

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN .....	iii
PERSEMBAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. RUMUSAN MASALAH PENELITIAN .....	8
C. TUJUAN PENELITIAN.....	8
D. MANFAAT PENELITIAN.....	8
1.Manfaat teoritis .....	8
2.Manfaat praktis .....	8
BAB II.....	9
LANDASAN TEORI.....	9
A. Stres.....	9
1. Pengertian Stres .....	9
2. Tingkat Stres .....	10
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres .....	13
4. Respon terhadap stres .....	14
5. Aspek-aspek stres.....	15
B. Problem Focused Coping .....	16
1. Problem Focused Coping.....	16
2. Faktor-faktor mekanisme coping .....	18

C. Optimisme.....	20
1. Optimisme.....	20
2. Faktor – faktor optimisme.....	22
3. Aspek – aspek optimisme .....	23
4. Ciri – ciri optimisme .....	24
D. Hubungan Antara <i>Problem-Focused Coping</i> dan Optimisme dengan Stres Pada Mahasiswi Aktivistis Organisasi Intra Kampus.....	25
E. Hipotesis .....	27
BAB III .....	29
METODE PENELITIAN.....	29
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	29
B. Definisi Operasional .....	29
1. Stres Pada Mahasiswi Aktivistis Organisasi Intra Kampus.....	29
2. Problem-Focused Coping.....	30
3. Optimisme.....	30
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	31
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	31
D. Metode Pengumpulan Data.....	32
1. Skala Stres.....	32
2. Skala Problem Focused Coping .....	33
3. Skala optimisme.....	34
E. Analisis Data .....	35
F. Uji Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas .....	36
1. Uji Validitas .....	36
2. Uji Daya Beda Aitem.....	36
3. Estimasi Reliabilitas.....	37
BAB IV .....	38
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	38
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian .....	38

1. Orientasi Kacah.....	38
2. Persiapan Penelitian .....	38
B. Pelaksanaan Penelitian.....	45
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	45
1. Uji Asumsi .....	45
2. Uji Hipotesis .....	47
D. Deskripsi Variabel Penelitian .....	48
1. Deskripsi Data Skor Skala Stres .....	49
2. Deskripsi Data Skor Skala Problem Focused Coping.....	50
3. Deskripsi Data Skor Skala Optimisme.....	51
E. Pembahasan.....	53
F. Kelemahan Penelitian .....	55
BAB V.....	56
KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan Penelitian .....	56
B. Saran .....	56
DAFTAR PUSTAKA .....	58

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> <i>Blue Print</i> Skala Stres.....	33
<b>Tabel 2.</b> <i>Blue Print</i> Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	34
<b>Tabel 3.</b> <i>Blue Print</i> Skala Optimisme.....	35
<b>Tabel 4.</b> Sampel <i>Try Out</i> Dan Penelitian.....	38
<b>Tabel 5.</b> Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	41
<b>Tabel 6.</b> Distribusi Sebaran Aitem Skala Optimisme.....	41
<b>Tabel 7.</b> Distribusi Sebaran Aitem Skala Stres .....	42
<b>Tabel 8.</b> Sebaran Nomor Aitem Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	43
<b>Tabel 9.</b> Sebaran Nomor Aitem Skala Optimisme .....	44
<b>Tabel 10.</b> Sebaran Nomor Aitem Skala Stres .....	44
<b>Tabel 11.</b> Hasil Uji Normalitas.....	46
<b>Tabel 12.</b> Norma Kategori Skor .....	49
<b>Tabel 13.</b> Deskripsi Skor Skala Stres .....	49
<b>Tabel 14.</b> Kategorisasi Distribusi Normal .....	50
<b>Tabel 15.</b> Deskripsi Skor Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	51
<b>Tabel 16.</b> Kategorisasi Distribusi Normal .....	51
<b>Tabel 17.</b> Deskripsi Skor Skala Optimisme .....	52
<b>Tabel 18.</b> Kategorisasi Distribusi Normal .....	52

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b> Rentang Skor Skala Stres .....	50
<b>Gambar 2.</b> Rentang Skor Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	51
<b>Gambar 3.</b> Rentang Skor Skala Optimisme.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Skala Uji Coba Dan Skala Penelitian .....	62
<b>Lampiran 2.</b> Tabulasi Data Uji Coba Dan Penelitian .....	80
<b>Lampiran 3.</b> Reliabilitas Dan Uji Daya Beda Aitem Skala <i>Problem Focused Coping</i> , Optimisme, Dan Stres .....	90
<b>Lampiran 4.</b> Analisis Data.....	102
<b>Lampiran 5.</b> Surat Keterangan Penelitian.....	122