HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

by Rosita Mila Khoirun Nisa' .

FILE	JURNAL_18.DOCX (31.82K)		
TIME SUBMITTED	09-AUG-2018 04:40PM (UTC+0700)	WORD COUNT	2162
SUBMISSION ID	988683977	CHARACTER COUNT	14051

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

Rosita Mila Khoirun Nisa'

E.mail : Rositamila9gmail.com

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstract

This research aims to know the connection between self control with problem focused coping in smokers among student of university 17 agustus 1945 Surabaya. The hypothesis that presented in this study is thereis a relationship between self control with Problem focused coping. The higher self control then the higher tendency of problem focused coping, whereas the lower self control so the lower the problem focused coping. The population in this research is the students of 2014 inuniversity 17 Agustus 1945. Thesample in this research totalled 101 respondents male students. Sample retrieval techniques done by purposive sampling. Data retrieval method in this research is the likert scaleis a scale of self control and thes caleof the problem focused coping. While the techniques of data analysis using pearson product moment correlation of Statistics onthe program Package For SocialScience (SPSS) version 20.0. Based on theresults of the calculation of the correlation analysis technique product moment correlation value obtained from pearson (r) of 0829, p = 0.000 (p < 0.05). This means that there is a very significant positive relationship between self control with problem focused coping in smokers among students.

Abstract

Penelitiini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan *problem focused coping* pada perokok dikalangan mahasiswa universitas 17 agustus 1945 surabaya. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapatr hubungan antara kontrol diri dengan *Problem focused coping*. Semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin tinggi kecenderungan *problem focused coping*, sebalinya semakin rendah kontrol diri maka akan semakin rendah *promblem focused coping*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2014 di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sedangkan sample dalam penelitian ini berjumlah 101 responden mahasiswa laki-laki. Teknik pengambilan sample dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Metode pengambilan data dalam penelitian ini *skala likert* yang berupa skala kontrol diri dan skala *problem focused coping* . Sedangkan teknik analisa data menggunakan korelasi *product moment* dari pearson pada program *Statistic Package For Social Science* (SPSS) versi 20.0. Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisa korelasi product moment dari pearson diperoleh nilai korelasi (r)sebesar 0.829, p = 0,000 (p<0,05). Artinya ada hubungan positif yang **sangat signifikan** antara kontrol diri dengan *promblem focused coping* pada perokok dikalangan mahasiswa.

Kyword: kontrol diri,promblem focused coping

Pedahuluan

Perilaku merupakan *coping* hanya satu bagian dari satu set yang sangat luas atau bisa disebut sebagai proses mengatasi suatu permasalahan. *coping juga disebut sebagai* upaya kognitif dan perilaku yang digunakan oleh individu untuk menghadapi tuntutan yang ada didalam irinya maupun dalam lingkungan sekitar.

Coping stress terdiri dua strategi yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping. Problem focused coping* adalah penyelesaian masalah dalam menghadapi suatu tekanan atau suatu permasalahan individu mampu menyelesaikan atau mampumengahadapi stressor. Sedangkan *emosional focused coping* suatu proses yang

secara kognitif yang mempusatkan suatu cara atau mampu menghindari, mengurangi, dan membandingkan suatu permasalahn yang akan datang.

Dalam penelitian ini peneliti akan memfokus tentang strategi *coping* yang berfokus *problem focused coping* karena peneliti ingin mengetahui usaha bagaimana mahasiswa mampu mengatur-tuntutan, tuntutan tersebut meliputi usaha mengarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung yang dapat diarahkan pada lingkungan maupun diri sendiri. *Problem-focused coping* adalah *coping* yang bertujuan untuk menghilangkan tekanan dengan cara menggunakan beragam strategi penyelesaian masalah. Mahasiswa yang menggunakan *problem-focused coping untuk menghaadapi atau menyelesaikan masalah dalam situasi yang penuh tekanan secara langsung akan berfikir logis untuk mencari jaln skeluar dari permasalahan tersebut.*

Usaha untuk mengatasi stres dengan cara ia mampu mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi atau lingkungan sekitar. Jenis *coping* ini yang sering digunakan oleh sebgian orang karena mampu mengatasi masalah secara langsung yang bersumber dari masalahan yang ada. Pemilihan jenis strategi menghadapi persoalan sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu menilai suatu persoalan, untuk menilai didasari pengendalian diri atau disebut dengan kontrol diri. Salah satu upaya mahasiswa untuk mengekpresikan tuntutan-tuntutan yang ada didalam dirinya agar mampu mengontrol perilaku ,dengan adanya perasaan yang terdorong untuk mengonsumsi rokok, upaya untuk menangulangi munculnya perilaku merokok yaitu dengan cara mengelola kontrol diri. Kontrol diri diperlukan karena mampu mengatasi suatu kemampuan yang dimiliki dan mampu mengatasi suatu hal yang merugikan yang aka sewaktu-waktu akan terjadi.

Individu yang memilki kontrol diri yang baik akan mampu menangani masalah-masalah yang ada pada dirinya, lingkungan, teman sebaya, dan keluarga. Dalam hal ini membantu proses penyelesaian masalah atau disebut dengan promblem focused coping. Maka bisa dikatakan jika individu memilki kontrol diri yang tinggi cenderung akan menunakan strategi *problem focused coping* karena individu yang memiliki kontrol diri yang positif maka dikatakan mampu menyelesaiakan masalahnya. Sebaliknyaa jika individu yang memilki kontrol diri rendah cenderung tidak mengunakan promblem focused coping karena individu tersebut tidak mampu meyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Metode Peneltian

Populasi dalam peneliti ini populasi yang diambil oleh peneliti adalah mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Jumlah sample penelitian adalah 101 mahasiswa. Peneliti mengambilan sample menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan subyek yang disarkan atas adanya tujuan tertentu dalam hal ini didasari atas ciri-cir. Sifat-sifat atau karakteristik tertentu yang telah diketahui sebelumnya Teknik data yang digunakan dalam mencari hubungan dan membuktikan hubungan mengenai hipotesis yang diajukan adalah menggunakan teknik korelasi *product moment* yang diolah dengan SPSS versi 20.0.

Penelitian ini mengunakan metode kuantitatif dengan menggunakan rancangan korelasi. Penelitian ini menggunakan dua skla yaitu :

1) Skala Kontrol Diri

Kontrol diri adalah suatu kemampuan membimbing, mengatur, mengarahkan perilakunya mampu membuat situasi dan mampu mengarahkan dirinya dengan hal yang positif.

Kontrol diri yang dimaksud dalam penelitian ini sesuai dengan pendapat averill yaitu kemampuan individu untuk mengontrol perilaku dan mengatur stimulus yang ditunjukkan dengan indikator-indikator dibawah ini:

1. Kontrol perilaku (Behavioral control)
   a. Mampu mengontrol perilaku
   b. Mampu mengatur stimulus
2. Mengontrol kognisi (Cognitive control)
   a. Mampu mengelola informasi
   b. Mampu menilai keadaan
3. Mengontrol keputusan (Decisional control)
   a. Mampu mengambil keputusan
   b. Mampu mengambil tindakan

2) Skala promblem .focused coping

Promblem focused coping adalah strategi menghadapi stress yang berorientasi pada suatu maslah. Pada strategi ini individu mengahdapi maslah secara langsung dengan maslah yang menimbulkan stress. Usaha yang dilakukan lebih diarahkan kepada penyelesaian masalah. Tinggi rendah *Promblem focused coping* dilihat dari indikator *promblem focused coping*.

Skala *promblem focused coping* menurut carver dkk menyebutkan lima aspek *promblem focused coping* antara lain (Nurhayati, 2006) :

1) Keaktifan diri
   a) Bertindak untuk mencoba menghilngkan stress
   b) Bertindak untuk memperbaiki akibat dari stress
2) Perenca naan
   a) Membuat strategi bertindak

b) memikirkan upaaya yaang perlu diambil dalam menyelsaikan suatu masalah

3) Penekanan kegiatan bersaing

a) Berkonsentrasi penuh pada situasi yang dihadapi

b) menghindari hal yang lain mengganggu

4) Kontrol diri

a) Tidak ternuru-buru dalam bertindak

b) Menunggu waktu atau kesempatan yang tepat untuk menyelesaikan masalah

5) Dukungan sosial

a) Mencari nasehat atau mencari informasi

Hasil

Perhitungan dalam penelitian ini melakukanbantuan program SPSS versi 20.0.

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Hasil uji normalitas sebaran pada variabel kontrol diri melalui test of normality *kolmogorof-smirnov Z* dan *asymp.sig* sebesar 1,331 untuk *kolmogorov-smirnov Z* dan untuk *asymp.sig* diperoleh sebesar 0.058. Oleh karena taraf signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05 maka ubahan kontrol diri mempunyai sebaran normal.

Hasil uji normalitas sebaran pada variabel *promblem focused coping* melalui test of normality *kolmogorov-smirnov Z* dan asymp-sig diperoleh 1,855 untuk kolmogorov-smirnov Z dan untuk *asymp.sig* diperoleh sebesar 0,056. Oleh karena taraf signifikansi yang menghasilkan angka sebesar 0,05 maka ubahan *promblem focused coping* mempunyai sebaran normal.

Hasil Uji Normalitas Kolmogorov – Smirnov

Variabel	**Z**	**P**	**Keterangan**
Promblem focused coping	1.855	0,056	Terdistribusi normal
Kontrol diri	1,331	0,058	Terdistribusi normal

b. Uji Linieritas

Berdasarkan hasil penelitian uji linieritas kontrol diri dengan promblem focused coping menunjukan nilai p=0,00 (p<0,05) maka kedua variabel tersebut mempunyai hubungan linier. Ubahan yang diuji linieritas hubungan ini adalah antara ubahan kontrol diri dengan promblem focused coping. Hasil uji liniearitas diperoleh harga koefisiensi F = 216.798dengan p = 0,000 (p<0,05),maka anatara variabel kontrol diri dengan variabel promblem focused coping memiliki hubungan yang linier.

Hasil Uji Linieritas Curve Estimation – Linier

Linieritas	**F**	**P**	**Keterangan**
Hubungan antara kontrol diri dengan promblem focused coping	216.798	0,000 (p<0,05)	Mengahsilakan hubungan yang linier

2. Uji Hipotesis

Berdasarkan uji asumsi dasar, pada uji normalitas variabel kontrol diridan promblem focused coping mendapatkan nilai normal, maka analisa yang digunakan peneliti adalah parametrik maka analia data yang digunakan adalah korelasi *produk momen*.

Sesuai dengn data yang dipereroleh yaitu untuk seluruh variabel menghasilkan data interval, maka analisis data yang dilakukan adalah analisis korelasi *produk momen*, yaitu menguji hubungan antara kontrol diri dengan promblem focused coping diperoleh koefisiensi korelasi (r_{xy}) sebesar 0.829 pada taraf signifikansi (p) = 0,000. Oleh karena taraf signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,01 maka antara kontrol diri dengan.. promblem focused coping mempunyai hubungan **positif** dan **sangat signifikan** dengan kekuatan hubungan sangat kuat.

Pembahasan

Hasil uji hipotesis menunjukan bahwa dalam hipotesis penelitian yang telah diajukan diterima yaitu terdapat hubungan yaang positif dan sangat signifikan antara kontro diri dengan *problem focused coping*. Hasil yang diperoleh dalam penelitian analisis korelasi product momen yaitu menguji hubungan antara kontrol diri dengan *problem focused coping* diperoleh koefisiensi korelasi (r_{xy}) sebesar 0.829 pada taraf signifikansi (p) = 0,000. Oleh karena taraf signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,01 maka antara kontrol diri dengan problem *focused coping* mempunyai hubungan positif dan sangat signifikan dengan kekuatan hubungan sangat kuat. Semua perhitungan dalam penelitian ini menggunakan SPSS versi 20.0.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan diatas terbukti ada hubungan positif antara kontrol diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa. Hal ini dapat diajukan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi *problem focused coping*. sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah promblem focused coping pada perokok dikalangan mahasiswa.

Terbuktinya hipotsis ini karena setiap individu memerlukan suatu kemampuan untuk mengontrol dirinya baik kontrol diri kognitif, emosi, dan perilaku. Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang mampu membantu mengatur dan mengarahkan setiap perilaku. Semakin tinggi kontrol diri individu akan mamapu mengontrol kognitifnya dengan baik, sebaliknya jika individu memiliki kontrol diri yang rendah cenderung individu tidak mampu mengontrol perilaku dengan baik, tidak bisa mengontrol kognitif atau cara fikir yang baik, dan tidak mampu mengambil keputusan tindakan untuk menyelesaikan suatu masalah yang terjadi.

Individu yang memilki kontrol diri yang baik akan mampu menangani masalah-masalah yang ada pada dirinya, lingkungan, teman sebaya, dan keluarga. Dalam hal ini membantu proses penyelesaian masalah atau disebut dengan promblem focused coping.

Promblem focused coping sendiri merupakan coping yang berfokus pada masalah, ditandai dengan usaha individu dalam mengelola atau mencari cara untuk menyelelesaikan masalah yang menyebabkan timbulnya tekanan.

Promblem focused coping adalah coping yang bertujuan untuk menghilangkan tekanan dengan cara mengunkan strategi penyelesaian masalah. individu yang menggunakan promblem focused coping delam menghadapi masalah atau situasi yang penuh tekanan akan berfikir logis dan berusaha mencari jalan keluar persoalan dengan positif.

Simpulan

a. Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, Jumlah subyek yang diteliti sejumlah 101 orang dan peneliti mengambil subyek perokok dikalangan mahasiswa universitas 17 agustus 1945 surabaya. Pemilihan kelompok subyek menggunakan teknik *proposive sampling*. Berdasarkan perhitungan analisis data menggunakan uji *produk momen* menujukan hasil terdapat hubungan anatara kontrol diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa universitas 17 agustus 1945 surabaya, Hal ini diajukan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi *prolem focused coping*. Sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah *problem focused coping*. Dalam penelitian ini terdapat hubungan tang sangat signifikan antara kontrol diri dengan promblem focused coping pada perokok dikalangan mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

b. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya, maka ada beberapa saran yang dapat penulis sampaikan :

1. Bagi Subyek Penelitian

a. Diharapkan bagi para perokok untuk merokok pada tempatnya

b. Berpositif tihingking terhadap apapun yang terjadi pada dirinya dan belajar lebih baik agar mampu bisa mengontrol dirinya jika mempunyai permasalahan mampu mengarahkan kejalan yang lebih baik

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya lebih kritis mengali informasi dan mengunakan metode wawancara secara kuantitatif.

Daftar Pustaka

Selfi Fajarwati (2015). Hubungan Antara Self Control Dan Self Efficacy Dengan Prokrastination Akademik Pada Mahasiswa BK UNY Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Artijel E-Journal, vol 4(8), 3*

Agustina Ekasari, Suhertin Yuliyana (2012). Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. *Jurnal Soul, Vol. 5(2). 59.*

Yanto Prasetyo (2016). Efikasi Diri Kematangan emosi dan Promblem Focused Coping. *Jurnal Psikologi Indonesia,Vol. 5 (02).181-186*

Alam Purwandhani Prastuti dan Taufik (2014). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Promblem Focused Coping. *Jurnal Penelitian Humaniora, Vol. 15 (1). 15-23*

Andrian Pramadi dan Hari Lasmono. (2003). Koping Stres pada Etnis Bali, Jawa, dan Sunda. *Indonesian Psychology Journal. Vol 18, No 4*, Hlm 326-340.

Sarafino (2006). psikologi kesehatan. jakarta.CV.Rajawali

Siti Rohmah Nurhayati. (2006). Peningkatan Kemampuan Menggunakan Problem Focused Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal. Vol. 3, No. 1 Januari 2006*, 18-27.

Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.

Agustina Ekasari, Suhertin Yuliyana (2012). Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. *Jurnal Soul, Vol. 5(2). 59.*

Gretty C. Runtukahu, Jehosua Sinolungan , dan Henry Opod Hubungan (2015). Kontrol diri dengan perilaku merokok kalangan remaja di SMKN 1 Bitung. *Jurnal e-Biomedik (eBm), Volume 3(1). 84-92.*

SURKESNAS (2001, 2004), RISKESDAS(2007, 2010, 2013), Hasil sementara Sirkesnas 2016- Balitbangkes.

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

ORIGINALITY REPORT

%33	%31	%5	%11
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.uny.ac.id Internet Source	%9
2	media.neliti.com Internet Source	%4
3	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	%3
4	ejournal-unisma.net Internet Source	%3
5	eprints.ums.ac.id Internet Source	%2
6	Submitted to Unika Soegijapranata Student Paper	%2
7	docobook.com Internet Source	%2
8	journal.student.uny.ac.id Internet Source	%1

9	jurnalpsikologiuht.com Internet Source	%1
10	pt.scribd.com Internet Source	%1
11	www.ejournal-s1.undip.ac.id Internet Source	%1
12	Muhammad Anis Zawawi. "Hubungan antara Persepsi Atlet Wushu Sanda Senior pada Program Latihan dengan Motivasi Berprestasi dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Tahun 2019", Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran, 2018 Publication	%1
13	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	%1
14	www.proskripsi.com Internet Source	<%1
15	repository.uhamka.ac.id Internet Source	<%1
16	id.123dok.com Internet Source	<%1
17	mafiadoc.com Internet Source	<%1
18	blognya-olivia.blogspot.com Internet Source	<%1

19	Adriel Boals. "The relationship between self-control and health: The mediating effect of avoidant coping", Psychology and Health, 2011 Publication	<%1
20	repository.unika.ac.id Internet Source	<%1

EXCLUDE QUOTES	OFF	EXCLUDE MATCHES	OFF
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY	OFF		