

**PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP *DISTRESS* PSIKOLOGI
PADA IBU TUNGGAL DI KELURAHAN GEMPENG KECAMATAN
BANGIL**

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk memperoleh

Derajat Sarjana Psikologi



Khoirun Nisa'

201769110006

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

2021

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Khoirun Nisa'
NIM : 201769110006
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : "Pengaruh Strategi *Coping* Terhadap *Distress* Psikologi Pada Ibu Tunggal di Kelurahan Gempeng Kecamatan Bangil"

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan
di depan penguji.
Pasuruan, 12 Agustus 2021

Menyetujui,

Kaprodi

Namukholifah, S.Psi., M.Si
NIP. 0691109022

Pembimbing



Dr. Laurensius Laka, M.Psi
NIP. 0691104029

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Yang disusun oleh

Khoirun Nisa'

201769110006

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 18 Agustus 2021

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Penguji Utama

Dra. Estalita Kelly, M.Si
NIP.Y. 0690204003



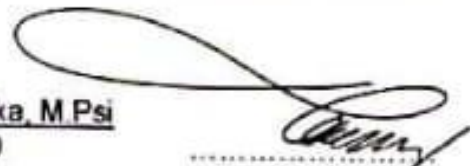
Penguji I

Aris Setiawan, S.Psi., M.Psi
NIP.Y. 0691508144



Penguji II/
Pembimbing

Drs. Laurensius Laka, M.Psi
NIP.Y. 0691104029



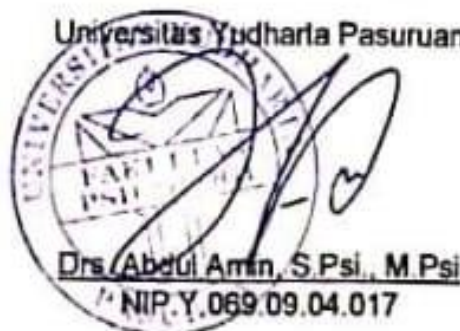
Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana

Tanggal, 18 Agustus 2021

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Yudharta Pasuruan



Drs. Abdul Amin, S.Psi., M.Psi
NIP.Y. 069.09.04.017

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul "PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP *DISTRESS* PSIKOLOGI PADA IBU TUNGGAL DI KELURAHAN GEMPENG KECAMATAN BANGIL" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelas Sarjana Psikologi di Universitas Yudharta Pasuruan. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Pasuruan 08 Agustus 2021



Khori Nisa

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur tidak lupa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmatnya penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP DISTRESS PSIKOLOGI PADA IBU TUNGGAL DI KELURAHAN GEMPENG KECAMATAN BANGIL“ dengan baik dan lancar. Tugas akhir ini disusun untuk menyelesaikan perkuliahan yang merupakan salah satu persyaratan program S1 Psikologi di Universitas Yudharta Pasuruan.

Penyusunan skripsi dalam pelaksanaannya dari awal hingga selesai merupakan dukungan dari pihak-pihak yang telah membantu. Dalam pembuatan tugas akhir ini penulis tidak lepas dari dukungan, bimbingan dan pengarahan yang sangat berharga dari berbagai pihak, Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. K.H. Sholeh Bahruddin selaku Pengasuh Yayasan Darut Taqwa dan Pondok Pesantren Ngalah.
2. Dr. Kholid Murtadlo, SE, ME, Selaku Rektor Universitas Yudharta Pasuruan.
3. Drs. Abdul Amin, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan yang telah memberikan kemudahan bagi penulis untuk dapat menyelesaikan studi dan perampungan skripsi ini.
4. Nanik Kholifah, S.Psi., M.Si selaku Kaprodi Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan
5. Dr. Laurensius Laka, S.Psi. M.Psi selaku dosen pembimbing yaang telah banyak memberi bimbingan dan arahan dalam penulisan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik.

6. Dra. Estalita Kelly, M.si selaku penguji utama dan Aris Setiawan, S.Psi., M.Psi selaku penguji satu siding skripsi penelii yang saya hormati.
7. Dosen sekaligus staff administrasi Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
8. Orang tua dan keluarga penulis yang senantiasa mendoakan, memberi semangat, serta tak pernah lelah dalam mendamping dan menampung segala keluh kesah dari anaknya
9. Kepada sahabat saya tercinta Fitri, Auliya, Apid, Wina, Halim, Fatim yang telah membantu dan selalu memberikan motivasi dalam proses penyusunan skripsi.
10. Kepada teman-teman seangkatan yang saling berbagi baik suka maupun duka selama di bangku perkuliahan dan memberi dukungan dalam penyusunan skripsi.

Semoga allah SWT selalu memberikan rahmat dan hidayahnya serta ilmu yang diberikan akan selalu bermanfaat bagi kita semua.

Pasuruan, 08 Agustus 2021

Khoirun Nisa'

DAFTAR ISI

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI	2
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
SURAT PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR	4
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRACT	xi
INTISARI.....	xii
BAB I PENGANTAR	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan	7
C. Tujuan dan Manfaat	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Distress Psikologi	10
B. Strategi <i>Coping</i>	14
C. Pengaruh Strategi <i>Coping</i> pada Distress Psikologi.....	17
D. Kerangka Pemikiran Penelitian	20
E. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	22
B. Subyek Penelitian.....	23
C. Cara Pengumpulan Data	25
D. Desain Penelitian.....	32
E. Cara Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Deskripsi Subyek Penelitian	35
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data	35
C. Hasil	40
D. Pembahasan	44
BAB V PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	9
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Distress Psikologi	27
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Strategi <i>Coping</i>	28
Tabel 4. Skoring Skala <i>Distress</i> Psikologi dan Strategi <i>Coping</i>	29
Tabel 5. Kriteria Koefisien Reliabilitas Menurut <i>Alpa Cronbach</i>	32
Tabel 6. Jumlah Subyek Berdasarkan Umur Ibu Tunggal	35
Tabel 7. Hasil Analisis Deskriptif Statistik	36
Tabel 8. Rumus Skor Standar	37
Tabel 9. Hasil Kategorisasi Skor Standar	37
Tabel 10. Validitas Skala Uji Coba	38
Tabel 11. <i>Blueprint Distress</i> Psikologi Pasca Uji Coba	38
Tabel 12. <i>Blueprint</i> Strategi <i>Coping</i> Pasca Uji Coba	39
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian	40
Tabel 14. Hasil Normalitas	41
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas	41
Tabel 16. Sumbangan Efektif Variabel Strategi <i>Coping</i> terhadap Variabel <i>Distress</i> Psikologi	42
Tabel 17. Ringkasan Analisis Regresi	42
Tabel 18. Persamaan Regresi	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Kerangka Pemikiran.....	21
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampran 1. Skala Jadi <i>Distress</i> Psikologi Sebelum Uji Coba	54
Lampran 2. Skala Strategi <i>Coping</i> Sebelum Uji Coba	56
Lampran 3. Skala <i>Distress</i> Psikologi Pasca Uji Coba	58
Lampran 4. Skala Strategi <i>Coping</i> Pasca Uji Coba	60
Lampran 5. Data Induk Validitas Skala <i>Distress</i> Psikologi	62
Lampran 6. Data Induk Validitas Skala Strategi <i>Coping</i>	63
Lampran 7. Data Induk Reliabelitas Pasca Uji Coba Skala <i>Distress</i> Psikologi Menggunakan Rumus Formula Varian Hoyt	64
Lampran 8. Perhitungana Reliabelitas Uji Coba Skala <i>Distress</i> Psikologi Menggunakan Rumus Varian Hoyt	65
Lampran 9. Data Induk Reliabelitas Uji Coba Skala Strategi <i>Coping</i> Menggunakan Rumus Formula Hoyt	67
Lampran 10. Perhitungana Reliabelitas Uji Coba Skala Strategi <i>Coping</i> Menggunakan Rumus Varian Hoyt	68
Lampran 11. Data Perhitungan Analisis Regresi Menggunakan SPSS <i>Statistic</i> <i>Versi 26 for Windows</i>	70

ABSTRACT

THE EFFECT OF COPING STRATEGY ON PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN SINGLE MOTHERS IN GEPENG KELURAHAN, BANGIL DISTRICT

Khoirun Nisa'

Faculty of Psychology, Yudharta of Pasuruan University

The Covid-19 pandemic that occurs in the current era has led to policies that limit social activities, such as conducting SFH (School From Home) and WFH (Work From Home). With this policy, it has a huge impact on single mothers who are left by their partners in divorce or death. Single mothers have to struggle alone to provide for their families and educate their children alone. This causes single mothers to experience psychological distress. This study aims to determine the effect of coping strategies on psychological distress in single mothers. Coping strategies are the steps of the single mother to overcome psychological distress. This research was conducted in Gempeng Village, Bangil District and this study amounted to 100 single mothers in that place. Collecting data using psychological distress scale and coping strategies. Based on calculations on the psychological distress scale using 20 valid items with reliability 0.754542 and on the coping strategy scale using 21 valid items with reliability 0.791525. From the calculation results obtained 10.134 with a significance of 0.000 0.05, thus the hypothesis which states that there is an effect of coping strategies on psychological distress is accepted (H_a), with an effective contribution of 9.4%

Keywords: Psychological Distress, Coping Strategy

INTISARI

PENGARUH STRATEGI COPING TERHADAP DISTRESS PSIKOLOGI PADA IBU TUNGGAL DI KELURAHAN GEPENG KECAMATAN BANGIL

Khoirun Nisa'

Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan

Pandemi Covid-19 yang terjadi pada era saat ini menimbulkan adanya kebijakan-kebijakan yang membatasi kegiatan sosial seperti, melakakan SFH (School From Home) dan WFH (Work From Home). dengan adanya kebijakan ini sangat berdampak pada Ibu tunggal yang ditinggal pasangannya secara perceraian maupun kematian. Para ibu tunggal harus berjuang seorang diri menafkahi keluarganya dan mendidik anaknya seorang diri. Hal ini, mengakibatkan ibu tunggal mengalami distress psikologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh strategi coping terhadap ditress psikologi pada ibu tunggal. Strategi coping merupakan langkah-langkah dari ibu tunggal tersebut untuk mengatasi distress psikologi Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Gempeng Kecamatan Bangil dan penelitian ini berjumlah 100 ibu tunggal tempat tersebut. Pengambilan data menggunakan skala distress psikologi dan strategi coping. Berdasarkan perhitungan pada skala distress psikologi menggunakan 20 item yang valid dengan reliabilitas 0,754542 dan pada skala strategi coping mungunakan 21 item valid dengan reliabelitas 0,791525. Dari hasil perhitungan diperoleh 10,134 dengan signifikasi sebesar $0,000 < 0,05$, dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada pengaruh strategi coping terhadap distress psikologi diterima (H_a), dengan sumbangan efektif sebesar 9.4%.

Kata Kunci: *Distress Psikologi, Strategi Coping*