

**PENGARUH *PROBLEM FOCUSED COPING* TERHADAP
DISTRES PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA
KORBAN *CYBERBULLYING* DI INDONESIA**



**Disusun Oleh:
THALITA ALDA RANIAH
1125164324**

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2021


LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI
 Pengaruh *Problem Focused Coping* terhadap Distres Psikologis
 pada Mahasiswa Korban *Cyberbullying* di Indonesia

Nama Mahasiswa : Thalita Alda Raniah
 NIM : 1125164324
 Program Studi : Psikologi
 Tanggal Ujian : 23 Agustus 2021


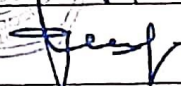
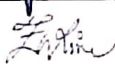


Pembimbing I


 Fellianti Muzdalifah, M.Psi
 NIP. 197802242005012001

Pembimbing II


 Rahmadianty Gazadinda,
 S.Psi., M.Sc
 NIP. 199206162019032038

Panitia Ujian Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		2 Sep 21
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 sept 21
Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Mauna, M.Psi (Anggota)***		31 Agustus 2021
Lupi Yudhaningrum, M.Psi (Anggota)		31 Agustus 2021

Catatan:

- *Dekan FPPsi
- **Wakil Dekan I
- ***Ketua Penguji
- ****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKIRPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Jakarta:

Nama : Thalita Alda Raniah

NIM : 1125164324

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "*Pengaruh Problem Focused Coping terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa Korban Cyberbullying di Indonesia*" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Tangerang, 21 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan


METERAI
TEMPEL
33F930JX398411628
(Thalita Alda Raniah)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Thalita Alda Raniah
NIM : 1125164324
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : thalitaalda9@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Problem Focused Coping terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa Korban Cyberbullying di Indonesia

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 17 September 2021

Penulis


METERAI
TEMPEL
CCBSAJX398411844
Thalita Alda Raniah
tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Everything happens for a reason. Teruslah berproses sebagaimana arti dari kehidupan ini karena semesta tidak pernah tidur. Believe in yourself, surpass your limits, and be the best version of yourself”.

“Don’t let the opinions of others drown out your own inner voice, and most important have the courage to follow your heart and intuition. They already know what you truly want to become. Everything else is secondary”.

– Steve Jobs -

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan,
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”.

(QS. Al-Insyirah: 5-6)

Penelitian ini saya persembahkan untuk kedua orang tua, kakek nenek, kakak, orang-orang terdekat peneliti dan tentunya diri saya sendiri.

THALITA ALDA RANIAH
PENGARUH *PROBLEM FOCUSED COPING* TERHADAP
DISTRES PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA
KORBAN *CYBERBULLYING* DI INDONESIA

Skripsi

Jakarta:

Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *problem focused coping* terhadap distres psikologis pada mahasiswa korban *cyberbullying* di Indonesia. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* dengan *convenience sampling*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen Brief COPE sebagai instrumen pengukuran *problem focused coping*, instrumen *Hopkins Symptom Checklist-25* (HSCL-25) sebagai instrumen pengukuran distres psikologis, dan instrumen *Revised Cyber Bullying Inventory-II* (RCBI-II) sebagai instrumen pengukuran *cyberbullying*. Jumlah responden yang menjadi korban *cyberbullying* pada penelitian ini yaitu sebanyak 72 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *problem focused coping: active coping* terhadap distres psikologis pada mahasiswa korban *cyberbullying* di Indonesia dengan F hitung = 6.240 dan nilai $p = 0,015 < 0,05$., terdapat pengaruh *problem focused coping: planning* terhadap distres psikologis pada mahasiswa korban *cyberbullying* di Indonesia dengan F hitung = 3.960 dan nilai $p = 0,050$., dan terdapat pengaruh *problem focused coping: using instrumental support* terhadap distres psikologis pada mahasiswa korban *cyberbullying* di Indonesia dengan F hitung = 6.001 dan nilai $p = 0,017$.

Kata Kunci: *Problem Focused Coping*, Distres Psikologis, *Cyberbullying*.

THALITA ALDA RANIAH

**THE EFFECT OF *PROBLEM FOCUSED COPING*
ON PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN COLLEGE STUDENTS VICTIMS
OF *CYBERBULLYING* IN INDONESIA**

Thesis

Jakarta:

Psychology Study Program, Faculty of Psychology Education
State University of Jakarta

2021

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of problem focused coping on psychological distress in college students victims of cyberbullying in Indonesia. The sampling technique in this study used non-probability sampling with convenience sampling. Furthermore, in this study, researcher used the Brief-COPE instrument as an instrument for measuring problem focused coping, the Hopkins Symptom Checklist-25 (HSCL-25) instrument as an instrument for measuring psychological distress while the Revised Cyber Bullying Inventory-II (RCBI-II) instrument as an instrument for measuring cyberbullying. The number of respondents who became victims of cyberbullying in this study were 72 people. The results show that there is an effect of problem focused coping: active coping on psychological distress in college students victims of cyberbullying in Indonesia with F count = 6.240 and p value = 0.015 < 0.05. Meanwhile, there is an effect of problem focused coping: planning on psychological distress in college students victims of cyberbullying in Indonesia with F count = 3.960 and p value = 0.050. In addition, there is an effect of problem focused coping: using instrumental support on psychological distress in college students victims of cyberbullying in Indonesia with F count = 6.001 and p value = 0.017.

Key words: *Problem Focused Coping, Psychological Distress, Cyberbullying.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT karena telah memberikan saya kekuatan, kesabaran, dan juga kemudahan di dalam penyelesaian penulisan tugas akhir skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Problem Focused Coping* terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa Korban *Cyberbullying* di Indonesia” sebagai salah satu syarat untuk dapat memperoleh gelar sarjana Psikologi. Selain itu, peneliti juga ingin berterima kasih kepada seluruh pihak yang telah turut membantu peneliti di dalam menyelesaikan skripsi ini yaitu:

1. Prof. Dr. Yufiarti, M.Si selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si selaku Wakil Dekan 1 Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, dan Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Dr.phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Fellianti Muzdalifah, M.Psi selaku dosen pembimbing 1 peneliti yang senantiasa meluangkan waktu, tenaga serta pikirannya untuk membimbing dan juga memberikan *support* kepada peneliti selama proses penulisan skripsi ini hingga akhirnya peneliti dapat berada ditahap ini.
5. Rahmadianty Gazadinda, S.Psi., M.Sc selaku dosen pembimbing 2 peneliti yang juga telah senantiasa meluangkan waktu, tenaga serta pikirannya untuk membimbing dan juga memberikan *support* kepada peneliti selama proses penulisan skripsi ini hingga akhirnya peneliti dapat berada ditahap ini.
6. Dwi Kencana Wulan, M.Psi selaku dosen pembimbing akademik peneliti selama berkuliah di Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

7. Seluruh *staff* administrasi Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta yang selalu membantu peneliti di dalam hal pengadministrasian.
8. Seluruh responden yang telah bersedia mengisi kuesioner dan membantu peneliti di dalam melakukan penyebaran kuesioner.
9. Mamah, Papah, Teteh, Kakek, Nenek yang selalu memberikan dukungan, doa, dan kasih sayangnya kepada peneliti, serta Rifki dan Melinda yang telah membantu peneliti di dalam menyebarkan kuesioner.
10. Vega Ariane Prima Dwika, Nahda Fauzizah Ningrum, Shafira Permata Ayunda, Lilik Rahayu, Nurul Alfyasmin, dan Karima Widyapuspa yang mau berproses bersama serta saling memberikan dukungan dan juga doa satu sama lain.
11. Wa Ode Imani Ismi, Farah Azzahra, dan Septia Wulandari yang telah banyak memberikan warna dalam kehidupan perkuliahan peneliti.
12. Radia Hasni, Octavia Indriyani, dan Fildzah Khairani Fachri yang juga telah membantu peneliti di dalam penyebaran kuesioner ini dan mau berbagi cerita satu sama lain baik suka maupun duka.
13. Sinta Dewi Nazarina, Rizka Faza Bellananda, Merliyana Iranita, Siti Hesti, Siska Krisdyanti, Miranda Aries Sitorus, dan Apriani Wijayanti yang sering ada disaat peneliti ingin berbagi keluh-kesah dan memberikan semangat kepada peneliti selama penyusunan skripsi ini.
14. Teman-teman Psikologi Angkatan 2016, khususnya teman-teman kelas B yang telah banyak memberikan pelajaran berharga bagi peneliti.

Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada para pembaca, dan mohon maaf apabila masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat peneliti harapkan demi kebaikan di masa depan.

Tangerang, Agustus 2021



Thalita Alda Raniah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKIRPSI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah.....	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
1.6.1 Manfaat Teoretis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Stres.....	8

2.1.1	Pengertian Stres.....	8
2.1.2	Bentuk Stres.....	8
2.2	Distres Psikologis.....	10
2.2.1	Pengertian Distres Psikologis.....	10
2.2.2	Dimensi Distres Psikologis.....	10
2.2.3	Faktor-Faktor yang Memengaruhi Distres Psikologis.....	11
2.2.4	Instrumen Pengukuran Distres Psikologis.....	12
2.3	<i>Problem Focused Coping</i>	13
2.3.1	Pengertian <i>Problem Focused Coping</i>	13
2.3.2	Dimensi <i>Problem Focused Coping</i>	14
2.3.3	Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Problem Focused Coping</i>	17
2.3.4	Instrumen Pengukuran <i>Problem Focused Coping</i>	18
2.4	Profil Psikologis Pada Korban <i>Cyberbullying</i>	19
2.4.1	Pengertian <i>Cyberbullying</i>	19
2.4.2	Peran dalam <i>Cyberbullying</i>	20
2.4.3	Karakteristik Mahasiswa yang menjadi Korban <i>Cyberbullying</i>	21
2.4.4	Jenis-Jenis <i>Cyberbullying</i>	21
2.4.5	Dampak <i>Cyberbullying</i> Pada Korban.....	23
2.4.6	Instrumen Pengukuran <i>Cyberbullying</i>	24
2.5	Dinamika Hubungan antara <i>Problem Focused Coping</i> dan Distres Psikologis pada Korban <i>Cyberbullying</i>	25
2.6	Kerangka Konseptual/Kerangka Pemikiran.....	26
2.7	Hipotesis Penelitian.....	27
2.8	Hasil Penelitian yang Relevan.....	28

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian.....	31
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	32
3.2.1 Definisi Konseptual.....	32
3.2.2 Definisi Operasional.....	32
3.3 Populasi dan Sampel.....	33
3.3.1 Populasi.....	33
3.3.2 Sampel.....	33
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.4.1 Instrumen Distres Psikologis.....	34
3.4.2 Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	36
3.5 Uji Coba Instrumen.....	39
3.5.1 Uji Indeks Diskriminasi <i>Item</i> dan Uji Reliabilitas.....	39
3.6 Analisis Data.....	42
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	43
3.6.2 Uji Normalitas.....	43
3.6.3 Uji Linieritas.....	43
3.6.4 Uji Korelasi.....	44
3.6.5 Uji Analisis Regresi.....	44
3.6.6 Hipotesis Statistik.....	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Responden/Subyek Penelitian.....	46
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	47

4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Angkatan.....	48
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Provinsi Asal Universitas.....	49
4.2	Prosedur Penelitian.....	50
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	50
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian.....	51
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian.....	52
4.3.1	Data Deskriptif.....	52
4.3.2	Kategorisasi Skor.....	54
4.3.3	Hasil Uji Normalitas.....	63
4.3.4	Hasil Uji Linearitas.....	64
4.3.5	Hasil Uji Korelasi.....	64
4.3.6	Hasil Uji Hipotesis.....	65
4.4	Pembahasan.....	69
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan.....	73
5.2	Implikasi.....	73
5.3	Saran.....	74
5.3.1	Bagi Mahasiswa Korban <i>Cyberbullying</i>	74
5.3.2	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....		75

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrumen <i>Hopkins Symptom Checklist-25</i> (HSCL-25)	36
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	38
Tabel 3.3 Indeks Diskriminan <i>Item</i> Instrumen Distres Psikologis.....	40
Tabel 3.4 Kaidah Reliabilitas Guilford	41
Tabel 3.5 Reliabilitas Instrumen Distres Psikologis	41
Tabel 3.6 Indeks Diskriminan <i>Item</i> Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	42
Tabel 3.7 Reliabilitas Instrumen <i>Problem Focused Coping</i>	42
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 4.2 Data Responden Berdasarkan Usia	47
Tabel 4.3 Data Responden Berdasarkan Angkatan.....	48
Tabel 4.4 Data Responden Berdasarkan Provinsi Asal Universitas	49
Tabel 4.5 Distribusi Deskriptif Distres Psikologis.....	52
Tabel 4.6 Distribusi Deskriptif <i>Problem Focused Coping</i>	53
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Distres Psikologis	55
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Distres Psikologis Berdasarkan Jenis Kelamin	55
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor Distres Psikologis Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Distres Psikologis Berdasarkan Angkatan	57
Tabel 4.11 Kategorisasi Skor Distres Psikologis	57
Tabel 4.12 Kategorisasi Skor <i>Problem Focused Coping</i>	59
Tabel 4.13 Kategorisasi Skor <i>Problem Focused Coping</i>	60
Tabel 4.14 Kategorisasi Skor <i>Problem Focused Coping</i> Berdasarkan Usia.....	60
Tabel 4.15 Kategorisasi Skor <i>Problem Focused Coping</i> Berdasarkan Angkatan	61
Tabel 4.16 Kategorisasi Skor <i>Problem Focused Coping</i>	62
Tabel 4.17 Uji Linearitas.....	64
Tabel 4.18 Uji Korelasi.....	65
Tabel 4.19 Uji Hipotesis (Anova).....	66
Tabel 4.20 <i>Model Summary</i>	66
Tabel 4.21 Uji Persamaan Regresi (DP - AC)	67
Tabel 4.22 Uji Persamaan Regresi (DP - P).....	68



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 2 Kerangka Konseptual 27



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	89
Lampiran 2 Uji Diskriminasi <i>Item</i> dan Reliabilitas	91
Lampiran 3 Uji Linearitas	95
Lampiran 4 Uji Korelasi.....	96
Lampiran 5 Uji Analisis Regresi Satu Prediktor.....	97
Lampiran 6 Data Distribusi Deskriptif.....	100
Lampiran 7 Demografi Responden	104
Lampiran 8 Kategorisasi dan <i>Crosstab</i>	106

