Skala Coping Stress

Nama :

Prodi :

Semester :

Jenis Kelamin :

**PETUNJUK PENGERJAAN**

Baca dan pahamilah setiap butir pernyataan yang ada. Pada setiap pernyataan tidak ada jawaban yang salah sehingga semua jawaban anda benar. Oleh karena itu jawablah setiap butir pernyataan dengan jawaban yang sesuai dan terjadi pada anda, sesuai dengan sikap, kenyataan dan pemikiran yang berasal dari anda sendiri dan peneliti akan melindungi jawaban yang telah anda berikan. Pilihlah satu jawaban pada kolom jawaban yang tersedia dengan memberi tanda (√).

##### Keterangan

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| SS | : Sangat Sesuai | TS | : Tidak Sesuai |
| S | : Sesuai | STS | : Sangat Tidak Sesuai |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Pernyataan** | **SS** | **S** | **TS** | **STS** |
| 1 | Apabila saya merasa kurang puas setelah bimbingan dengan dosen pembimbing, saya mencari dosen lain yang dapat berdiskusi mengenai skripsi saya |  |  |  |  |
| 2 | Saya menambah wawasan dalam mengerjakan skripsi dengan cara membaca buku referensi dan hasil penelitian |  |  |  |  |
| 3 | Saya segera menghubungi teman untuk meminta bantuan ketika saya kesulitan dalam mencari subjek untuk penelitian |  |  |  |  |
| 4 | Saya mempelajari cara untuk mengolah data hasil penelitian dengan bertanya kepada orang yang lebih mengerti |  |  |  |  |
| 5 | Saya tidak tahu apa yang harus dilakukan saat tidak memahami masukan perbaikan dari dosen pembimbing |  |  |  |  |
| 6 | Saya mencoba untuk menyelesaikan skripsi walaupun sulit, setidaknya saya telah melakukan sesuatu |  |  |  |  |
| 7 | Saya memilih untuk pergi ke perpustakan pada saat sedang kekurangan sumber literatur daripada mengabaikannya |  |  |  |  |
| 8 | Orang tua saya terus menerus mengingatkan saya untuk lulus tepat waktu, tetapi saya tidak mengambil tindakan untuk menyelesaikan skripsi dengan cepat |  |  |  |  |
| 9 | Ketika dosen pembimbing saya sulit ditemui, saya konsultasi dengan dosen lain yang mengerti topik penelitian saya |  |  |  |  |
| 10 | Saya memiliki target waktu untuk menyelesaikan skripsi, maka saya memaksimalkan usaha untuk mengerjakannya |  |  |  |  |
| 11 | Saya menganalisis kesalahan yang saya buat setiap kali selesai bimbingan |  |  |  |  |
| 12 | Saya tidak membuat perencanaan dan target waktu untuk menyelesaikan skripsi |  |  |  |  |
| 13 | Saya kesulitan dalam menyusun langkah-langkah untuk mengolah data yang telah saya peroleh |  |  |  |  |
| 14 | Saat saya kesulitan dalam menganalisa data, saya mendiskusikan dengan teman bagaimana cara menganalisa dengan baik |  |  |  |  |
| 15 | Ketika merasa malas dalam menyelesaikan skripsi, saya meminta nasihat kepada teman atau kakak tingkat yang telah menyelesaikan |  |  |  |  |
| 16 | Saya ingin dosen pembimbing mendukung topik penelitian yang saya buat |  |  |  |  |
| 17 | Saya berpikir bahwa masalah yang saya hadapi akan selesai seiring berjalan waktu |  |  |  |  |
| 18 | Saya percaya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik, walaupun sering merasa terpuruk |  |  |  |  |
| 19 | Untuk mempermudah saya dalam mengerjakan skripsi, saya berusaha untuk mencari referensi sebanyak-banyaknya |  |  |  |  |
| 20 | Ketika ada yang tidak dipahami mengenai penyelesaian skripsi, saya segera menemui dosen pembimbing untuk membicarakannya |  |  |  |  |
| 21 | Hal yang membuat saya bangkit dari keterpurukan dalam mengerjakan skripsi adalah saat membayangkan orangtua saya bangga melihat saya |  |  |  |  |
| 22 | Saya memilih untuk pergi ke suatu tempat yang dapat mengurangi beban pikiran mengenai penyelesaian skripsi |  |  |  |  |
| 23 | Saya memilih untuk menambah wawasan dengan membaca penelitian yang berhubungan dengan penelitian saya daripada pergi jalan-jalan |  |  |  |  |
| 24 | Saya memilih diam untuk menenangkan diri setelah dikritik oleh dosen pembimbing daripada meluapkannya |  |  |  |  |
| 25 | Saat terjadi masalah dalam pengumpulan data untuk penelitian, saya menjaga ketenangan emosi agar tidak terbawa perasaan |  |  |  |  |
| 26 | Saya memilih untuk tetap tenang saat mendapat tekanan (lulus kuliah tepat waktu) dari orangtua |  |  |  |  |
| 27 | Saya tidak dapat tenang ketika subjek penelitian sulit ditemukan |  |  |  |  |
| 28 | Saya tetap mengerjakan tugas yang sudah menjadi tanggung jawab saya selain penyelesaian skripsi |  |  |  |  |
| 29 | Saya yakin dengan bekerja keras kesulitan yang saya hadapi dalam penyelesaian skripsi dapat teratasi |  |  |  |  |
| 30 | Saya menyelesaikan kembali skripsi yang telah lama saya abaikan |  |  |  |  |
| 31 | Ketika tidak dapat menghadapi masalah dalam pengumpulan data, saya memilih untuk membiarkan masalah yang ada |  |  |  |  |
| 32 | Saya berdoa sebelum melakukan setiap aktivitas, terutama saat ingin bertemu dengan dosen pembimbing |  |  |  |  |
| 33 | Saat dalam kesulitan mencari literatur untuk penelitian, saya berdoa kepada Tuhan agar memberi kemudahan |  |  |  |  |
| 34 | Saya meyakini bahwa Tuhan tidak akan memberi masalah diluar batas kemampuan hambanya dalam penyelesaian skripsi |  |  |  |  |
| 35 | Beribadah tidak berkorelasi positif dengan kelancaran penyelesaian penelitian saya |  |  |  |  |
| 36 | Dorongan orangtua untuk lulus tepat waktu menjadi tekanan yang mengganggu perasaan saya |  |  |  |  |

##### -Atas kesediaan dan partispasi Anda, saya ucapkan terimakasih-