

**GAMBARAN STRATEGI *COPING STRESS* MENGHADAPI BELAJAR DARI
RUMAH DALAM SITUASI PANDEMI COVID-19 PADA SISWA KELAS XI
DI SMA “X”**

SKRIPSI



Disusun Oleh :
ANDRE FIRMANSYAH THAHARAH RAMADHAN
16711007

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK
GRESIK
2020

KATA PENGANTAR

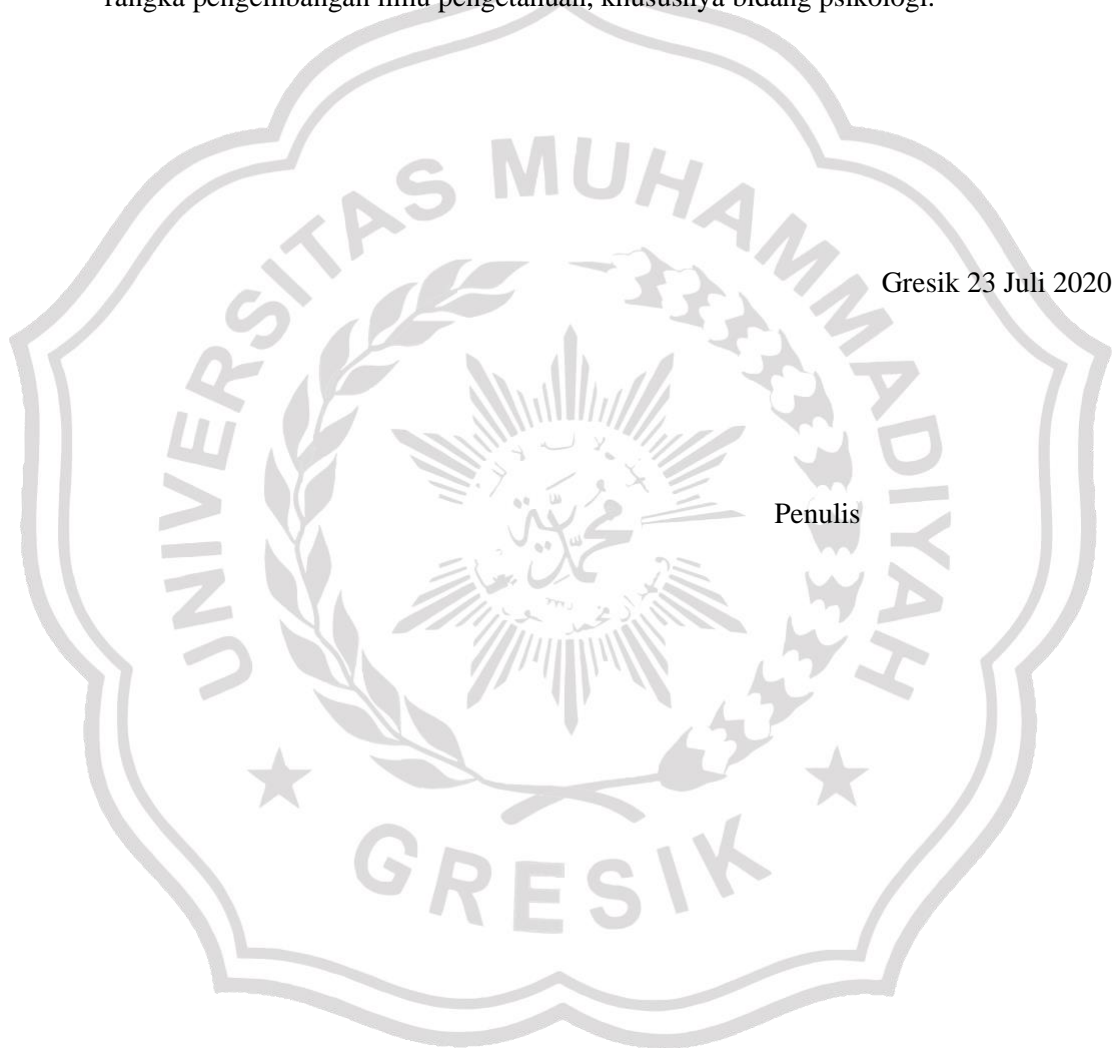
Alhamdulillah Robbul Aalamiin, segala puji syukur atas nikmat Allah yang tak terhingga dilimpahkan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul “Gambaran Strategi *Coping Stress* Menghadapi Belajar Dari Rumah Dalam Situasi Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI Di SMA “X”. Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Nadhirotul Laily, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Bapak Awang S. Wicaksono, M.Psi selaku Kepala Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Nadhirotul Laily, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi I dan ibu Dra. DRE. Haniwati, M.Si., Psikolog., selaku dosen pembimbing II skripsi.
4. Seluruh dosen dan civitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
5. Bapak Muhammad Muslich, M. Pd. selaku bidang kurikulum SMA Negeri 1 Kebomas yang telah memberikan izin serta membantu penelitian ini.
6. Para murid yang telah berkenan menjadi responden dalam penelitian yang telah dilakukan.
7. Ibu dan Ayah terimakasih untuk mendoakan anaknya dan mendukung setiap langkah yang saya lalui hingga saat ini tanpa perlu diminta terlebih dahulu
8. Kakak-kakakku, Anne, Ade, Astrid, Asti, Ayub yang selalu menjadi penghibur dan penyemangat dalam menyelesaikan skripsi.
9. Maulidia Putri Arfiyani, selama dua tahun terima kasih telah menjadi pendamping hidup saya serta memberi waktu dan perhatiannya yang membuat saya menjadi lebih baik dari sebelumnya.
10. Nolla Gladisia dan Eka Nur Fajariyah A. S. Terima kasih atas waktu dan segala bantuannya yang tak terhingga dalam proses penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik Angkatan 2016 yang saling mendukung dan menyemangati dalam setiap hal

12. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini yang tidak mungkin penulis sebutkan satu per-satu.
13. Penulis menyadari bahwa didalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik 23 Juli 2020

Penulis



ABSTRAK

Andre Firmansyah Thaharah Ramadhan (16711007). Gambaran Strategi *Coping Stress* Menghadapi Belajar Dari Rumah Dalam Situasi Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas XI Di SMA “X”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan gambaran strategi *coping stress* menghadapi belajar dari rumah dalam situasi pandemi Covid-19 pada siswa kelas XI MIPA di SMA “X” yang meliputi aspek stres siswa, bentuk strategi *coping stress* siswa, dan faktor yang mempengaruhi strategi *coping stress*. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan metode fenomenologi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua siswa kelas XI MIPA di SMA “X” yang menghadapi belajar dari rumah dalam situasi pandemi Covid-19. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Hubberman. Teknik kredibilitas yang digunakan yaitu menggunakan triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping stress* dilihat dari (1) aspek stres, menunjukkan bahwa subjek mengalami gangguan pada aspek biologis, psikologis dan juga perilaku sosial selama menjalani program belajar dari rumah. (2) strategi *coping stress* yang digunakan adalah *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. (3) faktor yang mempengaruhi strategi *coping stress* meliputi kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif subjek, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan materi yang dimiliki oleh subjek. Disarankan bagi peneliti selanjutnya yang akan mengangkat tema penelitian yang sama untuk dapat lebih dalam menggali strategi *coping stress* dan lebih menangkap fenomena yang terjadi pada murid dalam menghadapi belajar dari rumah sehingga hal-hal yang belum dapat tergambar dalam penelitian ini dapat diangkat menjadi sebuah isu temuan yang lebih tajam dan lebih menarik.

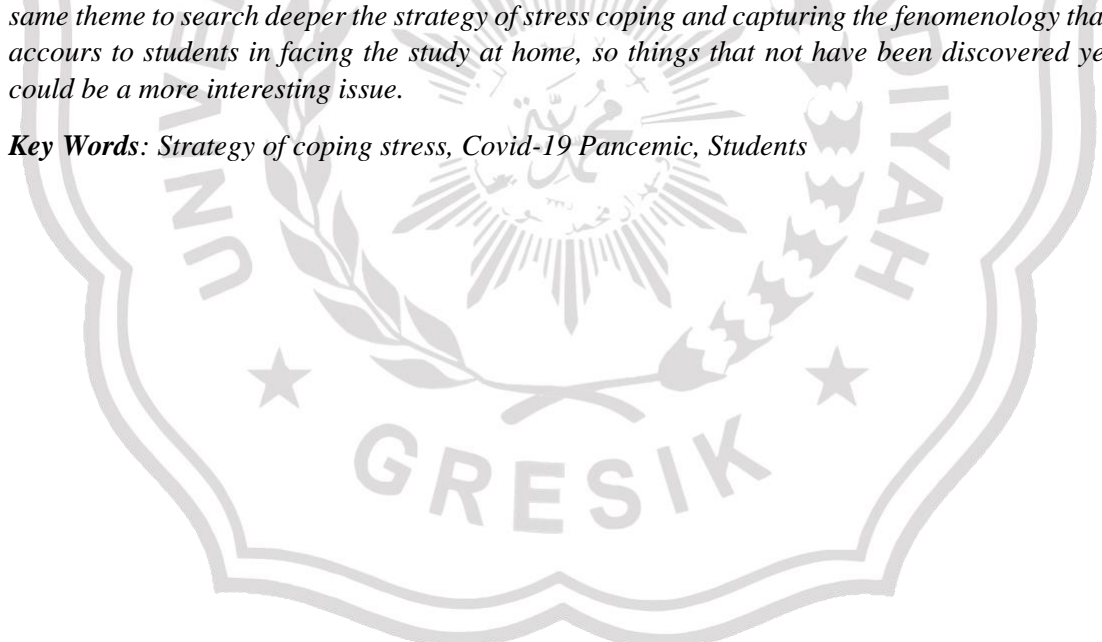
Kata kunci: Strategi *coping stress*, Pandemi Covid-19, Siswa

ABSTRACT

Andre Firmansyah Thaharah Ramadhan (16711007). *An Overview Of Stress Coping Strategies In Facing Learning From Home In A Covid-19 Pandemic Situation For Class XI Students In High School "X"*

The purpose of this research is to describe the strategy of coping stress to encounter studying at home in Covid-19 pandemic situation on XI MIPA grade students in SMA "X" that involve the aspect of stress, the strategy of coping stress, and the factor that affect the coping strategy. This research is using qualitative with fenomenology method. The subject in this research are two students XI MIPA grade in SMA "X" that encounter studying at home in Covid-19 pandemic situation. Data collection technique is using interview and observation. Data analysis technique is using Miles and Huberman model. Credibility technique is using triangulation of source. Result of the research shows that the strategy of coping stress seen from (1) Stress aspect, shows that subject encounter problems in biology aspect, psychology aspect and also social behaviour during studying at home. (2) The strategy of coping stress used is problem focused coping and emotion focused coping. (3) The factor that affect the coping strategy is physical health, faith or positive outlook, problem solving skills, social behavior, social support, and wealth. Suggested for the next researcher that will using the same theme to search deeper the strategy of stress coping and capturing the fenomenology that accours to students in facing the study at home, so things that not have been discovered yet could be a more interesting issue.

Key Words: *Strategy of coping stress, Covid-19 Pancemic, Students*



DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan	v
Pernyataan Keaslian Skripsi	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
Abstrak	xiii
Abstract	xiv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Penelitian Terdahulu	6
1.3 Fokus Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1 Stres	10
2.1.1 Pengertian Stres	10
2.1.2 Stres Akademik	11
2.1.3 Aspek Stres Akademik	11
2.1.4 Jenis-jenis Stres	13
2.1.5 Faktor Yang Mempengaruhi Stres	14
2.2 <i>Coping Stress</i>	15
2.2.1 Pengertian <i>Coping Stress</i>	15
2.2.2 Strategi <i>Coping Stress</i>	15
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Strategi <i>Coping Stress</i>	17
2.3 Belajar dari rumah	19

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Tipe Penelitian	20
3.2	Batasan Konsep.....	20
3.3	Unit Analisis dan Subjek Penelitian.....	21
3.3.1	Unit Analisis	21
3.3.2	Subjek Penelitian	21
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	22
3.4.1	Wawancara	22
3.4.2	Observasi	25
3.4.3	Peralatan Pengumpulan Data	25
3.5	Teknik Analisis Data.....	25
3.6	Teknik Kredibilitas Data.....	26

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

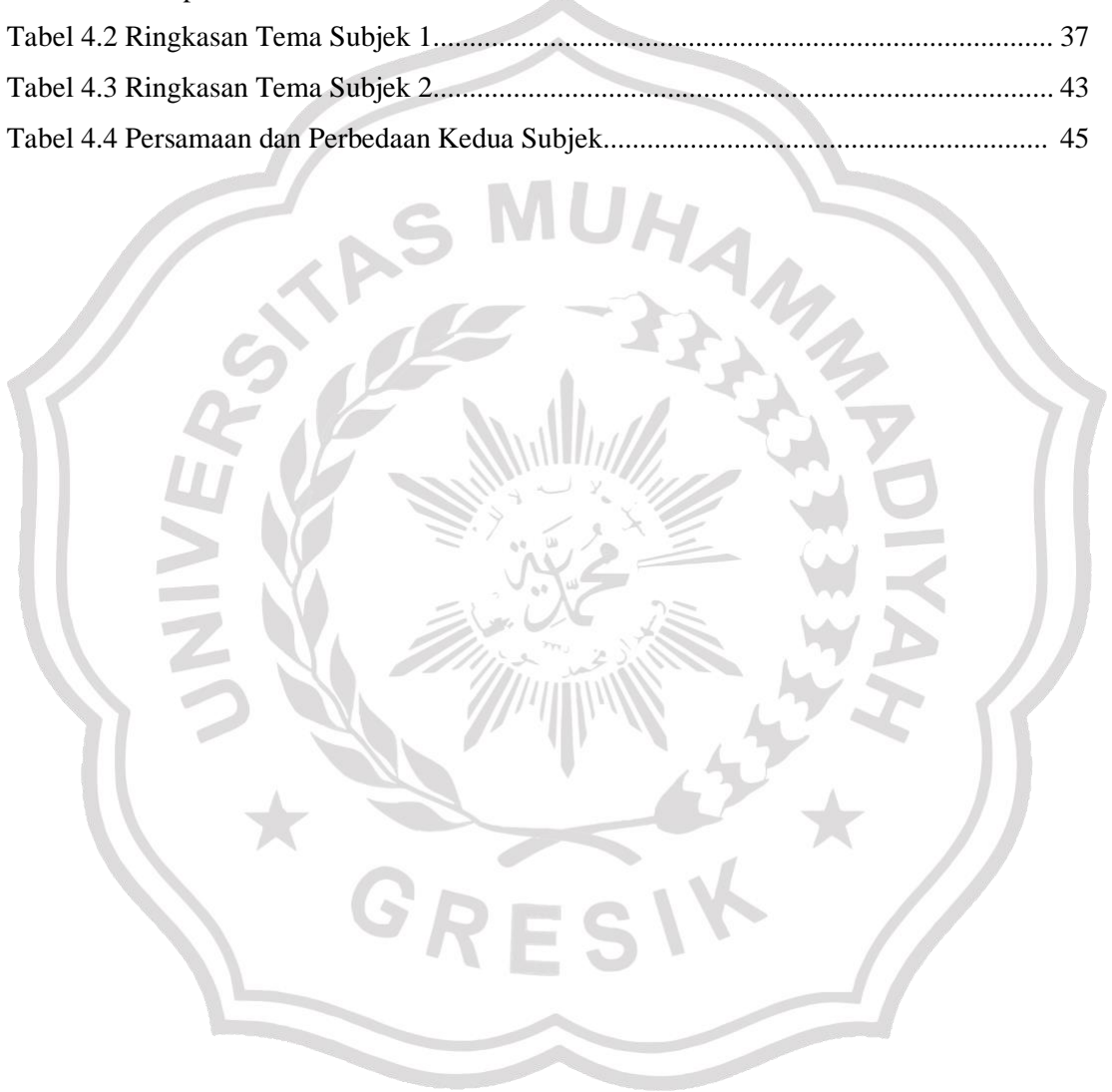
4.1	Gambaran Umum Penelitian.....	28
4.1.1	Persiapan Penelitian.....	28
4.1.2	Pelaksanaan Penelitian.....	29
4.1.3	Gambaran Subjek Penelitian.....	29
4.1.4	Gambaran Lokasi Penelitian.....	30
4.1.5	Psikodinamika Subjek 1	30
4.1.6	Psikodinamika Subjek 2	31
4.2	Hasil Penelitian	31
4.2.1	Deskripsi Temuan Subjek 1	31
4.2.2	Deskripsi Temuan Subjek 2.....	38
4.2.3	Analisis Persamaan dan Perbedaan	44
4.3	Pembahasan.....	46

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan	52
5.2	Saran.....	53
	Daftar Pustaka	54
	Lampiran	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Wawancara Aspek Stres.....	4
Tabel 3.1 Pedoman Wawancara.....	22
Tabel 4.1 Tahapan Pelaksanaan Penelitian.....	29
Tabel 4.2 Ringkasan Tema Subjek 1.....	37
Tabel 4.3 Ringkasan Tema Subjek 2.....	43
Tabel 4.4 Persamaan dan Perbedaan Kedua Subjek.....	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 2 : Surat Keterangan Selesai Penelitian.....	59
Lampiran 3 : Kartu Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	60
Lampiran 4 : Hasil Cek Plagiasi.....	62
Lampiran 5 : Instrumen Pengumpulan Data.....	63
Lampiran 6 : Pedoman Wawancara.....	64
Lampiran 7 : Panduan Observasi	67
Lampiran 8 : Hasil Wawancara Subjek 1.....	68
Lampiran 9 : Hasil Wawancara Subjek 2.....	82
Lampiran 10 : Hasil Observasi.....	98
Lampiran 11 : Pedoman Wawancara <i>Significant Other</i>	100
Lampiran 12 : Hasil Wawancara <i>Significant Other</i>	101
Lampiran 13 : <i>Informed Consent</i>	112

