

HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Gelar Sarjana S-I Psikologi



Diajukan oleh :

Puji Arofah
F 100 010 266

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2006

**HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh derajat sarjana S-1
Psikologi**

Disusun oleh :

**Puji Arofah
F 100 010 266**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2006**

**HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA**

diajukan oleh:

**Puji Arofah
F 100 010 266**

Telah disetujui untuk dipertahankan

Di depan Dewan Penguji oleh:

Pembimbing Utama

Dra. Partini, M.Si.

Tanggal, 16 Nopember 2006

Pembimbing Pembantu

Purwati, S.Psi, M.Si.

Tanggal, 16 Nopember 2006

HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Puji Arofah
F 100 010 266

Telah dipertahankan di depan dewan Penguji
Pada tanggal 16 Nopember 2006
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dra. Partini, M.Si.

Penguji Pembantu

Purwati, S.Psi, M.Si.

Penguji Pendamping

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si.

Surakarta, Nopember 2006
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Si. Psi.)

MOTTO

HIDUP BERARTI SETELAH ITU MATI

PERSEMBAHAN

► Untuk wanita terhebat dalam hidup
penulis 'Ibu' terimakasih atas setiap tetes
keringat dan air mata.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrohim

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT dengan segala rahmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya sederhana ini yang berjudul Hubungan Strategi Koping dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Mahasiswa.

Penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan masukan dari berbagai pihak yang sangat bermanfaat dalam proses penyusunannya. Oleh karena itu penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Susatyo Yuwono, M.Si., Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ijin penelitian kepada penulis.
2. Ibu Dra. Partini. M.Si, selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan pikirannya untuk memberikan bimbingan serta petunjuk yang bermanfaat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
3. Ibu Purwati, S.Psi, M.Si selaku pembimbing pendamping skripsi yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan yang sangat penulis butuhkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Moerdiningsih, S.Psi, M.Si selaku Pembimbing Akademik yang telah banyak memberikan nasehat dari awal hingga akhir perkuliahan.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan tata usaha Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu dan kemudahan dalam proses penyusunan skripsi.
6. Pimpinan STIE As-sholeh Pematang bapak Drs. Nur Rosyadi, MM dan ibu Santi Suci Ningtyas, SE, selaku Pembantu Ketua 1, yang telah memberi izin penulis untuk melakukan penelitian, serta segenap mahasiswa yang bersedia sebagai responden terimakasih atas kerjasamanya.
7. Bapak, kakak dan keponakan penulis terimakasih atas segala cerita hidup yang kalian goreskan.

8. Mas Mahmud dan mas Lukni yang telah menyisihkan kebahagiaanya untuk penulis.
9. Mulyanto, Narno, Mahda, Tina, Dwi, Lia dan Indra suatu anugerah yang sangat indah, penulis bisa bersahabat dengan kalian.
10. Saudara-saudara penulis di kost Serasi 1, Danik. mb Ana, Dundun. Itut. Opcz, Peni Mitadan Rani dan Ulil terimakasih atas keceriaannya.
11. Keluarga Pakde Ngemron, Keluarga papah Fuad dan Keluarga mamah Tuti, terimakasih atas kedamaian yang diberikan untuk penulis.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas budi baik serta ketulusan yang telah diberikan selama ini kepada penulis, amin. Harapan penulis semoga karya sederhana ini dapat memberikan sumbangan dan manfaat khususnya bagi perkembangan dunia psikologi serta tidak berhenti pada penelitian ini saja. Amin. Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, Nopember 2006

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATAPENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAKSI	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Intensi Pengembangan Karir Karyawan	7
1. Pengertian Kecemasan.	7
2. Pengertian Masa Depan	8
3. Pengertian Kecemasan Menghadapi Masa Depan	9
4. Bentuk-bentuk Kecemasan Menghadapi Masa Depan	10

5. Reaksi-reaksi Kecemasan Menghadapi Masa Depan	12
6. Aspek-aspek Kecemasan Menghadapi Masa Depan	14
7. Faktor-faktor Penyebab Timbulnya Kecemasan Menghadapi Masa Depan	17
B. Strategi Koping	20
1. Pengertian Strategi Koping	20
2. Bentuk-bentuk Strategi Koping	21
3. Aspek-aspek Strategi Koping	25
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Strategi Koping	28
C. Hubungan antara Strategi Koping dengan Kecemasan Menghadapi Masa Depan	29
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian	33
B. Devinisi Operasional Variabel Penelitian	33
C. Populasi, Sampel dan Sampling	34
D. Metode Pengumpulan Data	35
E. Validitas dan Reabilitas	37
F. Metode Analisis Data	38
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	
A. Persiapan Penelitian	41
1. Orientasi kancali penelitian	41
2. Persiapan alat ukur	42

3. Pelaksanaan uji coba	46
4. Perhitungan validitas dan reabilitas	46
5. Penyusunan alat ukur untuk peneitiau dengan nomor baru .	48
B. Pelaksanaan Penelitian	50
1. Penentuan subjek penelitian	50
2. Pengumpulan data	50
3. Pelaksanaan scoring	51
C. Analisis Data	51
1. Uji Asumsi	52
2. Uji hipotesis	52
D. Pembahasan	53
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	56
B. Saran-saran	57
DAFT ARPUSTAKA	59
LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Rancangan Anava Satu Jalur	37
2. Blue print Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan sebelum uji coba	40
3. Blue print Skala Strategi Koping sebelum uji coba	42
4. Susunan Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan yang valid dan yang gugur	43
5. Susunan Aitem Skala Strategi Koping yang valid dan yang gugur	44
6. Susunan Aitem Skala Kecemasan Menghadapi Masa Depan untuk penelitian dengan nomor urut baru	45
7. Susunan Aitem Skala Strategi Koping untuk penelitian dengan nomor urut baru	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Analisis Kesahihan dan keandalan skala kecemasan menghadapi masa depan	59
2. Analisis kesahihan dan keandalan skala strategi koping	66
3. Uji normalitas Sebaran, Linieritas Hubungan dan Homogenitas Varians	72
4. Analisis Product moment dan analisis varians satu jalur	83
5. Angket kecemasan menghadapi masa depan dan strategi koping	99
6. Keterangan variabel dan kategorisasi variable	108
7. Surat ijin dan Keterangan Penelitian	113

ABSTRAKSI

HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA DEPAN PADA MAHASISWA

Tuntutan mencari nafkah, harapan kesuksesan materi dan menyelesaikan kuliah menjadi beban yang cukup berat bagi sebagian mahasiswa, sebagian mahasiswa memaparkan ketidakpercayaannya terhadap kemampuan diri menjadi kecemasan ketika menghadapi masa depan muncul. Individu juga dituntut untuk menyesuaikan diri ketika menghadapi kecemasan. Proses bagaimana individu menyesuaikan diri atau menghindari dari hal-hal yang tidak diinginkan tersebut membutuhkan waktu, dimana individu harus mengatasi dulu keadaan atau kondisi yang dialaminya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi koping dengan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa menikah dan belum menikah

Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara strategi koping dengan kecemasan menghadapi masa depan. Semakin tinggi strategi koping yang digunakan maka semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa dan sebaliknya semakin rendah strategi koping yang digunakan akan semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa dan ada perbedaan antara mahasiswa menikah dan belum menikah ketika menghadapi kecemasan masa depan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa STIE As-sholeh Pemalang yang sudah menikah dan belum menikah. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik quota purposive non random sampling. Sampel penelitian ini berjumlah 70 orang mahasiswa yang terdiri 35 mahasiswa yang sudah menikah dan 35 mahasiswa yang belum menikah. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan menghadapi masa depan dan skala strategi koping.

Hasil analisis data menggunakan teknik korelasi product moment diperoleh dari nilai r sebesar $-0,456$ $p < 0,01$. Peranan atau sumbangan efektif terhadap strategi koping menghadapi kecemasan masa depan adalah 20,8% yang ditunjukkan oleh koefisien determinan (r^2) sebesar 0,208. Hal ini berarti masih terdapat 79,2% lagi faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi masa depan selain strategi koping. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa yang sudah menikah rendah dan mahasiswa yang belum menikah sangat rendah, ditunjukkan oleh rerata empirik yang sudah menikah sebesar 65,114 dan yang belum menikah sebesar 60,057 dan rerata hipotetik sebesar 105.

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara strategi koping dengan kecemasan menghadapi masa depan pada mahasiswa yang sudah menikah dan yang belum menikah. Artinya, semakin tinggi strategi koping yang digunakan mahasiswa maka akan semakin rendah kecemasan menghadapi masa depan dan sebaliknya semakin rendah strategi koping maka akan semakin tinggi kecemasan menghadapi masa depan.