar ataupun salah. Oleh karena itu, diharapkan Saudara/Saudari bersedia memberikan jawaban anda sendiri secara jujur tanpa mendiskusikannya dengan orang lain. Semua jawaban dan data diri yang Saudara/Saudari berikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini saja. Kami juga berharap Saudara/Saudari bersedia mengisi skala ini sesuai dengan petunjuk pengisian.

Kesediaan Saudara/Saudari yang telah meluangkan waktu untuk mengisi skala ini merupakan suatu kontribusi yang sangat penting bagi kualitas penelitian ini. Untuk itu kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,

Penyusun



## IDENTITAS DIRI

Nama/inisial :

Usia :

Jenis Kelamin : Lk/Pr\*

Jurusan :

\*Coret yang tidak perlu

### PETUNJUK PENGISIAN SKALA

3. Berikut ini ada sejumlah pernyataan. Berilah tanda centang (√) pada salah satu pilihan jawaban yang berada di sebelah kanan.

- Bacalah dengan teliti sebelum mengisi pernyataan yang ada.
- Pilihlah jawaban yang sesuai dengan diri Anda sendiri.
- Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban benar.

Adapun empat pilihan yang disediakan yaitu:

**SS** : Bila pernyataan tersebut **SANGAT SESUAI** dengan diri Anda.

**S** : Bila pernyataan tersebut **SESUAI** dengan diri Anda.

**TS** : Bila pernyataan tersebut **TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

**STS** : Bila pernyataan tersebut **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan diri Anda.

**Contoh :**

**Cara menjawab**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Mencontek merupakan hal biasa bagi saya	√			

**Jika ingin mengganti jawaban**

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1.	Mencontek merupakan hal biasa bagi saya	≠			

4. Usahakan untuk tidak melewati satu nomor pun dalam memberi jawaban pada pernyataan-pernyataan ini.

\*\*\*SELAMAT MENGERJAKAN\*\*\*

## SKALA 1

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya berteriak ketika mengalami tekanan terus-menerus.				
2.	Dalam menghadapi tekanan saya menyanyi untuk menenangkan diri.				
3.	Saya bersembunyi di toilet ketika ada tekanan.				
4.	Saya bisa menahan diri untuk tidak berteriak ketika menghadapi tekanan.				
5.	Ketika sedang menghadapi masalah, saya membanting gayung saat mandi.				
6.	Saya dapat membuat daftar prioritas.				
7.	Saya berjalan mondar-mandir ketika menghadapi tekanan.				
8.	Saya bisa melakukan kegiatan sesuai aturan dengan maksimal.				
9.	Saya membuang semua benda yang ada di kamar ketika munculnya sebuah masalah.				
10.	Saya bisa mengerjakan tugas tepat waktu.				
11.	Ketika menghadapi masalah saya mudah bosan untuk melakukan kegiatan di asrama.				
12.	Ketika ada masalah, saya berdo'a kepada Tuhan Yang Maha Esa untuk mencari solusi.				
13.	Tekanan dapat membuat saya mudah letih selagi olahraga sore.				
14.	Saya selalu berdo'a saat menghadapi permasalahan.				
15.	Saya menghindari masukan dari teman atau senior saat ada permasalahan.				
16.	Saya bersemangat saat melaksanakan aktifitas di asrama.				
17.	Ketika pikiran sedang kalut saya malas mandi.				
18.	Saya selalu datang ke lapangan lebih awal selagi apel pagi.				
19.	Saya mogok makan sebelum menemukan jalan keluar suatu masalah.				

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
20.	Saya dapat mengontrol amarah ketika sedang berada di kelas dengan cara memejamkan mata.				
21.	Ketika berkenalan di dalam kelas saya sering meremas-remas tangan.				
22.	Saya melakukan konsultasi dengan teman sekamar terlebih dahulu sebelum bertindak menyelesaikan masalah.				
23.	Saat bertemu orang baru saya terus menundukan kepala.				
24.	Ketika terjadi masalah saya bisa bergaul dengan baik di lingkungan asrama maupun di luar kampus.				
25.	Terus menggaruk kepala saat mengobrol dengan orang yang baru dikenal.				
26.	Saya mengabaikan pertimbangan dari teman satu kelas saat menyelesaikan masalah.				
27.	Meminta pendapat teman sekamar tentang permasalahan yang saya hadapi.				
28.	Saya mudah menerima informasi yang belum tentu benar untuk menyelesaikan masalah.				
29.	Sebelum menyelesaikan masalah saya menganalisis permasalahannya terlebih dahulu.				
30.	Saya menendang kursi karena terpancing dengan sikap orang lain yang menjengkelkan				
31.	Dengan melihat ekspresi wajah seseorang, saya memahami bagaimana kondisi yang sedang mereka alami.				
32.	Saya acuh tak acuh terhadap adanya permasalahan.				
33.	Jika seorang teman sedang kecewa, saya bisa menemaninya sampai merasa lebih baik.				
34.	Kurang bisa menganalisis permasalahan yang ada.				
35.	Saya akan memberi dukungan moral lewat surat ketika teman mendapatkan hukuman.				
36.	Saya akan berdiam diri di kamar saat menghadapi masalah.				

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
37.	Berusaha membantu ketika orang lain mengalami kesulitan.				
38.	Saat teman mengeluh, akan saya tinggal tidur.				
39.	Saya bisa mengerjakan tugas sesulit apapun dari dosen.				
40.	Saya hanya akan peduli terhadap kelompok saya sendiri.				
41.	Saya memberanikan diri menanyakan solusi kepada ketua kelas saat menghadapi masalah.				
42.	Rasa empati saya kurang terhadap masalah orang lain.				
43.	Ketika ada masalah, saya mencoba meminta bantuan psikologi untuk mencari berbagai solusi.				
44.	Kegagalan memecahkan masalah membuat saya berhenti untuk mencobanya kembali.				
45.	Saya selalu bersikap siap dalam menghadapi keadaan apapun yang terjadi.				
46.	Saya menghindari konsultasi psikologi saat terjadi masalah.				
47.	Saya memilih menerima ajakan berlatih <i>marcing band</i> dari pada menyelesaikan masalah.				
48.	Saya membuang rasa canggung ketika berhadapan dengan orang yang baru saya kenal.				
49.	Jika kesulitan mengerjakan tugas, lebih memilih melakukan hobi saya.				
50.	Saat bertemu orang baru saya berani menyapa terlebih dahulu.				
51.	Saya menolak saat ditunjuk menjadi pemimpin regu saat apel pagi.				
52.	Saya menjalin komunikasi yang baik dengan teman baru.				
53.	Dalam menghadapi tekanan saya akan melamun di kelas untuk mencari bagaimana cara mengatasinya.				

## SKALA 2

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya akan berdiskusi dengan teman untuk mencari solusi permasalahan.				
2.	Tidak dapat mengontrol emosi ketika ada masalah.				
3.	Ketika dalam permasalahan merasa kurang mampu untuk menyelesaikan masalah, maka saya akan meminta bantuan kepada senior.				
4.	Saya malas dalam menyelesaikan masalah.				
5.	Saya menyelesaikan masalah dari yang paling mudah.				
6.	Saya tidak akan berdiskusi dengan teman untuk mencari solusi.				
7.	Saya segera mencari cara untuk menyelesaikan masalah.				
8.	Saya tidak butuh pendapat dari senior dalam menghadapi permasalahan.				
9.	Mencari solusi ketika saya ada kesulitan.				
10.	Saya membiarkan setiap masalah selesai dengan sendirinya.				
11.	Saya akan merencanakan cara yang efektif untuk menyelesaikan masalah.				
12.	Saya tidak peduli dengan masalah saya.				
13.	Saya akan merencanakan strategi untuk memecahkan masalah.				
14.	Saya menginginkan keluarga saya memberi dukungan.				
15.	Selalu menilai negatif dari setiap permasalahan saya.				
16.	Saya harus berpikir positif dari masalah saya.				
17.	Saya selalu mengurung diri di asrama ketika terjadi masalah.				
18.	Meskipun sulit untuk menyelesaikan masalah semoga bisa teratasi.				
19.	Menyelesaikan masalah sampai selesai tanpa mempedulikan diri sendiri.				
20.	Bagi saya tidak ada salahnya mengasah hobi untuk mengurangi beban pikiran.				
21.	Saat masalah muncul saya tidak bisa tenang.				
22.	Saya akan meminta bantuan pihak psikologi untuk menyelesaikan masalah.				

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
23.	Saat ada masalah saya membiarkan tugas-tugas yang menjadi tanggung jawab saya.				
24.	Tetap tenang ketika masalah muncul.				
25.	Meskipun bekerja keras dalam menghadapi masalah saya tidak dapat menyelesaikan masalah.				
26.	Saya sadar masalah yang dihadapi itu merupakan suatu tanggung jawab.				
27.	Ketika tidak bisa menyelesaikan masalah, saya akan membiarkannya.				
28.	Mudah menerima setiap ada permasalahan yang datang.				
29.	Saya menganggap bahwa masalah memperburuk keadaan.				
30.	Dapat menyelesaikan masalah saya sendiri.				
31.	Saya tidak yakin setiap ada masalah merupakan bagian dari proses.				
32.	Menganggap permasalahan menjadikan saya lebih baik.				
33.	Saya tidak dapat memendam amarah.				
34.	Saya yakin setiap ada kesulitan dalam masalah merupakan bagian dari proses.				
35.	Saya tidak butuh pengertian dari orang lain terhadap masalah saya.				
36.	Masalah bagi saya merupakan pelajaran hidup.				



UNISSULA

جامعة سلطان أبي بكر الإسماعيلية



E1- Tabulasi Skala Penelitian Resiliensi

NO	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	29	30	
1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	4	4	3		
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	
4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	
5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
6	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	
7	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	4	
8	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	
9	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
11	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	2
12	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	
13	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	
14	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	
15	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
16	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	
17	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	2	3	2	4	3	4	4	3	4	4	4	
18	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	
20	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	
21	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	3	
22	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	



NO	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	29	30	
23	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	4	2	
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
25	4	4	4	1	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	3	3	3	2	2	4	4	
26	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	2	4	1	1	1	2	3	1	1	
27	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	
28	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	
29	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4
30	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	4	2	3	4	3	4	4	4	
31	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	1	4	3	4	3	1	3	4	4	
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
33	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
34	3	3	4	3	4	2	1	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	4	1	4	2	3	2	3	4	2	3	3	
35	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	
36	1	4	4	2	3	2	2	3	4	1	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	1	2	3	
37	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	
38	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4	3	2	4	3	4	
39	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
40	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	
41	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
42	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	
43	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
44	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	
45	4	4	4	4	4	2	2	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	1	3	2	3	4	2	3	3	4	

NO	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	29	30
46	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
47	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3
48	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
49	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	3	3
50	2	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	
51	3	4	3	3	4	2	2	2	4	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4
52	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
53	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3
54	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4
55	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
56	2	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4
57	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	2	2	4	3	3	3	4	3
58	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
59	4	3	4	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4
60	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
61	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
62	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
63	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3
64	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	2	4	2	3	4	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
65	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
66	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
67	4	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4
68	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	2	3	3	4	4	2	3	3	4

NO .	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	29	30	
69	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	2	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	
70	2	4	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	4	4	4	3	3	2	4	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	
71	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
72	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	3	4	3	2	
73	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	1	4	2	4	3	4	3	2	2	4	4	
74	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	
75	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	1	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	
76	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3		
77	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3		
78	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	
79	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	1	4	4	4	
80	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	
81	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
82	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	
83	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	
84	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	3	3	2	3	4	4	
85	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	
86	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
88	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4
89	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	4	4	
90	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	
91	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4

NO .	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	29	30	
92	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
93	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
94	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	
95	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	2	3	2	4	3	4	3	2	3	3	4	
96	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	
97	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	1	4	4	4	3	3	4	
98	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	2	4	3	3	3	4	
99	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	
100	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	
101	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	4	4	1	4	4	2	4	3	4	2	3	4	4	4	1	4	3	4	
102	4	2	3	4	3	3	2	3	4	4	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	
103	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
105	2	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	
106	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	
107	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
108	3	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	
109	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	
110	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	
111	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	1	3	4	
112	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
113	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	
114	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	

NO	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	29	30	
115	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3
116	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	
117	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	
118	2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	



E1- Tabulasi Skala Penelitian Resiliensi

No	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
1	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
4	4	4	3	3	2	3	4	4	2	4	4	4	4	1	4	3	3	4	3	3	4	4	4
5	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	2
7	4	3	4	3	2	2	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	2	3	2	2	3	3	4
8	3	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3
9	3	4	3	4	1	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4
10	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
11	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
12	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2
13	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	1	4	4	3	3	3	3	4	4	3
14	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
15	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
16	4	3	4	3	3	2	4	4	2	4	3	3	2	4	4	2	2	4	3	3	4	4	4
17	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	1	2	3	3	3	4	4	3	4
18	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4
19	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	3	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4
21	3	2	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	1	4	3	4	3
22	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	3	3	2	4	4	4	3
23	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4



No	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
24	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3
26	2	3	2	3	3	1	1	4	2	4	1	1	3	2	1	4	4	4	3	1	1	1	2
27	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
28	3	3	4	3	2	1	4	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
29	3	4	4	2	2	2	4	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3
30	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	3
31	4	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	4	1	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4
32	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4
34	3	2	3	2	2	1	4	4	1	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1
35	3	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2
36	4	4	3	1	3	4	4	4	2	4	4	4	2	4	3	2	2	4	2	4	4	4	3
37	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
38	4	4	4	4	1	2	4	4	3	4	2	4	1	4	4	4	4	3	1	2	1	3	4
39	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
40	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	3	2	1	3	4	3	4	4
41	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
42	3	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3
43	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
44	3	1	3	3	2	3	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3
45	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	3
46	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4
47	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	2	4	4	4	3

No	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
48	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
49	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3
50	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3
51	4	2	4	2	2	1	3	3	2	3	3	2	1	3	3	1	1	3	1	3	2	2	2
52	4	2	4	3	1	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4
53	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	1	4	3	3	2	2	2	3	4	3	3
54	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2
55	4	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4
56	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3
57	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	1	2	3
58	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	1	3	2	3	3	3	4
59	3	3	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
60	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4
61	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
62	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
63	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2
64	4	3	4	4	4	2	3	4	2	3	4	4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2
65	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	4	4
66	4	4	3	4	1	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
67	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	4
68	4	4	3	4	2	4	4	4	3	3	3	4	1	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2
69	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3
70	3	3	3	3	2	2	4	4	2	4	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3
71	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

No	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
72	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3
73	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4
74	4	2	3	3	1	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	1	4	2	3	3	3	2
75	4	3	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
76	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	2	3	4	4	4	2
77	3	4	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3
78	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	2	3	2	4	3	4
79	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
80	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
81	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	2	4	4	4	2
82	4	2	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4
83	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
84	3	3	3	3	2	2	4	3	2	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
85	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4
86	3	4	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	3	2	4	1	4	4	4	3
87	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
88	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
89	3	4	4	4	2	3	4	4	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	4	3	4
90	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3
91	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	1	1	4	4	4	4
92	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4
93	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	1	3	4	4	4
94	2	4	3	3	2	3	3	4	2	4	3	4	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2
95	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	1	1	4	4

No	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53
96	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4
97	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	2	4	2	3	3	3	2	3	4	4	3
98	3	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2
99	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4
100	3	2	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4
101	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	1	4	1	3	4	4	1	3	3	3	4	3	1
102	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	1	4	4	2	3	1	4	2	3	2
103	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
105	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	2	4	2	4	3	4	2
106	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3
107	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
108	3	4	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
109	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4
110	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4
111	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	3
112	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3
113	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	4
114	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4
115	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
116	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3
117	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	1	4	4	4	4
118	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3



**LAMPIRAN F. UJI NORMALITAS, LINIERITAS, HIPOTESIS DAN  
KATEGORISASI**

F-1 Uji Daya Beda Item dan Estimasi Reliabilitas Skala Resiliensi

F-2 Uji Daya Beda Item dan Estimasi Reliabilitas Skala Koping Stres

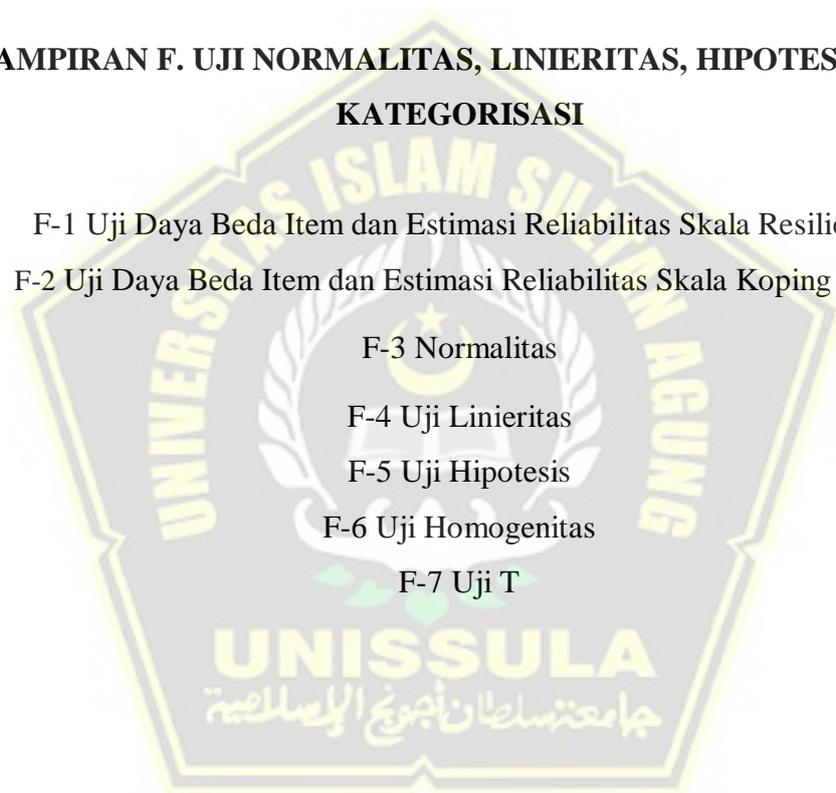
F-3 Normalitas

F-4 Uji Linieritas

F-5 Uji Hipotesis

F-6 Uji Homogenitas

F-7 Uji T



## F-1 Uji Daya Beda Item dan Estimasi Reliabilitas Skala Resiliensi

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	118	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	118	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.945	53

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	174.1102	331.039	.392	.945
VAR00002	173.9915	333.256	.372	.945
VAR00003	173.7458	330.225	.576	.944
VAR00004	174.1695	327.116	.560	.944
VAR00005	173.6949	331.821	.532	.944
VAR00006	174.2627	327.819	.535	.944
VAR00007	174.1610	327.299	.525	.944
VAR00008	173.9831	327.145	.716	.943
VAR00009	173.7034	333.971	.372	.945
VAR00010	174.0593	328.518	.600	.943
VAR00011	174.2966	322.809	.660	.943
VAR00012	173.6441	332.966	.536	.944
VAR00013	174.2203	332.088	.319	.945
VAR00014	173.7203	331.776	.541	.944
VAR00015	173.9237	332.823	.388	.945
VAR00016	173.8814	330.430	.587	.944
VAR00017	173.8305	329.168	.563	.944
VAR00018	174.2542	326.670	.674	.943
VAR00019	173.7712	330.640	.521	.944
VAR00020	174.4153	334.518	.253	.946
VAR00021	173.9068	327.795	.592	.943
VAR00022	174.4322	331.991	.337	.945
VAR00023	174.0169	331.983	.380	.945

VAR00024	174.2627	330.554	.408	.944
VAR00025	173.8390	329.264	.616	.943
VAR00026	173.8814	329.952	.536	.944
VAR00027	174.2034	331.907	.384	.945
VAR00028	174.2373	327.806	.510	.944
VAR00029	173.9237	327.934	.641	.943
VAR00030	173.9153	329.941	.481	.944
VAR00031	173.9746	331.478	.505	.944
VAR00032	174.0339	331.452	.426	.944
VAR00033	174.0254	331.410	.545	.944
VAR00034	174.0339	328.153	.626	.943
VAR00035	174.8983	335.391	.186	.946
VAR00036	174.2119	321.621	.639	.943
VAR00037	173.7797	331.045	.575	.944
VAR00038	173.7288	337.054	.271	.945
VAR00039	174.4237	324.110	.668	.943
VAR00040	173.8559	334.176	.412	.944
VAR00041	174.0847	328.198	.594	.943
VAR00042	173.8051	328.637	.621	.943
VAR00043	174.7797	330.857	.321	.945
VAR00044	173.9746	329.957	.440	.944
VAR00045	174.0424	326.861	.605	.943
VAR00046	174.2458	336.409	.212	.946
VAR00047	174.5678	332.077	.340	.945
VAR00048	174.2373	331.174	.413	.944
VAR00049	174.7458	330.533	.364	.945
VAR00050	174.0508	327.724	.607	.943
VAR00051	173.9746	325.888	.614	.943
VAR00052	173.8898	327.176	.712	.943
VAR00053	174.2119	327.348	.483	.944

## F-2 Uji Daya Beda Item dan Estimasi Reliabilitas Skala Koping Stres

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
120.7712	155.597	12.47384	36

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	118	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	118	100.0

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

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	36

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	117.1949	148.466	.514	.908
VAR00002	117.3559	145.821	.467	.908
VAR00003	118.6017	165.814	-.505	.923
VAR00004	117.2203	145.438	.637	.906
VAR00005	117.9831	144.410	.414	.910
VAR00006	117.2797	145.913	.589	.907
VAR00007	117.2119	145.621	.673	.906
VAR00008	117.4068	146.483	.541	.907
VAR00009	117.2203	147.113	.565	.907
VAR00010	117.4322	147.615	.463	.908
VAR00011	117.1610	148.324	.568	.908
VAR00012	117.1102	147.706	.478	.908
VAR00013	117.1864	146.444	.653	.907
VAR00014	117.1102	149.518	.466	.909
VAR00015	117.3898	149.180	.394	.909
VAR00016	117.2203	147.541	.521	.908

VAR00017	117.1186	146.191	.576	.907
VAR00018	117.3390	146.585	.549	.907
VAR00019	117.7881	148.681	.314	.911
VAR00020	117.2458	149.657	.325	.910
VAR00021	117.8136	146.785	.387	.910
VAR00022	117.9831	147.350	.352	.910
VAR00023	117.4661	146.114	.471	.908
VAR00024	117.2966	145.766	.599	.907
VAR00025	117.4492	145.908	.542	.907
VAR00026	117.1864	145.350	.716	.906
VAR00027	117.2712	144.490	.683	.906
VAR00028	117.6441	147.958	.413	.909
VAR00029	117.5932	147.218	.341	.911
VAR00030	117.5000	149.056	.395	.909
VAR00031	117.4831	147.876	.405	.909
VAR00032	117.3644	145.652	.515	.908
VAR00033	117.4746	146.508	.424	.909
VAR00034	117.2966	144.809	.663	.906
VAR00035	117.4915	147.158	.387	.910
VAR00036	117.1017	147.562	.590	.907



### F-1 Uji Normalitas

Variabel	Mean	Standar Deviasi	KS-Z	Sig	<i>p</i>	Keterangan
Resiliensi	177,42	18,505	0,065	0,200	>0,05	Normal
Koping Stres	120,77	12,473	0,058	0,200	>0,05	Normal

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		RESILIENSI	KOPING STRES
N		118	118
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	177.4237	120.7712
	Std. Deviation	18.50544	12.47384
Most Extreme Differences	Absolute	.065	.058
	Positive	.065	.052
	Negative	-.058	-.058
Test Statistic		.065	.058
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

## F-2 Uji Linieritas

### Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
RESILIENSI * KOPING STRES	118	100.0%	0	0.0%	118	100.0%

### Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KOPING STRES <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: RESILIENSI

b. All requested variables entered.

### Model Summary<sup>b</sup>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.883 <sup>a</sup>	.779	.778	8.72881	2.089

a. Predictors: (Constant), KOPING

b. Dependent Variable: RESILIENSI

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	31228.521	1	31228.521	409.865	.000 <sup>b</sup>
	Residual	8838.293	116	76.192		
	Total	40066.814	117			

a. Dependent Variable: RESILIENSI

b. Predictors: (Constant), KOPING

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	19.246	7.854		2.450	.016
	KOPING	1.310	.065	.883	20.245	.000

a. Dependent Variable: RESILIENSI

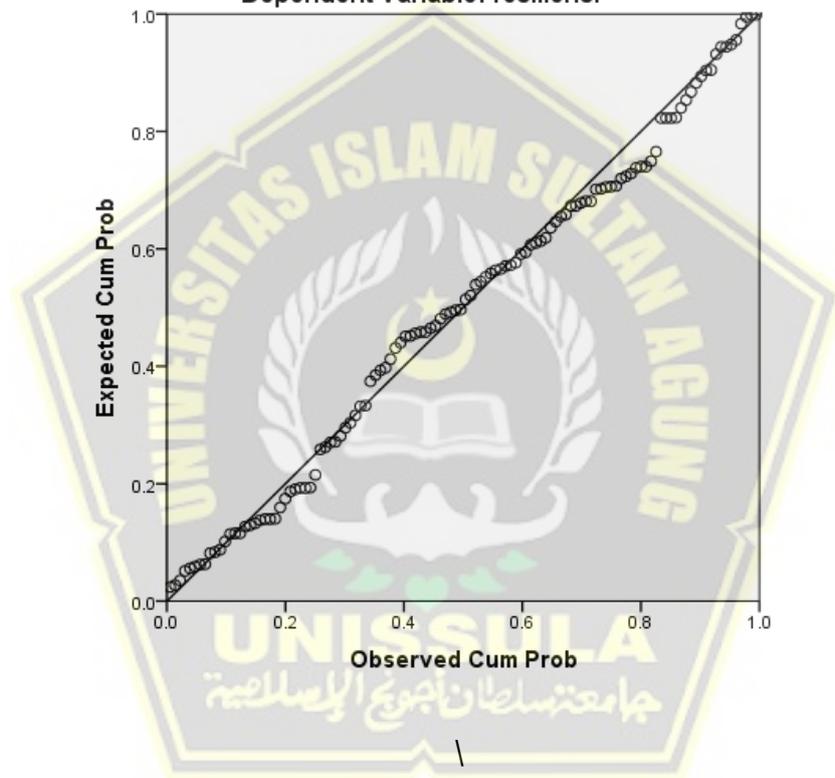
### Residuals Statistics<sup>a</sup>

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	112.2368	203.9181	177.4237	16.33739	118
Residual	-17.27207	26.96685	.00000	8.69143	118
Std. Predicted Value	-3.990	1.622	.000	1.000	118
Std. Residual	-1.979	3.089	.000	.996	118

a. Dependent Variable: RESILIENSI

### Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Dependent Variable: resiliensi



### F-3 Uji Hipotesis

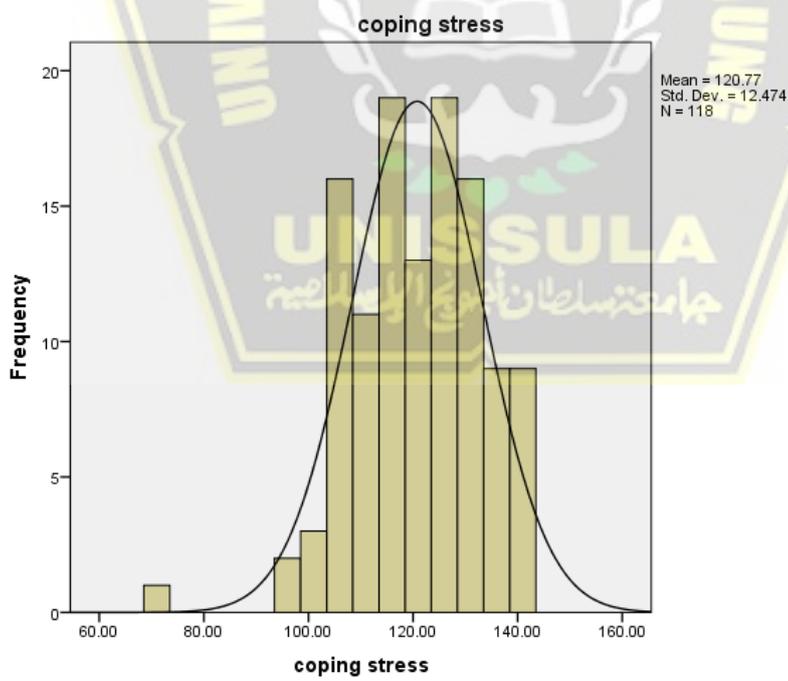
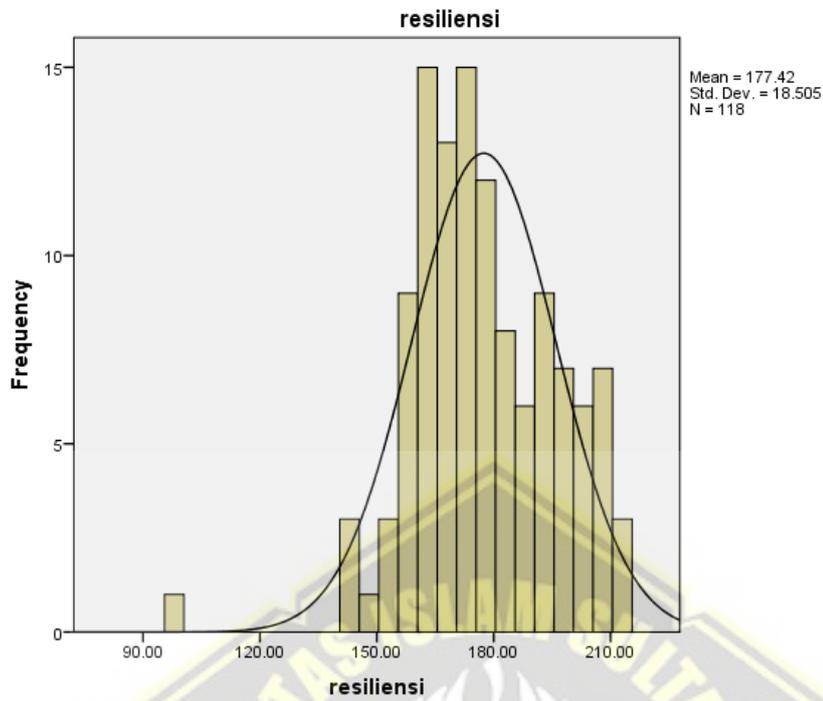
#### Descriptive Statistics

	N	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
resiliensi	118	177.4237	1.70356	18.50544
koping stres	118	120.7712	1.14831	12.47384
Valid N (listwise)	118			

#### Correlations

		RESILIEN SI	KOPING STRES
RESILIENSI	Pearson Correlation	1	.996**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	118	118
KOPING STRES	Pearson Correlation	.996**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	118	118

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





**LAMPIRAN G. SURAT KETERANGAN**

G-1 Surat Izin Penelitian

G-2 Surat Balasan Izin Penelitian

## G-1 SURAT IZIN PENELITIAN



YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)**  
 Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455  
 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

FAKULTAS PSIKOLOGI

Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah

Nomor : 1151/C.1/Psi-SA/XII/2021  
 Lampiran : -  
 Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Semarang, 06 Jumadil Awal 1443 H  
 10 Desember 2021 M

Kepada Yth. : Direktur  
 Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang  
 Jl. Singosari 2A  
 Semarang

*Assalamualaikum wr. wb.*

Pimpinan Fakultas Psikologi UNISSULA dengan hormat memohonkan izin untuk mahasiswa berikut :

Nama : Agnesia Fadhila  
 Nim : 30701601793  
 Nomor Telepon/HP : 0895362178880  
 Alamat : Kasilib RT 02 / RW 03 Kecamatan Wanadadi, Kabupaten Banjarnegara  
 Keperluan : Permohonan izin melakukan penelitian  
 Judul/Tema : Hubungan Coping Stress Dengan Resiliensi Pada Taruna Tingkat I Di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang.  
 Subyek/Data : Taruna dan Taruni  
 Dosen Pembimbing : 1. Ruseno Arjangi, S.Psi, MA, Psi.  
 2. Anisa Fitriani, S.Psi, M.Psi, Psi.  
 Waktu Pelaksanaan : 11 Oktober 2021 – Selesai  
 Keterangan lainnya : Diajukan dalam rangka menyelesaikan skripsi

Demikian, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr. wb.*

a.n. Dekan  
 Wakil Dekan I  
 Fakultas Psikologi UNISSULA



Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi  
 NIK. 210700011

## G-2 SURAT BALASAN IZIN PENELITIAN

	<b>KEMENTERIAN PERHUBUNGAN</b> <b>BADAN PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA PERHUBUNGAN</b> <b>POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG</b>	
	<small>JALAN SINGOSARI 2A SEMARANG KODE POS 50242</small>	<small>TELP. (62) 024 - 8311527 (62) 024 - 8311528</small>

---

Nomor : 19.114 / 1 / 20 / PIP.Smg-2021 Semarang, 13 Oktober 2021  
 Klasifikasi : Biasa  
 Lampiran : -  
 Hal : Izin Pengambilan Data Penelitian

Yth. Dekan Fakultas Psikologi  
 Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA)

Menindaklanjuti surat Dekan Fakultas Psikologi Unissula Nomor 917/C.1/Psi-SA/X/2021 Perihal Permohonan Izin Pengambilan Data dan Penyebaran Angket, untuk penyusunan Tugas Akhir dari mahasiswa :

Nama : AGNESIA FADHILA  
 NIM : 30701601793  
 Program Studi : S-1 Psikologi  
 Judul : Hubungan Coping Stress dengan Resiliensi pada Taruna Tingkat I di Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang

Sehubungan butir 1 (satu) di atas, pada prinsipnya Pengambilan Data Penelitian mahasiswa bersangkutan di PIP Semarang, dapat dilaksanakan..

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya, diucapkan terima kasih.

DIREKTUR POLITEKNIK ILMU PELAYARAN SEMARANG  
  
 Capt. DIAN WAHDIANA, M.M.  
 NIP. 19700711 199803 1 003





**LAMPIRAN I. DOKUMENTASI**  
**H-1 DOKUMENTASI TRY OUT**  
**H-2 DOKUMENTASI PENELITIAN**

### H-1 DOKUMENTASI TRY OUT





## H-2 DOKUMENTASI PENELITIAN



