

**PENGARUH STRES KERJA TERHADAP STRATEGI *COPING*
PADA KARYAWAN HOTEL ROYAL JEMBER**

SKRIPSI

**Diajukan Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Strata Satu**

**(S-1) Sarjana Psikologi Pada Fakultas Psikologi Universitas
Muhammadiyah Jember**



Oleh :

**Dwi Taufik Wahyu
NIM 1910811044**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

2021

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Satu (S1) Psikologi

Pada Tanggal
29 Oktober 2019

Mengesahkan
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Jember
Dekan

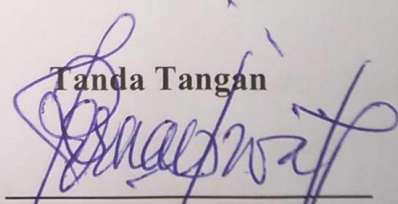
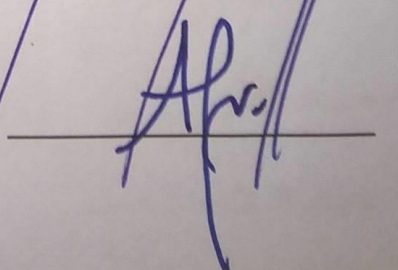

Dr. Nurlaela Widyarini, S.Psi, M.Si.
NIP. 19750529 200501 2 001

Dewan Penguji

Erna Ipak R. S. Psi., M.A
NIP: 197805072005012001

Siti Nuraini, S. Psi, M.Si
NIP:197702122005012002

Tanda Tangan

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dwi Taufik Wahyu

NIM : 1910811044

Dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya 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. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Jember, 13 Agustus 2021

Yang Menyatakan



Dwi Taufik Wahyu

KATA PENGANTAR

Rasa syukur yang teramat dalam penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, hanya atas izin dan kasih sayangNya di mudahkan segala sesuatu yang sulit bagi manusia. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Nabiullah Muhammad SAW. terselesaikannya karya ini merupakan sebuah perjalanan panjang yang tidak hanya membawa penulis pada proses pembelajaran komprehensif bagi terbentuknya sebuah kematangan pribadi dalam tingkatan yang lebih tinggi. Dengan penuh takzim penulis menghaturkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Siti Nur'aini, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing I yang membantu memberikan dukungannya kepada peneliti untuk berproses dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini..
2. Bapak Danan Satriyo W, S.Sos., M.Si, selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing peneliti dengan sabar dan ikhlas dan memberikan banyak masukan, semangat, motivasi dan ilmu yang sangat bermanfaat untuk menambah pengetahuan serta mengembangkan sikap baik peneliti sehingga karya tulis ilmiah ini bisa selesai.
3. Ibu Erna Ipak R. S. Psi., MA, selaku dosen penguji, yang telah memberikan masukan untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UM Jember yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan yang bermanfaat selama penulis belajar di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember.

5. Staf pengajaran, Pak Sumarsono, S.H. yang membantu peneliti selama proses bimbingan berlangsung.
6. Kedua orang tuaku ayah (Alm) dan ibu tercinta yang membimbing serta memberikan curahan kasih sayangnya untuk mendoakanku.
7. Istri dan Anakku yang terkasih. Terima kasih untuk pengertian dan waktu dalam memberikan dukungan untuk penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
8. Kakak & Adikku tersayang. Eko Wahyudi dan Devi Triwahyuning Tyas. Terimakasih telah mendukung serta memberikan kasih sayangnya untuk selalu mendoakanku.
9. Teman-teman di Fakultas Psikologi UM Jember angkatan 2009, adik angkatan dan semua teman-teman. Terima kasih sudah menjadi teman yang baik dan selalu memberikan semangat dan dukungan untuk penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Semoga segala kebaikan dan pertolongan semuanya mendapatkan berkah dari Allah SWT. Akhir kata penulis selalu mengharapkan adanya masukan berupa kritik maupun saran akan sangat berarti bagi penulis untuk bekal pada penyusunan karya ilmiah yang selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan. AMIN.

Jember, 29 Oktober 2019

Penulis

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|---------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN | ii |
| HALAMAN PERNYATAAN | iii |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | iv |
| HALAMAN MOTTO | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI | viii |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| INTISARI | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 7 |
| C. Tujuan Penelitian | 7 |
| D. Manfaat Penelitian | 7 |
| E. Keaslian Penelitian | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Strategi <i>Coping</i> | 10 |
| 1. Definisi Strategi <i>Coping</i> | 10 |
| 2. Tipe Strategi <i>Coping</i> | 11 |

| | |
|--|-----------|
| B. Stres Kerja | 15 |
| 1. Definisi Stres Kerja | 15 |
| 2. Aspek-Aspek Stres Kerja .. | 16 |
| 3. Sumber-Sumber Stres Kerja | 21 |
| 4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja | 27 |
| C. Pengaruh Strategi <i>Coping</i> terhadap Stres Kerja | 32 |
| BAB III METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian | 35 |
| B. Identifikasi Variabel Penelitian | 35 |
| C. Populasi dan Sampel | 35 |
| 1. Populasi | 35 |
| 2. Sampel | 36 |
| D. Devinisi Operasional Data | 37 |
| E. Metode Analisis Data .. | 39 |
| 1. Uji Asumsi..... | 39 |
| a. Uji Homogenitas..... | 39 |
| b. Uji Linearitas..... | 39 |
| 2. Uji Analisis..... | 40 |
| 3. Uji Keabsaan | 40 |
| a. Uji Validitas..... | 41 |
| b. Uji Reliabilitas..... | 42 |

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|-----------|
| A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian | 44 |
| 1. Orientasi Kacah | 44 |
| 2. Persiapan Penelitian | 44 |
| 3. Pelaksanaan Penelitian | 45 |
| B. Analisa Data | 46 |
| 1. Hasil Uji Validitas Stres Kerja | 46 |
| 2. Hasil Uji Validitas Strategi <i>Coping</i> | 47 |
| 3. Hasil Reliabilitas | 49 |
| 5. Hasil Uji Normalitas | 50 |
| 6. Hasil Uji Linearitas | 51 |
| 7. Hasil Uji Hipotesis | 52 |
| C. Pembahasan | 53 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | |
| A. Kesimpulan | 58 |
| B. Saran | 58 |
| DAFTAR PUSTAKA | 59 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1. Angket Strategi <i>Coping</i> | 62 |
| Lampiran 2. Angket Stres Kerja..... | 64 |
| Lampiran 3. Hasil Uji Validitas Uji Coba Strategi <i>Coping</i> | 66 |
| Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas Uji Coba Strategi <i>Coping</i> | 70 |
| Lampiran 5. Hasil Uji Validitas Uji Coba Stres Kerja..... | 71 |
| Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas Uji Coba Stres Kerja | 75 |
| Lampiran 7. Hasil Uji Validitas Strategi <i>Coping</i> | 76 |
| Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas Strategi <i>Coping</i> | 81 |
| Lampiran 9. Hasil Uji Validitas Stres Kerja | 82 |
| Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Stres Kerja..... | 86 |
| Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas | 87 |
| Lampiran 12. Hasil Uji Linieritas | 89 |
| Lampiran 13. Hasil Uji Regresi | 91 |
| Lampiran 14. Hasil Uji Deskriptif | 92 |