

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN *COPING*
STRESS PADA SANTRI PONDOK PESANTREN
MAHASISWA (PPM) SULTHON AULIA JAKARTA
TIMUR**



Oleh:

TAMARA KIRAN VIENDY CHURUN IN

1106620028

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2024

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA
UJIAN/SIDANG SKRIPSI**

Judul : Hubungan Konsep Diri dengan *Coping Stress* pada Santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur

Nama mahasiswa : Tamara Kiran Viendy Churun in

Nomor Registrasi : 1106620028

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 18 Juli 2024

Pembimbing I

Dr. Ahmad Rifqy Ash Shiddiqy, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198807312019031008

Pembimbing II

Dr. Happy Karlina Marjo., M.Pd., Kons.
NIP. 197908132005012002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Murni Winarsih, M.Pd. (Penanggung Jawab)*		5 - 8 - 2024
Dr. Wirda Hanim, M.Psi. (Wakil Penanggung Jawab)**		5 - 8 - 2024
Dr. Karsih, M.Pd. (Ketua Penguji)***		29 - 7 - 2024
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD. (Anggota)****		29 - 7 - 2024
Prof. Dr. Awaluddin Tjalla, M.Pd. (Anggota)****		20/7 - 2024

Catatan:

*Dekan FIP

**Wakil Dekan 1

***Kordinator Program Studi

****Dosen Penguji selain pembimbing dan Koordinator Program Studi

**HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN COPING STRESS PADA SANTRI
PONDOK PESANTREN MAHASISWA (PPM) SULTHON AULIA
JAKARTA TIMUR**

(2024)

TAMARA KIRAN VIENDY CHURUN IN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsep diri dengan *coping stress* pada santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Subjek pada penelitian ini berjumlah 31 mahasiswa yang bertempat tinggal di Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan teknik *Sampling Total*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner atau angket tertutup dengan menggunakan instrumen Konsep Diri dan Ways of Coping Questionnaire (revised) yang telah diadaptasi oleh peneliti. Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan koefisien validitas masing-masing instrument yaitu 0.36-0.66 dan 0.37-0.75 yang dinyatakan valid. Sedangkan uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dan dihasilkan reliabilitas pada variabel konsep diri sebesar 0.831 serta pada variabel *coping stress* sebesar 0.832 dengan kategori Reliabilitas yang Baik. Hasil penelitian yang diperoleh yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan sebesar 0.548 antara konsep diri dengan *coping stress* pada santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur dengan kategori Sedang. Hasil menunjukkan bahwa konsep diri santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia memperoleh skor rata-rata sebesar 101.16 dan skor rata-rata pada *coping stress* sebesar 117.83 yang termasuk dalam kategori Sedang.

Kata kunci: konsep diri, *coping stress*, santri, mahasiswa.

**THE RELATIONSHIP OF SELF-CONCEPT AND COPING STRESS IN
STUDENTS OF ISLAMIC BOARDING SCHOOL (PPM) SULTHON AULIA
EAST JAKARTA**

TAMARA KIRAN VIENDY CHURUN IN

(2024)

ABSTRACT

This research aims to analyze the relationship between self-concept and stress coping among students at the Sulthon Aulia Student Islamic Boarding School (PPM), East Jakarta. This research uses a correlation method with a quantitative approach. The subjects in this research were 31 students who lived at the Sulthon Aulia Student Islamic Boarding School (PPM), East Jakarta. This research uses Total Sampling technique. Data collection was carried out using a questionnaire or closed questionnaire using the Self Concept and Ways of Coping Questionnaire (revised) instruments which had been adapted by the researcher. This instrument has been tested for validity and reliability with the validity coefficient for each instrument, namely 0.36-0.66 and 0.37-0.75 which are declared valid. Meanwhile, the reliability test used Cronbach's Alpha and the resulting reliability was 0.831 for the self-concept variable and 0.832 for the stress coping variable with the Good Reality category. The research results obtained were that there was a positive and significant relationship of 0.548 between self-concept and stress coping among students at the Sulthon Aulia Student Islamic Boarding School (PPM), East Jakarta in the Medium category. The results show that the self-concept of students at the Sulthon Aulia Student Islamic Boarding School (PPM) obtained an average score of 101.16 and an average score for coping with stress of 117.83 which is included in the Medium category.

Keywords: self-concept, coping stress, students.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Tamara Kiran Viendy Churun in

No. Registrasi : 1106620028

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

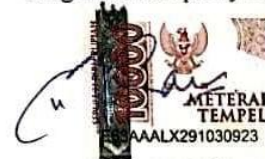
Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Hubungan Konsep Diri dengan *Coping Stress* pada Santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari-Juli 2024.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh 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 timbul jika pernyataan saya ini tidak benar

Jakarta, Juli 2024

Yang membuat pernyataan



Tamara Kiran Viendy Churun in



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Tamara Kiran Viendy Churun in
NIM : 11066 200 28
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : tamarakiranna@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 :

Hubungan Konsep Diri dengan Coping Stress pada Santri Pondok
Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur

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

Penulis

(Tamara Kiran V.Ch)

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Selalu Husnudzon. Yakinlah qodar apapun yang Alloh kehendaki untuk kita memang itulah yang terbaik untuk kita, tapi jangan lupa tetap berdoa dan berusaha. Selebihnya serahkan pada Alloh” -Ayah.

Segala hal yang telah peneliti Lewati adalah berkat pertolongan Allah SWT sehingga berhasil sampai pada titik ini, menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini peneliti persembahkan untuk orang-orang yang sangat peneliti sayangi dan cintai, yaitu:

1. Ayah dan Bunda, orang tua saya yang paling hebat, Bapak Sulthon Efendi dan Ibu Arfien Sulistyarini yang tidak pernah berhenti mencurahkan segala dukungan dan kasih sayangnya, serta mendoakan di setiap detik. Rumah paling teduh dan nyaman untuk pulang. Alhamdulillah jazakumullahu khoiro, Ayah dan Bunda.
2. Keluarga saya, termasuk adik-adik saya, Varrel, Agna, Vero. Juga kepada Uti, Kakung, Tante, dan semuanya yang selalu tersenyum bahagia menyambut saya ketika kembali ke rumah. Alhamdulillah jazakumullahu khoiro atas semua dukungan dan kasih sayang yang diberikan.
3. Sahabat-sahabat saya Mba Sintia, Mba Selsa, Syifa, Aisyah, dan Ardi yang senantiasa mendampingi, menjadi tempat berkeluh kesah, dan berbagi memori selama merantau. Energi positif dan dukungan tulus yang kalian berikan telah menjadi sumber kekuatan dan kebahagiaan selama masa-masa sulit.
4. Rumah kedua dan keluarga kedua saya, teman-teman PPM Sulthon Aulia. Alhamdulillah jazakumullahu khoiro atas semua dukungan yang berharga dan pengalaman yang bermakna. Saya tidak percaya dengan pahlawan super, tetapi sepertinya memang nyata ketika saya bertemu dengan kalian. Terima kasih sudah menjadi sosok hebat dengan versi kalian masing-masing.
5. Teman-teman mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 yang telah memberikan semangat.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, tak lupa shalawat serta salam tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Hubungan Konsep Diri dengan Coping Stress pada Santri Pondok Pesantren Mahasiswa (PPM) Sulthon Aulia Jakarta Timur*” dengan baik dan tepat waktu. Hal ini diajukan sebagai syarat untuk menyelesaikan studi dan menempuh gelar Sarjana Pendidikan, pada jurusan Bimbingan dan Konseling.

Berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa banyak pihak yang memberikan bimbingan, petunjuk, bantuan, dukungan, motivasi, dan doa yang diperlukan peneliti mulai dari persiapan hingga tersusunnya skripsi ini. Oleh karena itu, dalam kesempatan kali ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Dr. Murni Winarsih, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Dr. Wirda Hanim, M.Psi. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Dr. Aip Badrujaman, M.Pd, selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Dr. Murti Kusuma W, M.Si. selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Dr. Karsih, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Selanjutnya, kepada Dr. Ahmad Rifqy Ash-Shiddiqy, S.Pd., M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, ilmu, dan waktunya untuk membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons. selaku dosen penasihat akademik yang senantiasa memberikan arahan, dukungan, serta bimbingannya dalam membantu peneliti selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Kepada seluruh dosen bimbingan dan konseling yang tidak bisa peneliti sebutkan namanya satu per satu yang telah memberikan ilmu dan wawasan kepada peneliti hingga akhir, serta seluruh karyawan dan staf Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalam skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak guna menyempurnakan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa, peneliti, dan bagi keilmuan dalam bimbingan dan konseling.

Jakarta, Juli 2024

Peneliti

Tamara Kiran Viendy Churun in



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA	
UJIAN/SIDANG SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	10
A. Deskripsi Teoretik	10
1. Konsep Diri	10
a. Aspek Konsep Diri	12
b. Faktor Konsep Diri	15
2. <i>Coping Stress</i>	17
B. Kerangka Berpikir.....	30
C. Pengajuan Hipotesis Penelitian.....	32
D. Penelitian yang Relevan.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Tujuan Penelitian.....	35
B. Metode Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel	36
1. Populasi	36
2. Sampel.....	36

D. Teknik Pengumpulan Data	37
E. Instrumen Penelitian.....	38
1. Definisi Konseptual Variabel.....	38
a. Konsep Diri	38
b. <i>Coping Stress</i>	38
2. Definisi Operasional.....	38
a. Konsep Diri	38
b. <i>Coping stress</i>	39
3. Kisi-Kisi Instrumen.....	39
a. Konsep Diri	39
b. <i>Coping Stress</i>	40
4. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	42
a. Pengujian Validitas	42
b. Perhitungan Reliabilitas.....	43
5. Langkah-langkah Adaptasi Instrumen.....	45
F. Teknik Analisis Data	46
1. Uji Asumsi.....	47
2. Uji Hipotesis Korelasi	47
G. Hipotesis Statistik.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Deskripsi Data	49
1. Konsep Diri	49
2. <i>Coping stress</i>	54
B. Pengujian Persyaratan Analisis	59
1. Uji Normalitas	59
2. Uji Linearitas.....	60
C. Uji Hipotesis.....	60
D. Pembahasan.....	61
E. Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Implikasi.....	73

C.Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	84
Lampiran 1. Instrumen Penelitian (Konsep Diri)	84
Lampiran 2. Instrumen Penelitian (Ways of Coping Questionnare).....	87
Lampiran 3. Perhitungan Hasil Uji Coba Instrumen.....	91
Lampiran 4. Data Hasil Penelitian	98
Lampiran 5. Perhitungan Pengujian Persyaratan Analisis	103
Lampiran 6. Perhitungan Pengujian Hipotesis.....	104
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian	105
Lampiran 8. Surat Keterangan Penelitian	106
Lampiran 9. Tabel Jadwal Kegiatan Harian Santri	107
Lampiran 10. Tabel Jadwa Kegiatan Mingguan Santri.....	109
Lampiran 11. Tabel Perbaikan Hasil Sidang Skripsi	110
Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup.....	112



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Konsep Diri.....	39
Tabel 3.2 Skor Pengukuran Skala Likert	40
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen <i>Coping Stress</i>	40
Tabel 3.4 Skor Pengukuran Skala Likert	42
Tabel 3.5 Koefisiensi Reliabilitas	44
Tabel 3.6 Hasil Reliabilitas Konsep Diri	44
Tabel 3.7 Hasil Reliabilitas <i>Coping Stress</i>	44
Tabel 4.1 Hasil Data Konsep Diri	49
Tabel 4.2 Rumus Kategorisasi Nilai	50
Tabel 4.3 Kategorisasi Skor Konsep Diri	50
Tabel 4.4 Persentase Skor Berdasarkan Kategori	50
Tabel 4.5 Skor Rata-rata per Aspek Konsep Diri	51
Tabel 4.6 Rata-rata Skor Konsep Diri Berdasarkan Angkatan	53
Tabel 4.7 Hasil Data <i>Coping Stress</i>	54
Tabel 4.8 Rumus Kategorisasi Nilai	54
Tabel 4.9 Kategorisasi Skor <i>Coping Stress</i>	55
Tabel 4.10 Persentase Skor Berdasarkan Kategori	55
Tabel 4.11 Skor Rata-rata <i>Coping Stress</i> per Aspek.....	56
Tabel 4.12 Skor Rata-rata <i>Coping Stress</i> per Angkatan	58
Tabel 4.13 Uji Normalitas Konsep Diri	59
Tabel 4.14 Uji Normalitas <i>Coping Stress</i>	59
Tabel 4.15 Uji Linearitas Konsep Diri dan <i>Coping Stress</i>	60
Tabel 4.16 Kriteria Kategorisasi	61

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Persentase Skor Konsep Diri	51
Grafik 4.2 Skor Rata-rata Konsep Diri Berdasarkan Aspek	52
Grafik 4.3 Skor Rata-rata Konsep Diri Berdasarkan Angkatan.....	53
Grafik 4.4 Persentase Skor <i>CopingStress</i>	56
Grafik 4.5 Skor Rata-rata <i>Coping Stress</i> Berdasarkan Aspek	57
Grafik 4.6 Skor Rata-rata <i>Coping stress</i> Berdasarkan Angkatan.....	58

