



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

TERAKREDITASI - A

**HUBUNGAN PROBLEM FOCUSED COPING DENGAN SELF-
REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI
DI UNIVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA.**

TUGAS AKHIR

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1)

Pada Program Studi Psikologi

Disusun Oleh :

Dwi Anesti (46118010061)

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2024**

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa semua pernyataan dalam Karya Akhir ini :

Judul : Hubungan Problem Focused Coping Dengan Self-Regulated Learning pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta.

Nama : Dwi Anesti

NIM : 46118010061

Program : Program Studi Psikologi

Merupakan hasil studi pustaka, penelitian lapangan, dan karya saya sendiri dengan bimbingan Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Karya ilmiah ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengelolahannya digunakan telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 27 Agustus 2024

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Dwi Anesti

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Dwi Anesti

NIM : 46118010061

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Hubungan Problem Focused Coping Dengan Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta Pasca Pandemi.

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Erna Multahada, M.Si.

NIDN : 0315038002

()

Ketua Penguji : Hifizah Nur, S.Psi., M.Ed.

NIDN : 0322047809

()

Penguji 1 : Agustini, M.Psi., Psikolog

NIDN : 0308087008


()


Jakarta, 13 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa telah menganugerahkan Hikmat kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya Tugas Akhir dengan judul “ Hubungan Problem Focused Coping Dengan Self-Regulated Learning Pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta”. Karya Tugas Akhir ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) pada program studi Psikologi di Universitas Mercu Buana Jakarta tahun 2024. Dalam menyusun Tugas Akhir ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya Tugas Akhir penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si selaku pembimbing Tugas Akhir Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah mendorong, membantu dan memberikan keberanian kepada penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
2. Keluarga penulis mama, papa serta kakak yang telah memberi perhatian dan dukungan untuk penulis.
3. Mutakim Nirrohim yang senantiasa mendampingi dan selalu memberikan dukungan terhadap penulis.
4. Teman-teman se-Angkatan Program Studi Psikologi yang telah memberikan dukungan dan bantuan informasi terkait Tugas Akhir ini.
5. Semua dosen mata kuliah, pegawai Mercu Buana bagian TU, Perpustakaan dan yang lainnya yang telah berjasa mengajar dan membantu selama penulis menjalani masa studi di Mercu Buana.

Semoga Tuhan yang Maha Esa membalas semua kebaikan dan selalu mencurahkan rahmat dan berkatnya untuk kita semua, Amin.

Jakarta, 27 Agustus 2024

Dwi Anesti

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : DWI ANESTI

NIM : 46118010061

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : “HUBUNGAN PROBLEM FOCUSED COPING DENGAN SELF-REGULATED LEARNING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI DI UNVERSITAS MERCU BUANA JAKARTA”.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap men-cantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 27 Agustus 2025

Yang menyatakan,



Dwi Anesti

Hubungan *Problem Focused Coping* Dengan *Self-Regulated Learning* Pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Mercubuana Jakarta.

Dwi Anesti

Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si (Pembimbing)

Universitas Mercu Buana, Jakarta.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *problem focused coping* dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa fakultas psikologi universitas Mercu Buana Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan model korelasi, sampel diperoleh menggunakan teknik *accidental sampling* dan mendapat partisipan sebanyak 172 mahasiswa. *Problem focused coping* diukur dengan menggunakan *Coping Orientation to Problems Experienced (COPE Scale)* oleh Charles Carver, Scheier dan Weintraub (1989). *Self-Regulated Learning (SRL)* yang dikembangkan oleh Zimmerman (1989) dan kemudian diadaptasi dan dimodifikasi oleh Woltres (2003). Teknik Analisa menggunakan korelasi spearman. Diperoleh hasil dengan nilai Sig. (p) = 0,002 dan r = 0,229. Kesimpulan, ada hubungan signifikan antara *problem focused coping* dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Mercu Buana dengan arah positif yang berarti semakin tinggi *problem fosed coping* maka semakin rendah *self-regulated learning*. Sebaliknya semakin rendah *self-regulated learning* maka semakin tinggi *problem focused coping* pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Mercu Buana.

Kata Kunci : *problem focused coping, self-regulated learning, mahasiswa*

The Relationship between Problem Focused Coping and Self-Regulated Learning in Psychology Students, at Mercu Buana University, Jakarta
Dwi Anesti

Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si

Mercu Buana University, Jakarta

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between problem focused coping and self-regulated learning in psychology faculty students at Mercubuana University, Jakarta. This research used a quantitative method with a correlation model, the sample was obtained using accidental sampling technique and there were 172 students as participants. Problem focused coping was measured using the Coping Orientation to Problems Experienced (COPE Scale) by Charles Carver, Scheier and Weintraub (1989). Self-Regulated Learning (SRL) was developed by Zimmerman (1989) and then adapted and modified by Woltrres (2003). The analysis technique uses Spearman correlation. Obtained results with Sig value. (p) = 0.002 and $r = 0.229$. In conclusion, there is a significant relationship between problem focused coping and self-regulated learning in psychology faculty students at Mercu Buana University in a positive direction, meaning the higher the problem focused coping, the lower the self-regulated learning. On the other hand, the lower the self-regulated learning, the higher the problem focused coping among psychology faculty students at Mercu Buana University.

Keyword : *coping, problem focused coping, self-regulated learning*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
I.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
I.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II.....	7
LANDASAN TEORI.....	7
2.1 <i>Problem Focused Coping</i>	7
2.1.1 Pengertian <i>Problem Focused Coping</i>	7
2.1.2 Dimensi-Dimensi <i>Problem Focused Coping</i>	8
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Problem Focused Coping</i>	9
2.2 <i>Self-Regulated Learning</i>	12
2.2.1 Pengertian <i>Self-Regulated Learning</i>	12
2.2.2 Dimensi-Dimensi <i>Self-Regulated Learning</i>	13
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Regulated Learning</i>	15

2.3	Hubungan <i>Problem Focused Coping</i> Dengan <i>Self-Regulated Learning</i> pada Mahasiswa	17
2.4	Kerangka Berpikir	25
2.5	Hipotesis Penelitian	26
BAB III		27
METODE PENELITIAN		27
3.1	Desain Penelitian	27
3.2	Populasi dan Sampel	27
3.2.1	Populasi	27
3.2.2	Sampel	27
3.2.3	Teknik Sampling	28
3.3	Variabel Penelitian	29
3.3.1	Variabel Y	29
3.3.2	Variabel X	29
3.4	Teknik Analisa Pengumpulan Data	30
3.5	Skala Pengukuran	30
3.6	Instrumen Penelitian	32
3.6.1	Alat Ukur <i>Self-Regulated Learning</i>	32
3.6.2	Alat Ukur Coping Stress	33
3.7	Teknik Analisis Data	34
3.7.1	Uji Validitas	34
3.7.2	Uji Reliabilitas	35
3.7.3	Uji Asumsi Klasik	35
3.7.4	Uji Hipotesis	36
3.7.5	Uji Korelasi	36
BAB IV		37
HASIL DAN PEMBAHASAN		37
4.1	Deskripsi Umum Responden	37
4.1.1	Data Jenis Kelamin	37
4.1.2	Data Usia	37
4.1.3	Data Berdasarkan Tingkat Semester	38
4.2	Hasil Analisis Deskriptif	38

4.3	Validitas dan Reliabilitas.....	40
4.3.1	Uji Validitas Problem Focused Coping.....	40
4.3.2	Uji Validitas Self-Regulated Learning.....	41
4.3.3	Uji Reliabilitas Coping Stress dan Self-Regulated Learning.....	42
4.4	Uji Asumsi Klasik	42
4.4.1	Uji Normalitas.....	42
4.4.2	Uji Linearitas.....	43
4.4.3	Uji Korelasi	44
4.4.4	Uji Korelasi Antar Dimensi Problem Focused Coping dengan Self-Regulated Learning	45
4.5	Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
BAB V.....		48
KESIMPULAN DAN SARAN.....		48
5.1	Kesimpulan.....	48
5.2	Keterbatasan dan Saran Penelitian	48
DAFTAR PUSTAKA		49
LAMPIRAN.....		52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Berpikir	25
------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Sebelumnya	17
Tabel 3.1 Skor Item Skala <i>Problem Focused Coping</i>	31
Tabel 3.2 Skor Item Skala <i>Self-Regulated Learning</i>	31
Tabel 3.3 Blue Print <i>Self-Regulated Learning</i>	32
Tabel 3.4 Blue Print <i>Problem Focused Coping</i>	33
Tabel 3.5 Uji Korelasi	36
Tabel 4.1 Jenis Kelamin	37
Tabel 4.2 Data Usia	37
Tabel 4.3 Tingkat Semester	38
Tabel 4.4 Pedoman Kategori Azwar (2012)	38
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif <i>Problem Focused Coping</i>	39
Tabel 4.6 Statistik Deskriptif <i>Self-Regulated Learning</i>	39
Tabel 4.7 Uji Validitas <i>Problem Focused Coping</i>	40
Tabel 4.8 Uji Validitas <i>Self-Regulated Learning</i>	41
Tabel 4.9 Uji Reliabilitas	42
Tabel 4.10 Uji Normalitas	42
Tabel 4.11 Uji Linearitas	43
Tabel 4.12 Uji Korelasi	44
Tabel 4.13 Uji Korelasi Antar Dimensi	45