

**PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
KEMAMPUAN KOPING STRES PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH
DI KECAMATAN UMBULSARI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

ROHMATUL HANNANI

NIM : 19410063

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

**PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
KEMAMPUAN KOPING STRES PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH
DI KECAMATAN UMBULSARI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi
(S.Psi)

Oleh

Rohmatul Hannani

NIM. 19410063

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM

MALANG

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
KEMAMPUAN KOPING STRES PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH
DI KECAMATAN UMBULSARI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Oleh:

Rohmatul Hannani

NIM. 19410063

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing 1



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Dosen Pembimbing 2



Dr. Muallifah, S.Psi, MA

NIP. 198505142019032008

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP
KEMAMPUAN KOPING STRES PADA REMAJA SEKOLAH MENENGAH
KECAMATAN UMBULSARI KABUPATEN JEMBER**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal: 15 Mei 2023

Sekretaris Penguji

Penguji Utama



Dr. Muallifah, MA

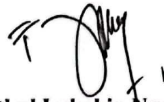
NIP. 198505142019032008



Drs. H. Yahya Dja'far, MA

NIP. 1966051819911031004

Ketua Penguji



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197605122003121002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi) pada tanggal:

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. H. Mifta Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rohmatul Hannani

NIM : 19410063

Fakultas/Jurusan : Psikologi/Psikologi

Skripsi ini ditulis oleh peneliti dengan hasil karya sendiri secara keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang disertakan dengan sumbernya. Skripsi ini berjudul "Pengaruh Status Identitas dan Efikasi Diri terhadap Kemampuan Koping Stres pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember". Jika ada klaim dari pihak lain maka hal tersebut di luar tanggung jawab dari dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Malang, 15 Mei 2023



Rohmatul Hannani

NIM. 19410063

MOTTO

“APABILA SHOLAT TELAH DILAKSANAKAN, MAKA BERTEBARANLAH
KAMU DI BUMI. CARILAH KARUNIA ALLAH DAN INGATLAH ALLAH
BANYAK-BANYAK AGAR KAMU BERUNTUNG”

Q.S. AL JUMU’AH: 10

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah menganugerahkan kesehatan, kekuatan, serta kelancaran dalam proses penyelesaian skripsi dari awal hingga akhir.

Kedua, karya ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang telah berjuang demi keberlangsungan pendidikan terbaik dan senantiasa mendoakan anak-anaknya.

Terakhir, saya ucapkan terima kasih untuk keluarga tercinta, sahabat, dan teman-teman yang selalu memberikan dukungan dan bantuan secara emosional. Tak lupa pula karya ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri. Terima kasih karena telah berjuang hingga akhir untuk menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah senantiasa dipanjatkan kepada Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Sholawat serta salam senantiasa disampaikan kepada Nabi Agung Muhammad SAW yang senantiasa dinantikan syafa'atnya kelak di akhirat.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala hormat, saya ucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Psi selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku Dosen Pembimbing satu.
Terima kasih banyak atas segala bimbingan, tenaga, dan waktu yang telah diberikan selama proses bimbingan maupun di luar bimbingan. Terima kasih pula atas segala bentuk saran, kritik, hingga solusi terbaik yang telah disampaikan kepada saya atas usaha yang telah saya lakukan
4. Dr. Muallifah, M.A selaku Dosen Pembimbing kedua. Terima kasih banyak atas bimbingan, arahan, dan saran yang diberikan selama proses pengerjaan skripsi. Terima kasih juga disampaikan atas kesempatan untuk bisa bekerja sama dalam berbagai *event* kepenulisan artikel penelitian
5. Dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan pengarahan pada skripsi ini
6. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terutama seluruh dosen disampaikan terima kasih atas segala bentuk ilmu dan bimbingannya

7. Segenap keluarga besar SMP Negeri 1 Umbulsari terutama dewan guru, guru BK, Wali Kelas IX B, Pembina OSIS, Ketua Kelas, Ketua OSIS, dan anggota kelas IX B serta seluruh anggota OSIS SMP Negeri 1 Umbulsari
8. Segenap keluarga besar SMA Negeri Umbulsari terutama dewan guru, guru BK, Wali Kelas XII IPS 1, Pembina OSIS, Ketua Kelas, Ketua OSIS, dan anggota kelas XII IPS 1 serta seluruh anggota OSIS SMA Negeri Umbulsari
9. Pengasuh Pondok Pesantren Al-Hikmah Al-Fathimiyyah Joyosuko Malang yang telah memberikan restu dan ilmunya baik di pondok maupun di kampus
10. Ayah, Ibu, Adik, Abah, dan Ummi yang selalu memberikan do'a dan dukungan terbaiknya hingga saat ini
11. Teman-teman Mahasiswa Psikologi angkatan 2019 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
12. Teman-teman Santri Pondok Pesantren Putri Al-Hikmah Al-Fathimiyyah, terutama rekan kamar T dan kamar A yang telah mendukung terselesainya skripsi ini.

Sampai pada akhir kata, saya berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Malang, 15 Mei 2023

Rohmatul Hannani

NIM. 19410063

DAFTAR ISI

COVER

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xviii
ملخص البحث	xx

BAB I : PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH	5
C. TUJUAN	6
D. MANFAAT	6
1. Teoritis	6
2. Praktis	6

BAB II : KAJIAN PUSTAKA

A. KOPING STRES	7
1. Definisi Koping Stres	7
2. Aspek Koping Stres	10
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Koping Stres	11
4. Koping Stres dalam Islam	12
B. STATUS IDENTITAS	13
1. Definisi Status Identitas	13
a. Identitas Ego	13
b. Status Identitas	14
2. Aspek Status Identitas	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Identitas	16
C. EFIKASI DIRI	17
1. Definisi Efikasi Diri	17
2. Aspek Efikasi Diri	19
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri	20
D. PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KEMAMPUAN KOPING STRES	21
E. HIPOTESIS PENELITIAN	24

BAB III : METODE PENELITIAN

A. JENIS DAN DESAIN PENELITIAN	25
B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN.....	25
C. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL	26
1. Status Identitas	26
2. Efikasi Diri	26
3. Koping Stres	27
D. POPULASI DAN SAMPEL	28
E. METODE PENGUMPULAN DATA	30

F. INSTRUMEN PENELITIAN	31
1. Skala Koping Stres	32
2. Skala Status Identitas	33
3. Skala Efikasi Diri	33
G. UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS	34
1. Uji Validitas Instrumen	35
2. Uji Reliabilitas Instrumen	35
H. METODE ANALISIS DATA	36

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

A. PELAKSANAAN PENELITIAN	38
1. Gambaran Lokasi Penelitian	38
2. Waktu dan Tempat	38
3. Populasi dan Sampel	38
B. PEMAPARAN HASIL PENELITIAN	39
1. Karakteristik Responden	39
a. Latar Belakang Responden	39
b. Rentang Usia Responden	39
2. Analisa Deskriptif	41
a. Koping Stres	42
b. Status Identitas	42
c. Efikasi Diri	43
d. Kategorisasi	43
3. Uji Asumsi Klasik	51
a. Uji Normalitas	52
b. Uji Autokolinerasi	52
c. Uji Homogenitas/Heteroskedastisitas	52
d. Uji Multikolinieritas	53
e. Uji Regresi Linier Berganda	57
4. Uji Hipotesis	58
a. Uji Simultan (F)	58
b. Uji Parsial (T)	59
c. Koefisien Determinasi	60
C. PEMBAHASAN	62

1. Strategi Koping Stres pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari	62
2. Status Identitas pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari	64
3. Tingkat Efikasi Diri Remaja Sekolah Menengah Kecamatan Umbulsari	65
4. Pengaruh Status Identitas (X_1) terhadap Kemampuan Koping Stres (Y)	65
5. Pengaruh Efikasi Diri (X_2) terhadap Kemampuan Koping Stres (Y)	67
6. Pengaruh Status Identitas (X_1) dan Efikasi Diri (X_2) secara Simultan terhadap Kemampuan Koping Stres (Y)	68

BAB V: KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN	70
B. SARAN	72
1. Untuk Subjek Penelitian	72
2. Untuk Peneliti Selanjutnya	72

DAFTAR PUSTAKA	74
----------------------	----

LAMPIRAN	80
----------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Ketentuan Pemberian Skor pada Jawaban	31
Tabel 3.2 <i>Blueprint Ways of Coping Quistionnaire</i>	32
Tabel 3.3 <i>Blueprint Skala Status Identitas</i>	33
Tabel 3.4 <i>Blueprint General Self Efficacy Scale-12</i>	34
Tabel 3.5 Hasil Pengujian Validitas Item	35
Tabel 3.6 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala	36
Tabel 4.1 Tabel Statistik Deskriptif Usia	40
Tabel 4.2 Analisis Statistik Hipotetik	42
Tabel 4.3 Kategorisasi Statistik Hipotetik	43
Tabel 4.4 Kategorisasi <i>Emotion Based-Coping</i>	43
Tabel 4.5 Kategorisasi <i>Problem Based-Coping</i>	44
Tabel 4.6 Kategorisasi <i>Mixed Coping</i>	44
Tabel 4.7 Kategorisasi Aspek Eksplorasi Status Identitas	44
Tabel 4.8 Kategorisasi Aspek Komitmen Status Identitas	44
Tabel 4.9 Status Identitas	45
Tabel 4.10 Kategorisasi Efikasi Diri	46
Tabel 4.11 Kategorisasi Koping Stres	46
Tabel 4.12 Kategorisasi Status Identitas	48
Tabel 4.13 Kategorisasi Efikasi Diri	50

Tabel 4.14 <i>Shapiro Wilk Normality Test</i>	52
Tabel 4. 15 <i>Durbin Watson Test</i>	52
Tabel 4.16 <i>Breusch Pagan Test</i>	53
Tabel 4.17 <i>Tolerance and Variance Inflation Factor</i>	53
Tabel 4.18 Kategorisasi	54
Tabel 4.19 Persentase Kategori Responden	54
Tabel 4.20 Presentase Aspek Koping Stres	55
Tabel 4.21 Presentase Aspek Efikasi Diri	56
Tabel 4.22 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda	57
Tabel 4.23 Hasil Uji Simultan (F)	58
Tabel 4.24 Hasil Uji Parsial (T)	59
Tabel 4.25 Koefisien Determinan	61
Tabel 4.26 Sumbangan Efektif Variabel menggunakan SPSS	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Variabel Penelitian	23
Gambar 4.1 Diagram Latar Belakang Responden	39
Gambar 4.2 Diagram Rentang Usia Responden	40
Gambar 4.3 Diagram Koping Stres	48
Gambar 4.4 Diagram Kecenderungan Strategi Koping Stres	48
Gambar 4.5 Diagram Status Identitas	50
Gambar 4.6 Diagram Efikasi Diri	51

ABSTRAK

Rohmatul Hannani, 19410063. 2023. Pengaruh Status Identitas dan Efikasi Diri terhadap Koping Stres pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember

Pembimbing : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

Dr. Muallifah, MA

Kata Kunci : Status Identitas, Efikasi Dri, Koping Stres

Skripsi menjadi syarat kelulusan dalam dunia perkuliahan. Dalam mengerjakan skripsi, mahasiswa mengalami hambatan-hambatan secara individu sehingga memungkinkan untuk memunculkan perasaan cemas, menurunnya motivasi, dan frustrasi. Hambatan lainnya yang muncul yang bersifat non-psikis adalah biaya dan waktu.

Koping stres dipengaruhi oleh beberapa hal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh status identitas dan efikasi diri terhadap koping stres pada remaja sekolah menengah menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tiga instrumen penelitian, dua instrumen diadaptasi dari instrumen asli yaitu *Ways of Coping Quistionnaire* dan *General Self-Efficacy Scale-12*, dan satu instrumen yang dikembangkan oleh peneliti yaitu skala status identitas. Subjek penelitian yang terlibat sebanyak 123 responden dengan kriteria siswa-siswi sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas serta anggota OSIS. Data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan analisis regresi linier berganda.

Hasil dari penelitian dapat diketahui bahwa kategori responden pada variabel koping stres termasuk tinggi dengan presentase 100% dimana 15% responden cenderung menggunakan strategi koping berbasis emosi, 13% responden berbasis masalah, dan 72% menggunakan strategi campuran antara keduanya. Pada variabel

status identitas responden berada pada kategori status identitas yang tinggi dimana presentase 68% orang responden termasuk ke dalam status identitas *identity achievement*, 15% termasuk ke dalam status identitas *moratorium*, 17% termasuk ke dalam status identitas *foreclosure*, dan tidak ada responden yang termasuk ke dalam status identitas *identity diffusion*. Pada variabel efikasi diri semua responden termasuk pada kategori tinggi dengan presentase 100%.

Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa status identitas mempunyai pengaruh pada koping stres sebesar 5.4% ($\text{sig } t \ 0.009 < \alpha = 0.05$). Sedangkan efikasi diri mempunyai pengaruh terhadap koping stres sebesar 6.7% ($\text{sig } t \ 0.004 < \alpha = 0.05$). Variabel status identitas dan efikasi diri memiliki pengaruh secara simultan terhadap koping stres sekitar 12%. Aspek eksplorasi dan komitmen pada status identitas akan menentukan kecenderungan penggunaan strategi koping stres pada remaja. Begitu pula dengan aspek kemampuan dalam mengatasi kesulitan dan fokus pada tujuan dalam efikasi diri yang terbukti sangat berperan dalam kecenderungan penggunaan strategi koping stres.

Dengan demikian tingginya status identitas remaja dan tingkat efikasi dirinya akan memfasilitasi kemampuan koping stres remaja. Semakin seorang remaja memiliki kemampuan eksplorasi dan komitmen yang baik diiringi dengan tingginya efikasi diri maka remaja tersebut akan mampu memaksimalkan kemampuan kopingnya dalam menangani stres yang dialaminya. Hal ini akan meminimalisir pengaruh respon emosional (stres) yang negatif seperti pergaulan bebas, bunuh diri, ataupun pembunuhan.

ABSTRACT

Rohmatul Hannani, 19410063. 2023. The Effect of Identity Statuses and Self-Efficacy on Stress Coping in Middle School Adolescents in Umbulsari District Regency

Advisor : Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si

Dr. Muallifah, MA

Keywords: Identity Statuses, Self-Efficacy, Stress Coping

The thesis is a graduation requirement in the world of lectures. In working on the thesis, students experience individual obstacles so that it is possible to generate feelings of anxiety, decreased motivation, and frustration. Other barriers that arise that are non-psychic are costs and time.

Stress coping is influenced by several things. This study aims to determine the effect of identity statuses and self-efficacy on stress coping in high school adolescents using a quantitative approach with three research instruments, two instruments adapted from the original instruments namely The Ways of Coping Questionnaire and General Self-Efficacy Scale-12, and one instrument that developed by researchers, namely the identity crisis scale. The research subjects involved were 123 respondents with the criteria of junior high school and high school students as well as members of the Student Council. The research data used descriptive analysis and multiple linear regression analysis.

The results of the study show that the respondent category is in the high-stress coping variable with a percentage of 100% with 15% of respondents tending to use emotion-based coping strategies, 13% of problem-based respondents, and 72% using mixed strategies between the two. In the identity statuses variable, the respondents are in the high identity status category where the percentage of 68% of the respondents are

included in the Identity Achievement status, 15% are included in the moratorium status, 17% are included in the foreclosure status, and no respondents are included into Identity Diffusion status. In the self-efficacy variable, all respondents are included in the high category with a percentage of 100%.

The results of multiple linear regression analysis show that identity statuses has an effect on coping stress of 5.4% ($\text{sig } t \ 0.009 < \alpha = 0.05$). While self-efficacy has an influence on coping stress by 6.7% ($\text{sig } t \ 0.004 < \alpha = 0.05$). The variables of identity statuses and self-efficacy have a simultaneous effect on coping stress by around 12%. Aspects of exploration and commitment to identity status will determine the tendency to use stress coping strategies in adolescents. Likewise with aspects of the ability to overcome difficulties and focus on goals in self-efficacy which has proven to play a major role in the tendency to use stress coping strategies.

Thus the high identity status of adolescents and the level of self-efficacy will facilitate adolescent stress coping abilities. The more a teenager has the ability to explore and have good commitment accompanied by high self-efficacy, the teenager will be able to maximize his coping skills in dealing with the stress he is experiencing. This will minimize the direction of negative emotional (stress) responses such as promiscuity, suicide, or murder.

ملخص البحث

رحمة الحنان , ١٩٤١٠٠٦٣ . ٢٠٢٣ . تأثير دولة الهوية والفاعلية الذاتية في التعامل مع الضغوط لدى المراهقين في المرحلة الإعدادية في منطقة أمبولساري جمبر ريجنسي

المستشار : دكتور فتح اللباب النقول , ماجستير

دكتور مؤلفة , ماجستير

الكلمات المفتاحيات: دولة الهوية , الكفاءة الذاتية , التعامل مع الضغوط

الأطروحة هي شرط التخرج في عالم المحاضرات. أثناء العمل على الأطروحة ، يواجه الطلاب عقبات فردية بحيث يكون من الممكن توليد مشاعر القلق وانخفاض الحافز والإحباط. العوائق الأخرى التي تظهر غير نفسية هي التكاليف والوقت.

يتأثر التعامل مع الإجهاد بعدة أشياء. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين حالة الهوية والكفاءة الذاتية في التعامل مع الإجهاد لدى المراهقين في المدارس الثانوية باستخدام نهج كمي مع ثلاثة أدوات بحثية ، وأداتين مقتبستين من الأدوات الأصلية ، وهما طرق المواجهة ومقياس الكفاءة الذاتية العام- ١٢ ، والأداة التي طورها الباحثون وهي مقياس حالة الهوية. كانت موضوعات البحث المعنية عبارة عن ١٢٣ مشاركًا مع معايير طلاب المدارس الإعدادية والثانوية بالإضافة إلى أعضاء مجلس الطلاب. استخدمت بيانات البحث التحليل الوصفي وتحليل الانحدار الخطي المتعدد.

تظهر نتائج الدراسة أن فئة المستجيبين لمتغير التأقلم للضغط مرتفعة بنسبة ١٠٠٪ حيث يمثل ١٥٪ من المستجيبين إلى استخدام استراتيجيات المواجهة القائمة على العاطفة ، و ١٣٪ من المستجيبين المعتمدين على المشكلات ، و ٧٢٪ يستخدمون استراتيجية مختلطة بين الاثنين. في متغير حالة الهوية ، يكون المستجيبون في فئة حالة الهوية العالية حيث يتم تضمين نسبة ٦٨٪ من المستجيبين في حالة هوية تحقيق الهوية ، ويتم تضمين ١٥٪ في حالة هوية الوقف ، ويتم تضمين ١٧٪ في هوية الرهن الحالة ، ولا يتم تضمين أي مستجيبين في حالة هوية نشر الهوية. في متغير الكفاءة الذاتية ، يتم تضمين جميع المستجيبين في الفئة العالية بنسبة ١٠٠٪.

تظهر نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد أن حالة الهوية لها تأثير على مواجهة الإجهاد بنسبة ٥,٤٪ ($\alpha = 0.05$). بينما تؤثر الكفاءة الذاتية على التعامل مع الضغط بنسبة ٦,٧٪ ($\alpha < 0.004$ sig t). متغيرات حالة الهوية والكفاءة الذاتية لها تأثير متزامن على التعامل مع الإجهاد بحوالي ١٢٪. ستحدد جوانب الاستكشاف والالتزام بحالة الهوية الميل إلى استخدام استراتيجيات مواجهة الإجهاد لدى المراهقين. وبالمثل

مع جوانب القدرة على التغلب على الصعوبات والتركيز على أهداف الكفاءة الذاتية والتي ثبت أنها تلعب دورًا رئيسيًا في الميل إلى استخدام استراتيجيات التعامل مع الإجهاد.

وبالتالي فإن حالة الهوية العالية للمراهقين ومستوى الكفاءة الذاتية سيسهلان قدرات التكيف مع الإجهاد لدى المراهقين. ستسهل حالة الهوية العالية للمراهقين ومستوى الكفاءة الذاتية مهارات التعامل مع الإجهاد لدى المراهقين. كلما زادت قدرة المراهق على الاستكشاف والتزام جيد مصحوبًا بكفاءة ذاتية عالية ، سيكون المراهق قادرًا على تعظيم مهارات التأقلم لديه في التعامل مع الضغط الذي يعاني منه. سيؤدي ذلك إلى تقليل اتجاه الاستجابات العاطفية (التوتر) السلبية مثل الاختلاط أو الانتحار أو القتل.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja memiliki berbagai strategi koping untuk mengatasi stres yang dialaminya. Namun kerap kali koping yang dipilih mengarah ke bentuk koping negatif atau disebut koping non-adaptif seperti pergaulan bebas, konsumsi obat-obatan terlarang, perilaku melukai diri atau NSSI (*Nonsuicidal self-injury*) hingga bunuh diri (Zakaria & Theresa, 2020:86). Salah satu kasus yang ditemukan di Kabupaten Jember adalah kasus pembunuhan yang dilakukan oleh seorang remaja 22 tahun terhadap pacarnya yang berusia 16 tahun yang diduga sedang hamil. Pelaku mencoba mengambil jalan pintas untuk menghindar dari tanggung jawab dan memutuskan untuk membunuh pacarnya tersebut. Korban juga diindikasikan terlibat dalam lingkungan pergaulan yang salah yang merupakan bentuk penggunaan strategi koping yang non-adaptif.

Kasus ini merupakan salah satu contoh koping atau penyelesaian masalah yang dialami pelaku remaja yang bersifat non-adaptif. Belum tercapainya kematangan dan pencapaian tugas perkembangan serta efikasi diri yang rendah menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan koping dalam menyelesaikan permasalahan. Berkaitan dengan kasus tersebut dilakukan penelitian terhadap remaja usia sekolah menengah di salah satu kecamatan di Kabupaten Jember untuk mencari tahu kemampuan dan strategi koping yang dilakukan untuk mengatasi respon psikologis (stres) selama fase pencapaian tugas perkembangan remaja dilihat dari aspek krisis identitas dan efikasi dirinya.

Stres dapat diatasi dan dicegah melalui pengelolaan stres. Pengelolaan stres dapat berupa *self-regulation* atau koping stres. Lazarus dan Folkman (1984:

178) menjelaskan bahwa koping merupakan upaya perubahan kognitif dan perilaku secara konstan untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani suatu individu. Sedangkan koping stres merupakan suatu strategi penanggulangan stres yang dianggap tepat untuk mengatasi *stressor* dengan mengevaluasi sumberdaya yang dimilikinya (Lazarus dan Folkman, 1984: 150). Soponaru (2020: 87) mengungkapkan dalam bahwa strategi koping merujuk pada upaya psikologis yang dilakukan individu untuk mendominasi, menoleransi, mengurangi, atau meminimalkan stres.

Dampak atau efek dari koping tergantung pada karakteristik individu, *stressor*, dan tuntutan konstektual. Folkman dan Moskowitz menyebutkan bahwa koping mengacu pada strategi kognitif-perilaku yang dimulai sebagai respon terhadap stres dan ditujukan untuk mengatasi stres (Pfluger et al., 2021: 540). Strategi koping dapat bersifat adaptif atau maladaptif, artinya dapat mengatasi respon stres dari *stressor* ataupun tidak. Remaja yang memiliki bermacam-macam strategi koping adaptif dapat berpotensi mengangkal kerentanan terhadap *stressor* serta memfasilitasi mental yang sehat dan positif. Berkaitan dengan fenomena yang telah dipaparkan, dapat dipahami bahwa ada kalanya suatu mekanisme koping bersifat non-adaptif sehingga diarahkan ke hal-hal yang negatif seperti pergaulan bebas bahkan pembunuhan. Oleh sebab itu, tingginya tingkat kemampuan koping stres remaja akan meminimalisir hal-hal negatif sebagai bentuk pengalihan stres (tekanan) yang dialaminya.

Lazarus dan Folkman (1984: 150) memaparkan bahwa fungsi-fungsi koping dibedakan pada pengarahannya setiap individu, yaitu untuk mengelola masalah *stressor* atau mengatur respon emosional individu tersebut. Sehingga bisa dikatakan terdapat dua bentuk utama strategi koping yakni strategi koping yang terfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan strategi koping yang terfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Individu dengan koping yang berfokus pada masalah dapat lebih fokus pada masalah atau situasi spesifik yang terjadi dengan mencoba menemukan cara untuk mengubah atau

menghindari masalah tersebut di kemudian hari. Sedangkan individu dengan koping berfokus pada emosi cenderung berfokus untuk menghilangkan situasi stres walau situasi itu sendiri tidak dapat diubah. Dua bentuk koping tersebut mencakup beberapa hal seperti perencanaan dan pengorganisasian waktu, pengembangan rasa humor, pencarian lingkungan yang memberikan kenyamanan, dan juga pengembangan tingkah laku positif (Prihatina et al., 2012: 15).

Koping stres dipengaruhi oleh banyak hal, seperti strategi koping stres, variabel dalam kondisi individu, variabel sosial-kognitif, karakteristik kepribadian, dan hubungan dengan lingkungan sosial bahkan tahapan perkembangan. Secara garis besar, faktor yang mempengaruhi koping stres adalah jenis *stressor* dan strategi penyelesaian stres itu sendiri. Sedangkan faktor hubungan dengan lingkungan sosial dapat terlihat dari tahapan perkembangan psikososial individu. Alwisol (2004: 88) menyebutkan bahwa dalam teori psikososial Erikson lingkungan sosial dapat berpengaruh pada tahapan perkembangan individu dan begitu pula sebaliknya. Tahapan perkembangan dapat mempengaruhi respon individu terhadap lingkungan sosialnya.

Erikson mengungkapkan bahwa setiap tahap perkembangan memiliki target pencapaian yang apabila tidak tercapai akan memunculkan suatu krisis (1989: 202). Krisis ini disebut dengan krisis ego atau bisa disebut dengan krisis identitas. Perbedaan status identitas dalam fase krisis identitas dapat menjadi pembeda bagi tingkat kebermaknaan hidup (Alfian & Suminar, 1999). Status identitas diasumsikan dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam mengelola stres. Selain itu, efikasi diri sebagai bentuk kepercayaan diri terhadap kemampuannya dalam mengelola diri individu terbukti memiliki keterkaitan dengan koping stres. Perbedaan status identitas di setiap tahap perkembangan serta tingkat efikasi diri inilah yang dimungkinkan dapat mempengaruhi pola pengelolaan stres pada setiap individu.

Penelitian yang menghubungkan antara koping dengan tahapan perkembangan dan krisis identitas pertama kali dilakukan oleh Menninger, Haan, dan Vailant yang disebutkan dalam karya Lazarus dan Folkman berjudul “*Stres, Appraisal, and Coping*” (1984: 118). Dalam penelitian ini menyebutkan keterkaitan antara ego dengan pengelolaan stres yakni dengan menjelaskan bahwa dalam psikologi ego, pengelolaan stres berupa koping yang didefinisikan sebagai pemikiran dan tindakan yang realistis dan fleksibel untuk memecahkan masalah dan mengurangi stres.

Sejumlah penelitian terkini terkait status identitas telah banyak dijumpai. Prawitasari (2017) meneliti tentang status identitas religius pada remaja akhir dan kaitannya dengan rumusan layanan bimbingan konseling. Studi yang dilakukan oleh Sa'idah dkk (2022) meneliti terkait status identitas pada *transgender* dan intervensinya dengan konseling. Lestari dkk (2021) dalam penelitiannya mengkaji strategi guru bimbingan konseling dalam mengatasi status identitas pada siswa SMA. Namun penelitian yang mengkorelasikan antara status identitas dengan koping stres belum ditemukan sampai saat ini. Sejauh ini belum ada penelitian terbaru yang mengungkapkan keterkaitan keduanya selain penelitian yang dilakukan oleh Menninger, Haan, dan Vailant bahwa koping stres ditentukan oleh tinggi rendahnya level proses ego di fase perkembangan.

Penelitian mengenai keterkaitan antara koping stres dengan efikasi diri telah banyak dilakukan. Seperti studi Ariej dkk (2021) terkait efikasi diri dengan strategi koping pada penyandang tunarungu. Studi mengenai keterkaitan antara *self-efficacy* dan strategi koping terhadap stres mahasiswa oleh Maulya dan Asniar (Maulya & Asniar, 2017). Suwanti dkk (2019) mengaitkan efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan mekanisme koping pada klien gagal ginjal (Suwanti et al., 2019). Serta penelitian yang

dilakukan Yuliana dkk terkait hubungan strategi koping dengan *self-efficacy* pada pasien *TBC* (Yuliana et al., 2020). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan korelasi positif antara koping stres dan efikasi diri. Dengan kata lain semakin tinggi efikasi diri semakin tinggi pula mekanisme atau kemampuan koping stres individu.

Dari penjabaran tersebut diperoleh suatu asumsi adanya hubungan yang berpengaruh dari status identitas dalam tahapan perkembangan remaja dan efikasi diri yang mempengaruhi kemampuan koping stres remaja. Akan tetapi penelitian-penelitian terbaru belum menyebutkan secara *gamblang* mengenai adanya keterkaitan dan pengaruh dari status identitas dalam tahapan perkembangan individu dan efikasi diri terhadap koping stres. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu: (1) bagaimana tingkat kemampuan koping stres pada remaja; (2) bagaimana tingkat status identitas pada remaja; (3) bagaimana tingkat efikasi diri pada remaja; dan (4) adakah pengaruh status identitas dan efikasi diri terhadap koping stres pada remaja.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, munculah beberapa rumusan masalah dalam penelitian berupa:

1. Bagaimanakah tingkat kemampuan koping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember?
2. Bagaimanakah tingkat status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember?
3. Bagaimana tingkat efikasi diri pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember?
4. Adakah pengaruh status identitas dan efikasi diri terhadap koping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember?

C. TUJUAN

Tujuan dalam penelitian adalah:

1. Untuk mengukur tingkat kemampuan koping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember
2. Untuk mengukur tingkat status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember
3. Untuk mengukur tingkat efikasi diri pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember
4. Untuk mengetahui pengaruh status identitas dan tingkat efikasi diri terhadap kemampuan koping stres sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember.

D. MANFAAT

1. Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan rujukan bagi ilmu perkembangan terutama menurut teori psikososial Erikson terkait pengaruh status identitas dan efikasi diri terhadap koping stres pada individu
- b. Sebagai pelengkap bagi penelitian-penelitian sebelumnya mengenai faktor yang dapat mempengaruhi koping stres individu dilihat dari tahap perkembangan psikososial dan efikasi dirinya

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran terkait status identitas dan efikasi diri pada remaja serta pengaruhnya terhadap koping stres, terutama bagi remaja sekolah menengah yang menjadi subjek penelitian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. KOPING STRES

1. Definisi Koping Stres

Pengelolaan stres di usia remaja menjadi topik paling utama menyangkut berbagai masalah dalam fase pencapaian tugas perkembangan. Tugas perkembangan remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku masa anak-anak dan menuju masa dewasa. Sehingga tugas perkembangan emosional remaja menjadi salah satu sumber *stressor* pada remaja (Ahsan & Ilmy, 2018: 153). Kebingungan identitas terkait persepsi diri, tugas dalam perannya di lingkungan dan masyarakat, agama yang dianut, hingga relasi dengan orang lain juga menimbulkan respon psikologis pada remaja. Salah satu respon psikologis yang muncul adalah stres.

Stres adalah suatu respon fisik ataupun psikologis terhadap kondisi lingkungan yang mengharuskan individu beradaptasi dengan lingkungan. Harrington (2013: 8) mendefinisikan stres sebagai suatu kumpulan reaksi kognitif, emosional, fisiologis, dan perilaku yang dialami individu saat melakukan kontak atau transaksi dengan ancaman dan tantangan yang dirasakan. Berdasarkan data *Youth Risk Behavior Survey* pada tahun 2021 diperoleh presentase stres, kecemasan, depresi, dan bunuh diri pada remaja. Hasil menunjukkan bahwa presentase remaja yang melaporkan bahwa kesehatan mental mereka tidak baik hampir setiap saat sebesar 30,7%; remaja yang merasa sedih atau putus asa hampir setiap hari sebesar 46,9%; remaja yang benar-benar mempertimbangkan untuk

mencoba bunuh diri 27,7%; remaja yang berencana untuk melakukan percobaan bunuh diri sebesar 22,2%; dan remaja yang benar-benar mencoba bunuh diri sebesar 11,8%.

Stres didefinisikan sebagai suatu hal yang mengancam sebagai akibat dari interaksi antara individu dan lingkungan yang membuat individu baik secara fisik, psikologis, dan sistem sosial dengan tuntutan atau ancaman tersebut (Berliana & Wardani, 2018: 109). Pada remaja, stres dapat berupa stres akademik serta stres yang merupakan respon emosional dari krisis pertengahan hidup (*quarter life crisis*). Stres akademik bisa disebabkan tingginya tuntutan prestasi akademik yang harus dicapai remaja di sekolah berbeda dengan harapan yang diinginkan sehingga menimbulkan konflik dan stres (Barseli et al., 2020: 72). Sedangkan stres akibat respon emosional dari krisis pertengahan hidup (*Quarter Life Crisis*) berawal dari tugas perkembangan remaja. Tugas perkembangan emosional remaja yang difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku semasa anak-anak menuju masa dewasa menjadi *stressor* pada remaja (Ahsan & Ilmy, 2018: 153).

Stres dapat diatasi dan dicegah dengan melakukan pengelolaan stres. Pengelolaan atau manajemen stres adalah kemampuan penggunaan sumber daya secara efektif untuk mengatasi gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang muncul karena suatu respon. Teknik manajemen stres adalah teknik untuk mengurangi atau menekan tingkat stres (Mentari et al., 2020: 191). Menurut Smith dalam Riskha (2012) manajemen stres adalah kemampuan individu dalam mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang terkait stress dan aplikasi berbagai alat terapeutik untuk mengubah stres atau pengalaman stres.

Pengelolaan stres dapat berupa koping stres yaitu upaya untuk meminimalkan dampak stres (Angelica & Tambunan, 2021:29). Koping stres berperan sebagai usaha untuk menanggulangi atau mengatasi stres yang berasal dari berbagai macam problema psikologis (Andriyani & Andriyani, 2019: 40). Koping stres merupakan suatu strategi penanggulangan stres yang dianggap tepat untuk mengatasi *stressor* dengan mengevaluasi sumberdaya yang dimilikinya (Lazarus dan Folkman, 1984: 150-154). Stres dan koping adalah hasil terjadinya transaksi antara individu dengan *stressor* yang melibatkan proses pengevaluasian (Fa'izah & Cahyanti, 2021: 1415). Menurut APA (2019) terdapat dua strategi koping yang biasanya menjadi strategi bagi setiap individu dalam menghadapi stres, yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping* (Angelica & Tambunan, 2021: 29).

Pengukuran strategi koping stres dilakukan oleh Lazarus dan Folkman pada tahun 1980-an dengan mengembangkan *Ways of Coping Checklist* (WCCL) yang terdiri dari 64 item yang mengukur kemampuan koping berdasarkan strategi-strategi koping yang berorientasi pada emosi dan masalah (Folkman & Lazarus, 1980: 150-154). Pada tahun 1985 Folkman dan Lazarus memodifikasi WCCL dengan membuang dan menambahkan beberapa item sehingga tersusun skala *self-report* dengan 66 item yang diberi nama *Ways of Coping Questionnaire* (WCQ). Format respon dibentuk menjadi *skala likert* empat poin dengan enam faktor atau aspek koping dan dua faktor tambahan dengan menggunakan kriteria rasional.

Kemampuan koping terutama dalam menangani stres akan sangat menentukan kesejahteraan (*well-being*) bagi remaja. Hal ini dikarenakan level kesejahteraan (*well-being*) berbanding terbalik

dengan tingkat stres. Semakin tinggi level kesejahteraan (*well-being*) maka semakin rendah tingkat stres (Juniarly, 2012). Fenomena seperti meningkatnya stres sebagai respon fase krisis di pertengahan hidup dan stres akademik pada remaja akan mampu dilewati dengan baik dengan kemampuan koping yang baik. Hal ini akan membantu remaja mengatasi problema psikologis dengan baik dan positif (Andriyani & Andriyani, 2019). Darwati dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa koping stres penting untuk dilakukan sebagai upaya menemukan jalan kebahagiaan (Darwati, 2022: 5).

Dari penjabaran di atas dapat dipahami bahwa koping stres merupakan suatu kemampuan yang dimiliki remaja untuk mengatasi respon emosional berupa stres baik dari tuntutan akademik maupun tugas perkembangan. Strategi koping stres terbagi menjadi dua, strategi koping yang terfokus masalah dan strategi koping terfokus emosi. Koping stres penting dimiliki remaja agar remaja memiliki potensi menyangkal kerentanan terhadap *stressor* serta memfasilitasi mental yang sehat dan positif. Tingginya tingkat kemampuan koping stres remaja juga akan meminimalisir hal-hal negatif sebagai bentuk pengalihan stres (tekanan) yang dialaminya.

2. Aspek Koping Stres

Koping stres memiliki beberapa aspek. Lazarus dan Folkman mengkonstruksi skala untuk mengukur strategi pemikiran dan tindakan individu dalam menghadapi stres yang diberi nama *The Ways of Coping Scale* pada tahun 1980 yang kemudian mengalami revisi pada tahun 1985. Skala *Ways of Coping (Revised)* terdiri dari 66 item. Dalam *Ways of Coping Revised Questionnaire* strategi koping dibagi menjadi tiga kategori skala, yakni skala koping yang

terfokus pada masalah (*problem focused coping*) dengan satu aspek; koping yang terfokus pada emosi (*emotion focused coping*) berjumlah enam aspek; dan skala campuran yang berfokus pada masalah dan emosi yang memiliki satu aspek. Sehingga diketahui aspek-aspek dalam koping stres di antaranya: (1) penanggulangan konfrontatif; (2) menjaga jarak; (3) pengendalian diri; (4) mencari dukungan sosial; (5) menerima tanggung jawab; (6) penghindaran melarikan diri; (7) pemecahan masalah terencana; dan (8) penilaian ulang positif (Sørli & Sexton, 2001: 962).

Ways of Coping Questionnaire dirancang untuk menilai sejauh mana individu menggunakan jenis strategi koping, antara koping yang terfokus pada masalah atau koping yang terfokus pada emosi. Koping yang terfokus pada masalah (*problem based coping*) mengarah pada pemecahan masalah atau pengambilan tindakan untuk mengubah stres. Sedangkan koping yang terfokus pada emosi (*emotion based coping*) mengarah pada pengurangan atau pengelolaan tekanan emosional yang dihasilkan dari krisis. Pengelolaan tekanan emosional ini misalnya diwujudkan dengan angan-angan, perilaku menjaga jarak, penghindaran, dan penilaian kembali yang positif.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Koping Stres

Menurut Rahmandani, Karyono, dan Dewi dalam Rizky dkk (Rizky & Risma, 2014: 2) koping dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi koping stres diantaranya isi kognitif (salah satunya adalah efikasi diri), karakteristik kepribadian, dan sikap hati yang terbuka. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi koping stres yaitu dukungan sosial, penguatan positif, dan tekanan dari luar.

Koping stres pada remaja dipengaruhi oleh banyak faktor, meliputi jenis *stressor* yang diterima, strategi koping, variabel dalam kondisi individu, karakteristik kepribadian (meliputi tipe kepribadian, stabilitas emosi, dan efikasi diri), variabel sosial-kognitif, hubungan dengan lingkungan sosial, dan tahapan perkembangan. Akan tetapi faktor utama dalam penelitian ini yang dapat mempengaruhi koping stres adalah strategi dalam mengatasi stres yang digunakan (strategi koping stres). Faktor strategi dalam mengatasi stres mengarah pada strategi koping. Pemilihan dan penggunaan strategi koping akan menentukan kemampuan koping remaja terhadap *stressor* yang diterimanya.

4. Koping Stres dalam Islam

Stres dan koping stres juga dikaji dalam Islam. Al-Qur'an sebagai pedoman bagi umat Islam memandang stres sebagai cobaan dan ujian dari Allah SWT (Darwati, 2022: 5). Seperti yang telah disebutkan dalam Qur'an surah Al-Baqarah ayat 155 yang berbunyi:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ
الْمُؤْمِنِينَ

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita bagi orang-orang yang sabar.”

Disebutkan bahwa Allah SWT memberikan cobaan dalam hidup yang diduga dapat memicu stres. Hal ini bertujuan agar manusia mau bersabar. Dalam surah Al-Baqarah ayat 45 yang berbunyi:

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۗ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا لَالْخَاشِعِينَ

Artinya: “Jadikanlah sabar dan *sholat* sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyuk.”

Gejala stres seperti munculnya emosi negatif berupa rasa takut, marah, dan mudah berprasangka buruk dilukiskan oleh Allah dalam beberapa surah dalam Al-Qur’an, seperti dalam surah Al-Anbiya’ ayat 140; Abasa ayat 33-37; Yusuf ayat 84-86; At-Taubah ayat 92; Al-A’af ayat 150; Toha ayat 92-94; Al-Fajr ayat 15-17; Al-Fath ayat 12; dan Al-Hujurat ayat 12 (Darwati, 2022: 15). Al-Qur’an juga telah menyediakan strategi dalam menangani stres. Dijelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan hamba-Nya untuk menyelesaikan masalah dengan meminta pertolongan pada-Nya, bersabar dan *sholat*. Sehingga strategi koping stres yang ditawarkan oleh Islam adalah bersabar dan *sholat* sebagai wujud pendekatan diri pada Allah SWT.

Al-Qur’an memandang stres sebagai cobaan dari Allah SWT yang mampu menimbulkan penyakit hati. Islam mengajarkan beberapa strategi untuk mengelola stres di antaranya dengan ikhlas, sabar dan *sholat* bersyukur, dan berserah diri kepada Allah SWT (Darwati, 2022). Studi lain yang dilakukan oleh Purnama (2017) mengemukakan bahwa koping spiritual menurut Islam diwujudkan dengan upaya selalu berpikir, beraktivitas, dan berharap secara positif (Purnama, 2017: 70).

B. STATUS IDENTITAS

1. Definisi Status Identitas

a. Identitas (Identitas Ego)

Identitas merupakan penjelasan tentang diri yang menyangkut konsep diri, pekerjaan atau status peran dalam masyarakat yang menjadi keunikan diri individu, keinginan untuk menjadi orang yang berarti dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan masyarakat (Purwanti, 2013: 16). Identitas terbentuk saat remaja dapat melaksanakan persoalan besar seperti pilihan-pilihan dalam peran di masyarakat, nilai-nilai untuk diterapkan dalam hidup dan agama, serta perkembangan identitas gender. Sedangkan ego menurut Erikson adalah bagian kepribadian yang bertanggung jawab atas kegiatan langsung yang berhubungan dengan kenyataan ekstern dan mengintegrasikan segala dorongan naluriah yang saling bertentangan (Erikson, 1989:138).

Identitas ego merupakan gambaran mengenai diri individu dalam berbagai peran sosial. Identitas ego juga diartikan sebagai kesadaran akan kenyataan bahwa terdapat suatu kesamaan dan kontinuitas dengan diri sendiri sampai tindakan-tindakan sintesis dari ego yang menghasilkan gaya individualitas pribadi. Identitas ego inilah yang kemudian berkembang dan dikembangkan oleh remaja untuk menuju identitas diri yang stabil di fase perkembangan selanjutnya (dewasa).

b. Status Identitas

Identitas ego dikategorikan ke dalam status-status yang berurutan yang disebut dengan status identitas. Terdapat dua aspek atau dimensi dasar untuk mendefinisikan status remaja dalam mencapai sebuah identitas diri, yaitu eksplorasi dan komitmen (Untoro & Putri, 2019: 48). Kedua dimensi status identitas tersebut digunakan untuk mengklasifikasikan status identitas menjadi empat status di antaranya: (1) *identity achievement*, merujuk pada kondisi individu pada fase remaja yang telah mampu mencapai komitmen

melalui proses eksplorasi; (2) *moratorium*, merujuk pada individu yang masih berusaha mencapai komitmen dan masih dalam proses eksplorasi; (3) *foreclosure*, yakni individu yang sudah mencapai komitmen dengan mengambil komitmen orang lain yang signifikan dalam hidupnya atau dengan kata lain kurang bereksplorasi; dan (4) *identity diffusion*, yakni individu yang belum mencapai komitmen dan belum atau masih menjalani proses eksplorasi (Muttaqin & Ekowarni, 2016: 234).

Pengaruh status identitas yang mempengaruhi coping stres diasumsikan sebagai kategorisasi atau penentu kemampuan coping pada remaja. Remaja yang memiliki status identitas yang tinggi dan baik akan lebih mampu menangani stresnya dibanding remaja yang memiliki level status identitas yang rendah dan begitu pula sebaliknya.

2. Aspek Status Identitas

Aspek dari status identitas meliputi krisis (eksplorasi) dan komitmen (Marcia, 1966: 551). Eksplorasi merupakan aktivitas yang dilakukan untuk mencari informasi atau alternatif yang berkaitan dengan masa depan (Hakim et al., 2021: 26). Eksplorasi atau dalam beberapa referensi disebut krisis merujuk pada tingkat investasi yang dipamerkan atau ditunjukkan individu yang mengacu pada periode perjuangan atau pertanyaan aktif dalam mencapai keputusan berkaitan dengan tujuan, nilai, dan keyakinan individu. Komitmen didefinisikan sebagai periode keterikatan remaja dalam memilih di antara sejumlah pilihan yang relatif tegas tentang elemen identitas (*meaningful alternatives*) dan terlibat dalam aktivitas signifikan yang diarahkan pada implementasi dari pilihan-pilihan tersebut (Marcia, 1993: 205). Komitmen juga diartikan sebagai sikap yang menetap dan setia atas suatu alternatif

yang telah dipilih (Hakim et al., 2021: 26). Kedua aspek memiliki beberapa domain atau bidang-bidang dimana aspek tersebut akan diarahkan, seperti pilihan tugas remaja (akademik ataupun komunitas), keyakinan agama, prioritas, persepsi diri, kelekatan dengan keluarga, dan relasi antar-teman.

Marcia menyempurnakan teori milik Erikson dengan mengkategorikan status identitas ke dalam empat jenis status. Keempat status tersebut antara lain: *Identity Achievement*; (2) *Moratorium*; (3) *Foreclosure*; dan (4) *Identity Diffusion*. Keempat status identitas memiliki indikator masing-masing yang mewakili dinamika pembentukan identitas pada remaja.

3. Faktor yang Mempengaruhi Status Identitas

Status identitas dipengaruhi oleh beberapa faktor yang juga mempengaruhi pembentukan identitas individu tersebut. Pembentukan identitas diri dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya faktor lingkungan, kelompok acuan, dan tokoh idola (Hakim et al., 2021: 25-26). Pembentukan identitas juga tergantung pada kesempatan, harapan, dan kebebasan yang dimiliki individu. Individu harus sadar bahwa mereka memiliki kesempatan untuk mengeksplorasi dan mengevaluasi alternatif identitasnya. Akan tetapi pada kenyataannya, setiap individu memiliki kesempatan yang berbeda. Perbedaan kesempatan tersebut dapat disebabkan oleh perbedaan gender dan kelompok usia pada konteks tertentu.

Perbedaan peran gender menimbulkan perbedaan norma sosial dan harapan budaya terhadap laki-laki dan perempuan. Perbedaan peran dan tanggung jawab yang disandarkan pada latar belakang sosial budaya ini menyebabkan perbedaan pembentukan identitas itu sendiri. Selain perbedaan gender, perbedaan kelompok usia juga dapat menyebabkan perbedaan pembentukan identitas.

Pembentukan identitas yang optimal berkaitan dengan kesempatan yang dimiliki individu untuk berperan sebagai individu yang dewasa. Di Indonesia, remaja cenderung mendapatkan kesempatan untuk berperan sebagai individu yang dewasa saat memasuki masa remaja akhir, yaitu sekitar usia 18-21 tahun atau umumnya sudah lulus sekolah menengah atas (Muttaqin & Ekowarni, 2016: 240-242).

C. EFIKASI DIRI

1. Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri (*self efficacy*) secara konseptual adalah evaluasi individu terhadap kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan. Efikasi diri bersumber dari kemampuan pribadi yang mempengaruhi cara berpikir, motivasi diri, dan tindakan (Maulana & Alfian, 2021: 831). Efikasi diri juga didefinisikan sebagai suatu keyakinan yang dimiliki individu akan kemampuan dirinya dalam mengorganisasikan (mengatur) dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengatasi situasi tertentu (Bandura, 1995: 2). Keyakinan ini mempengaruhi individu tersebut untuk berpikir, merasakan, memotivasi, dan bertindak untuk dirinya. Keyakinan atau efikasi individu dapat dikembangkan melalui empat pengaruh. Cara yang paling efektif untuk membentuk efikasi diri yang kuat adalah melalui penguasaan pengalaman.

Suatu pengalaman kesuksesan dalam melakukan sesuatu akan membentuk efikasi diri, sedangkan pengalaman akan kegagalan akan menghalangi terciptanya keyakinan diri untuk melakukan atau memperoleh sesuatu. Akan tetapi terdapat peran dari kognitif dan sistem pengaturan diri sehingga diri individu mampu bangkit dan membangun keyakinan dirinya kembali. Pengaruh kedua yang

dapat membangun efikasi atau keyakinan diri adalah pengalaman yang diperoleh melalui model sosial. Dengan melihat orang lain berhasil, individu biasanya akan terpacu untuk sukses dan mengembangkan keyakinan akan dirinya sendiri pula. Cara ketiga yang berpengaruh untuk memperkuat keyakinan atau efikasi diri adalah melalui persuasi sosial. Bujukan verbal atau nasihat akan sangat membantu individu untuk meningkatkan keyakinan atau efikasi individu. Efikasi diperoleh melalui suatu proses yang melibatkan proses kognitif, motivasional, afektif, dan proses seleksi.

Efikasi diri yang dimiliki remaja berbeda-beda dilihat dari aspek yang mempunyai implikasi penting pada perilaku (Pratiwi et al., 2019: 3). Remaja yang memiliki efikasi diri tinggi akan percaya bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu dan akan berusaha untuk mengatasi tantangan yang menghadang dalam situasi sulit. Sebaliknya, remaja yang memiliki efikasi rendah cenderung mudah menyerah. Efikasi diri bisa juga diartikan sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki (Rizky & Risma, 2014: 2).

Efikasi diri adalah penilaian diri apakah individu dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuatu sesuai dengan yang dipersyaratkan (Rizky & Risma, 2014: 3). Efikasi diri merupakan suatu keyakinan tentang probabilitas bahwa seseorang dapat melaksanakan dengan sukses beberapa tindakan atau masa depan dan mencapai beberapa hasil. Efikasi diri juga dapat diartikan dengan persepsi pribadi seseorang untuk meyakini kemampuan dirinya dalam melakukan perilaku yang diyakininya akan mendapat hasil yang sukses (Bako et al., 2022: 107). Pada konteks

koping stres, efikasi diri merujuk pada kepercayaan diri remaja dalam mengatasi *stressor* dan respon emosional yang negatif dalam permasalahan mengenai diri sendiri dan lingkungannya.

Remaja yang memiliki keyakinan diri dalam pemecahan masalah akan mampu merespon dan beradaptasi dengan lingkungan. Sebaliknya remaja yang tidak memiliki keyakinan diri atau memiliki keyakinan diri yang rendah dalam pemecahan masalah akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan (Suwanti et al., 2019: 37). Efikasi diri yang baik akan memunculkan kemampuan yang baik pula dalam melakukan koping secara aktif terhadap stres.

2. Aspek Efikasi Diri

Bandura (2006) menjelaskan bahwa dimensi yang membentuk efikasi diri adalah tingkat (*level*), dimensi kekuatan (*strength*), dan dimensi generalisasi (*generality*) (Steven, 2019: 16). Selanjutnya, Schwarzer (1992) mengembangkan skala yang mengukur efikasi diri yang disebut *General Self-Efficacy Scale-12* dengan aspek meliputi: kesulitan tugas (*magnitude level*); umum (*generality*); dan kekuatan atau keyakinan (*strength*).

Aspek tingkat kesulitan tugas (*magnitude level*) merujuk pada penilaian tiap remaja atau individu bahwa diri mereka yakin pada kemampuan atau efikasinya pada domain aktivitas tertentu. Keumuman atau generalitas (*generality*) dapat bervariasi di berbagai jenis aktivitas, modal dimana kapabilitas diekspresikan (seperti perilaku, kognitif, dan afektif), variasi situasional, dan tipe individu yang menerima suatu perlakuan. Aspek kekuatan (*strength*) memiliki maksud apabila keyakinan efikasi lemah maka efikasi tersebut akan mudah hilang. Sedangkan keyakinan atau efikasi yang kuat akan menciptakan keuletan akan kemampuan diri dan

membuat individu bertahan dalam upaya yang dilakukan walaupun harus menghadapi rintangan.

Menurut Nabila dan Wahyuni (2022) Efikasi diri memiliki tiga aspek, di antaranya: *initiative*, yang dapat dilihat dengan seberapa termotivasi individu terhadap hal-hal yang ingin dicapai; *effort*, kemauan yang dimiliki untuk berupaya mencapai sesuatu yang ingin dicapai; dan *persistence*, atau seberapa gigih individu dalam menghadapi kesulitan.

Dalam penelitian ini aspek efikasi diri terbagi menjadi dua, yang termasuk ke dalam kategori keyakinan dan kategori kemampuan. Kedua kategori memiliki aspek yang sama di antaranya: (1) menemukan solusi; (2) menghadapi kesulitan; (3) mampu memecahkan kesulitan; (4) menemukan cara dan makna; (5) fokus dalam mencapai tujuan; (6) mengatasi kejadian tak terduga; (7) meng-*handle* situasi tak terduga; (8) berinvestasi untuk memecahkan masalah. Setiap kategori perlu dibedakan untuk melihat setiap pengaruhnya masing-masing.

3. Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri

Faktor-faktor efikasi diri dapat dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi budaya, jenis kelamin, sifat dan tugas yang dihadapi, dan insentif eksternal. Sedangkan faktor eksternal menurut Bandura (1997) meliputi *mastery experience*, yaitu interpretasi dari pengalaman sebelumnya; *vicarious experience*, yaitu keyakinan yang didapatkan dari pengalaman orang lain; *social persuasion*, yaitu dorongan yang diterima dari lingkungan sekitar; dan *emotional and psychological state*, atau keadaan psikologi dan emosional individu (Nabila & Wahyuni, 2022: 166). Selain itu, faktor-faktor yang

mempengaruhi efikasi diri di antaranya adalah motivasi, budaya, status sosial, kesulitan tugas, suku atau ras, evaluasi diri, dan strategi koping. Status perkawinan, latar belakang kesehatan, dan dukungan keluarga juga dapat berpengaruh terhadap efikasi diri individu (Wahyuni & Dewi, 2018: 86). Faktor pengetahuan, pengalaman, dan dukungan sosial merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan efikasi diri (Rosdiana et al., 2018: 138). Sumber lain mengatakan faktor yang sangat penting untuk meningkatkan efikasi diri pada remaja adalah pengalaman dan kesadaran (Yasin et al., 2017: 488).

D. PENGARUH STATUS IDENTITAS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP KOPING STRES

Koping dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal (Rizky & Risma, 2014: 2). Faktor internal yang mempengaruhi koping stres di antaranya isi kognitif (salah satunya adalah efikasi diri), karakteristik kepribadian, dan sikap hati yang terbuka. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi koping stres yaitu dukungan sosial, penguatan positif, dan tekanan dari luar. Dari kedua pendapat tersebut dapat digarisbawahi bahwa karakteristik kepribadian dan isi kognitif yang mencakup efikasi diri dapat mempengaruhi kemampuan dan kapasitas koping stres pada remaja.

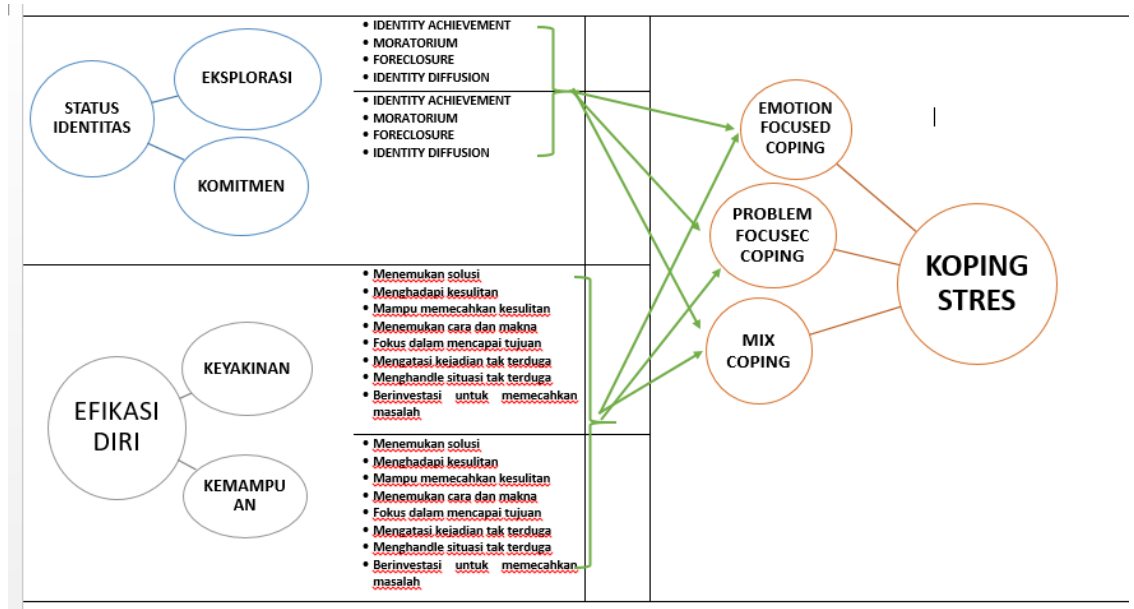
Kemampuan koping remaja terhadap stres perlu ditimbang dari aspek perkembangannya. Ciri-ciri pada fase remaja meliputi pencapaian identitas diri sangat menonjol; pemikiran semakin logis, abstrak, dan idealistis; serta semakin banyak waktu yang dihabiskan di luar lingkungan keluarga (Diananda, 2019: 118). Oleh sebab itu, aspek tugas perkembangan berupa pencapaian identitas diri yang terbentuk melalui proses pembentukan identitas pada remaja juga berpengaruh pada kemampuan koping stresnya.

Penelitian yang menghubungkan antara koping dengan tahapan perkembangan dan identitas pertama kali adalah Menninger, Haan, dan Vailant yang disebutkan dalam karya Lazarus dan Folkman berjudul “*Stres, Appraisal, and Coping*”. Dalam penelitian ini menyebutkan keterkaitan antara identitas ego dengan pengelolaan stres yakni dengan menjelaskan bahwa dalam psikologi ego, pengelolaan stres berupa koping yang didefinisikan sebagai pemikiran dan tindakan yang realistis dan fleksibel untuk memecahkan masalah dan mengurangi stress. Pada intinya, koping stres ditentukan oleh tinggi rendahnya level proses ego di fase perkembangan (Lazarus & Folkman, 1984: 118).

Sebaliknya, penelitian mengenai keterkaitan antara koping stres dengan efikasi diri telah banyak dilakukan. Seperti studi Ariej (2021) terkait efikasi diri dengan strategi koping pada penyandang tunarungu. Studi mengenai kaitan antara *self-efficacy* dan strategi koping terhadap stress mahasiswa oleh Maulya dan Asniar (Maulya & Asniar, 2017). Suwanti (2019) mengaitkan efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan mekanisme koping pada klien gagal ginjal (Suwanti et al., 2019). Serta penelitian terkait hubungan strategi koping dengan *self-efficacy* pada pasien *TBC* (Yuliana et al., 2020). Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan korelasi positif antara koping stres dan efikasi diri. Dengan kata lain semakin tinggi efikasi diri semakin tinggi pula mekanisme atau kemampuan koping stres individu.

Dari penjabaran tersebut diperoleh suatu asumsi adanya pengaruh dari status identitas dalam tahapan perkembangan remaja dan efikasi diri sebagai bagian dari aspek kepribadian terhadap koping stres. Hipotesis sementara yang dapat dirumuskan adalah semakin tinggi tingkat status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari

Kabupaten Jember akan berdampak pada tingginya kemampuan coping yang dimiliki. Sejalan dengan itu, semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki juga akan berdampak pada tingginya kemampuan coping stres remaja tersebut.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Variabel Penelitian
Hubungan status identitas dalam tahapan perkembangan dan efikasi diri terhadap kemampuan coping stres pada remaja

Koping stres pada remaja diukur menurut bentuk strategi coping stres yang digunakan, yakni coping terfokus pada emosi, coping yang terfokus pada masalah, dan coping campuran antara keduanya. Ketiganya ini dipengaruhi oleh aspek eksplorasi dan aspek komitmen dari status identitas. Selain itu, ketiga bentuk strategi coping stres juga berhubungan dengan aspek-aspek efikasi diri seperti keyakinan dan kemampuan dalam menemukan solusi, keyakinan dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan, dan sebagainya. Dari kerangka konseptual dapat dipahami bahwa terdapat pengaruh antara variabel terikat yaitu coping stres dan

variabel bebas berupa status identitas dan efikasi diri. Penelitian ini kemudian mengkaji lebih dalam pengaruh tersebut pada remaja, khususnya pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari.

E. HIPOTESIS PENELITIAN

Setelah dikaji melalui sejumlah literatur, kemampuan coping stres pada remaja salah satunya dibentuk oleh aspek-aspek dari status identitas pada fase perkembangan dan efikasi diri seperti yang telah diilustrasikan dalam kerangka konseptual. Untuk mengkaji sejauh mana pengaruh tersebut terhadap kemampuan coping stres, maka berdasarkan kerangka konseptual tersebut diperoleh hipotesis penelitian yaitu:

H_0 : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara status identitas dan efikasi diri terhadap kemampuan coping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember

H_a : Terdapat pengaruh yang signifikan antara status identitas dan efikasi diri terhadap kemampuan coping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Metode penelitian kuantitatif menekankan analisis pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2015).

Desain penelitian kuantitatif yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik analisis deskriptif kuantitatif merupakan analisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2015). Penelitian kuantitatif deskriptif bertujuan untuk melukiskan secara sistematis fakta atau karakteristik populasi tertentu atau bidang tertentu secara faktual dan cermat.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif terdapat dua atau lebih variabel penelitian. Variabel merupakan konsep yang mengandung variasi nilai (Nasution, 2017). Variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang memberi pengaruh pada variabel lain. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Priyono, 2008). Terdapat dua variabel bebas dalam

penelitian ini, variabel bebas yang pertama (X_1) adalah status identitas dan variabel bebas kedua (X_2) adalah efikasi diri. Sedangkan variabel terikat (Y) dari penelitian ini adalah koping stres.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan suatu variabel yang dirumuskan sesuai dengan karakteristik-karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2011). Menurut Sugiono (2019) definisi operasional variabel merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel bebas atau independen (X) dan satu variabel terikat atau dependen (Y). Variabel bebas (X) dari penelitian ini adalah krisis identitas dan efikasi diri sedangkan variabel terikatnya (Y) adalah koping stres.

1. Status Identitas

Status identitas merupakan kategorisasi identitas ego ke dalam status-status yang berurutan. Terdapat dua aspek atau dimensi dasar untuk mendefinisikan status remaja dalam mencapai sebuah identitas diri, yaitu eksplorasi dan komitmen (Untoro & Putri, 2019: 48). Aspek eksplorasi dan komitmen terkait dengan ideologi (seperti tugas, persepsi diri, atau agama) dan relasi interpersonal (seperti pertemanan dan keluarga). Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi krisis identitas antara lain: faktor lingkungan, kelompok acuan, tokoh idola, kesempatan, harapan, dan kebebasan yang dimiliki individu.

2. Efikasi Diri

Efikasi diri (*self efficacy*) secara operasional didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menyelesaikan tugas dan mengatasi masalah termasuk respon emosional salah satunya stres. Efikasi diri pada remaja terbagi menjadi dua, yang termasuk ke dalam kategori keyakinan dan kategori kemampuan. Kedua kategori memiliki aspek yang sama di antaranya: (1) menemukan solusi; (2) menghadapi kesulitan; (3) mampu memecahkan kesulitan; (4) menemukan cara dan makna; (5) fokus dalam mencapai tujuan; (6) mengatasi kejadian tak terduga; (7) handle situasi tak terduga; (8) berinvestasi untuk memecahkan masalah. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain: (1) faktor internal meliputi budaya, jenis kelamin, sifat dan tugas yang dihadapi, dan insentif eksternal; dan (2) faktor eksternal meliputi *mastery experience*, yaitu interpretasi dari pengalaman sebelumnya; *vicarious experience*, yaitu keyakinan yang didapatkan dari pengalaman orang lain; *social persuasion*, yaitu dorongan yang diterima dari lingkungan sekitar; dan *emotional and psychological state*, atau keadaan psikologi dan emosional. Faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi efikasi diri adalah motivasi, budaya, status sosial, kesulitan tugas, suku atau ras, evaluasi diri, strategi koping, status perkawinan, latar belakang kesehatan, dan dukungan.

3. Koping Stres

Secara operasional, koping stres dapat dipahami sebagai suatu mekanisme penyelesaian atau kemampuan individu dalam menghadapi dan mengatasi atau menyelesaikan stres yang dialami. Koping stres pada remaja dipengaruhi aspek strategi penyelesaian stress yang digunakan. Faktor ini berhubungan dengan aspek

eksplorasi dan aspek komitmen dari krisis identitas. Selain itu, aspek koping stres juga berhubungan dengan aspek-aspek efikasi diri seperti keyakinan dan kemampuan dalam menemukan solusi, keyakinan dan kemampuan dalam menghadapi kesulitan, dan sebagainya. Di antaranya, (1) penanggulangan konfrontatif; (2) menjaga jarak; (3) pengendalian diri; (4) mencari dukungan sosial; (5) menerima tanggung jawab; (6) penghindaran melarikan diri; (7) pemecahan masalah terencana; dan (8) penilaian ulang positif.

D. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan keseluruhan dari subjek penelitian. Populasi dianggap sebagai wilayah generalisasi dari subjek atau objek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditentukan guna dipelajari lalu ditarik kesimpulan. Sedangkan sampel merupakan sebagian dari seluruh kelompok individu yang menjadi subjek penelitian (Amaliah, 2014). Sampel penelitian merupakan orang yang diamati dan dijadikan sasaran penelitian.

Subjek dari penelitian ini adalah remaja sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember dengan total jumlah populasi sebanyak 171 responden. Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, artinya sampel responden ditentukan atas dasar pertimbangan peneliti sendiri. *Purposive sampling* adalah pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti (Sugiyono, 2018). Pertimbangan didasarkan pada karakteristik kelas dengan siswa yang memiliki problem psikologis paling beragam yang diperoleh dari data wawancara dengan guru BK sekolah menengah. Sehingga kriteria responden penelitian ini antara lain remaja kelas akhir sekolah menengah

yang diasumsikan memiliki probabilitas stres paling tinggi dan anggota OSIS sekolah menengah yang diasumsikan memiliki tekanan emosional (stres) selama berada di dalam suatu organisasi. Metode pengumpulan data menggunakan angket kuisisioner yang terdiri atas 108 item dari tiga skala variabel yang disebar kepada responden setelah melakukan wawancara terhadap guru BK. Hal ini bertujuan untuk mempertimbangkan dinamika coping stres pada remaja dengan mempertimbangkan krisis identitas dan efikasi diri remaja menurut latar belakang yang berbeda dan kompleks.

Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *Slovin*, yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + Nd^2}$$

Keterangan :

- n : Ukuran sampel
- N : Ukuran populasi
- d : Estimasi kesalahan (10%)

Sehingga diperoleh jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian adalah:

$$n = \frac{171}{1 + 171(0.05)^2}$$

Berdasarkan perhitungan jumlah sampel diatas diperoleh hasil sebesar 119,7 atau dibulatkan menjadi 120 orang responden dari total jumlah populasi sebanyak 171 remaja. Selanjutnya adalah menentukan jumlah sampel pada masing-masing latar belakang remaja, yakni untuk anggota kelas dan anggota OSIS yang menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} n &= \frac{S}{p} \times 100\% \\ &= \frac{120}{171} \times 100\% \\ &= 70\% \end{aligned}$$

Dari perhitungan diperoleh masing-masing jumlah sampel yaitu sebanyak 70% dari populasi atau untuk anggota kelas 60 orang dan anggota OSIS sebanyak 60 orang. Sampel dipilih berdasarkan hasil wawancara pada guru BK yang diketahui memiliki masalah pengelolaan stres di masa remaja. Sampel juga dipilih sebagai representatif populasi pada sekolah menengah dengan keberagaman latar belakang keluarga dan kompleksitas masalah di masa remaja.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala pengukuran. Skala pengukuran adalah kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif (Sugiyono, 2016). Skala digunakan merupakan turunan dari instrument penelitian. Instrumen penelitian yang digunakan merupakan adaptasi dari *Ego Identity Questionnaire* (EIPQ) milik Marcia (1964), *General Self-Efficacy Scale-12*, dan *Ways of Coping Questionnaire* (WCQ).

Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan menggunakan metode penyebaran angket atau kuisisioner dengan tiga skala yaitu skala koping stres, skala status identitas, dan skala efikasi diri yang mana di dalamnya memberikan suatu pernyataan yang sesuai dengan aspek dari ketiga variabel. Penyebaran angket atau kuisisioner yang terdiri atas tiga skala dilakukan melalui *googleform* dan dibagikan kepada responden anggota kelas dan anggota OSIS secara langsung dalam ruang kelas. Proses pengumpulan data diawali dengan wawancara dengan guru BK sekolah menengah untuk mendapatkan gambaran lapangan sekaligus penyampaian kriteria responden yang ingin diteliti. Setelah melalui sesi wawancara pengambilan data melalui angket atau kuisisioner baru dilakukan.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2010). Dalam penelitian ini, digunakan tiga instrumen yaitu instrumen penelitian untuk variabel koping stres, status identitas, dan efikasi diri yang ketiganya menggunakan skala model *likert*.

Skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Penggunaan skala *likert* bertujuan untuk menjabarkan aspek menjadi indikator-indikator variabel. Indikator-indikator tersebut selanjutnya digunakan sebagai acuan dalam pembuatan item-item instrumen. Pada penelitian ini item instrumen berupa pernyataan-pernyataan. *Range score* pada masing-masing item pernyataan bergerak dari 1-4 yang disusun mulai dari Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS).

Tabel 3.1 Ketentuan Pemberian Skor pada Jawaban

Jenis Pernyataan	Alternatif Jawaban			
	STS	TS	S	SS
<i>Favorable</i>	1	2	3	4
<i>Unfavorable</i>	4	3	2	1

Dalam skala *likert* terdapat dua macam pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* atau pernyataan yang bersifat positif (mendukung) aspek-aspek dalam variabel. Sedangkan pernyataan

unfavorable terdiri dari pernyataan yang negative (tidak mendukung) aspek dari variabel (Azwar, 2015).

1. Skala Koping Stres

Skala koping stres digunakan untuk melihat tipe strategi koping stres yang digunakan remaja dan seberapa besar levelnya. Data koping stress yang diukur dengan *Ways of Coping Quistionnaire* yang disusun oleh Lazarus dan Folkman pada tahun 1985. Kuisisioner ini terdiri dari tiga model strategi koping yakni koping berbasis masalah (*problem based-coping*), koping berbasis emosi (*emotion based-coping*), dan campuran (*mixed*) yang masing-masing memiliki dimensi atau aspek tersendiri. Kuisisioner ini terdiri dari 50 item pernyataan yang mengikuti model *likert*. *Range score* pada masing-masing item bergerak dari 1-4. Skala ini menghasilkan reliabilitas sebesar $\alpha = 0.682$ dan validitas item berkisar 0.5-0.74 Berikut *blueprint Ways of Coping Quistionnaire*:

Tabel 3.2 *Blueprint Ways of Coping Quistionnaire*

No	Dimensi/Aspek	Item Favorabel	Item Unfavorable	Jumlah Item
1.	Confrontive Coping (EFC)	6	-	6
2.	Distancing (EFC)	4	2	6
3.	Self-controlling (EFC)	6	1	7
4.	Seeking social support (EFC)	6	-	6
5.	Accepting responsibility (EFC)	4	-	4

6.	<i>Escape Avoidance (EFC)</i>	8	-	8
7.	<i>Planful problem solving (PFC)</i>	6	-	6
8.	<i>Positive Reappraisal (MIX)</i>	6	-	6

2. Skala Status Identitas

Dalam penelitian ini, data status identitas diukur dengan skala status identitas yang dikembangkan oleh Marcia (1966) berdasarkan teori Erikson terkait status identitas remaja yang terdiri dari 48 item yang menggunakan model *likert*. *Range score* pada masing-masing item bergerak dari 1-4. Masing-masing opsi menggambarkan karakteristik tipe identitas tertentu. Skala ini menghasilkan reliabilitas skala sebesar $\alpha = 0.597$ atau dibulatkan menjadi 0.6 dan validitas item berkisar 0.3-0.5. Berikut *blueprint* skala status identitas:

Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Status Identitas

No	Dimensi/Aspek	Item Favorabel	Item Unfavorable	Jumlah Item
1.	Eksplorasi	12	12	24
2.	Komitmen	12	12	24

3. Skala Efikasi Diri

Data efikasi diri diukur dengan *General Self-Efficacy Scale-12* yang dikembangkan oleh Ralf Schwarzer (1992) berdasarkan teori Bandura tentang efikasi dan keyakinan diri yang terdiri dari sepuluh

item yang mengikuti model *likert*. *Range score* pada masing-masing item bergerak dari 1-4. Skala ini menghasilkan reliabilitas skala sebesar $\alpha = 0.825$ dan validitas item berkisar 0.5-0.72 Berikut *blueprint General Self-Efficacy Scale-12*:

Tabel 3.4 *Blueprint General Self-Efficacy Scale-12*

No	Dimensi/Aspek	Item Favorabel	Item Unfavorable	Jumlah Item
1.	<i>Manage to solve difficulties</i>	1	-	1
2.	<i>Finding means and ways</i>	1	-	1
3.	<i>Stick and accomplish the goals</i>	1	-	1
4.	<i>Dealing with unexpected events</i>	1	-	1
5.	<i>Handling unforeseen situations</i>	1	-	1
6.	<i>Invest to solve problems</i>	1	-	1
7.	<i>Manage to solve difficulties</i>	1	-	1
8.	<i>Handling unforeseen situations</i>	1	-	1
9.	<i>Facing difficulties</i>	1	-	1
10.	<i>Finding solutions</i>	1	-	1

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas Instrumen

Validitas diartikan sebagai kemampuan suatu alat ukur dalam mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2015). Uji Validitas dilakukan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuisisioner atau instrument pengumpulan data. Kuisisioner atau instrumen pengumpulan data dikatakan valid apabila item pertanyaan atau pernyataan pada instrument mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh instrumen tersebut. Instrumen yang baik adalah yang memiliki tingkat korelasi sebesar ≥ 0.3 (Azwar, 2012). Instrumen yang memiliki nilai validitas yang tinggi dianggap semakin sesuai dengan sasaran atau menunjukkan data yang seharusnya.

Untuk mengukur validitas instrumen dilakukan uji coba intrumen pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari sebanyak 123 orang. Pengujian validitas menggunakan aplikasi *R Studio* dengan menggunakan fungsi *psych* dan *alph*. Suatu item dikatakan valid apabila memiliki nilai $raw.r \geq 0.3$.

Tabel 3.5 Hasil Pengujian Validitas Item

VARIABEL (SKALA)	JUMLAH ITEM VALID
KOPING STRES	46
STATUS IDENTITAS	14
EFIKASI DIRI	10

Berdasarkan Tabel 3.5 di atas menunjukkan terdapat tiga variabel dengan total item sebanyak 108 item namun hanya 71 item yang dapat dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas dapat bermakna dapat dipercaya, keajegan, konsistensi, kestabilan, dan sebagainya (Azwar, 2015). Suatu kuisisioner atau instrumen pengumpulan data dikatakan reliable apabila jawaban responden terhadap item pertanyaan atau pernyataan memiliki konsistensi atau memiliki nilai koefisien alpha atau $raw_alpha \geq 0.6$.

Tabel 3.6 Hasil Pengujian Reliabilitas Skala

VARIABEL	KOEFISIEN ALPHA	KET
Koping Stres	0.682	RELIABEL
Status Identitas	0.597*	RELIABEL
Efikasi Diri	0.825	RELIABEL

* dibulatkan menjadi 0.6

Berdasarkan Tabel 3.6 di atas menunjukkan ketiga skala variabel memiliki nilai $raw_alpha \geq 0.6$ dan dapat dikatakan reliabel.

H. Metode Analisis Data

Analisis data adalah langkah dalam penelitian yang digunakan untuk menjawab dan menjelaskan rumusan masalah. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang paling penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain (Sugiyono, 2018).

Analisis data memiliki tujuan untuk merumuskan hipotesis. Pada penelitian ini, analisis data bertujuan mencari tahu ada tidaknya pengaruh

antara variabel X dan Y. Oleh karena itu penelitian ini menggunakan metode analisis regresi berganda. Regresi dilakukan dalam pengujian pengaruh, yakni pengaruh variabel X (bebas/*independen*) terhadap variabel Y (terikat/*dependen*) (Sekarnan & Bougie, 2016). Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengaruh dari status identitas dan efikasi diri terhadap pengelolaan atau coping stres.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. PELAKSANAAN PENELITIAN

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Kecamatan Umbulsari merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Jember yang memiliki kompleksitas permasalahan remaja. Remaja di kecamatan ini memiliki latar belakang yang beragam mulai dari remaja yang *broken home* hingga remaja yang salah pergaulan. Meninjau adanya peluang untuk dilakukannya penelitian di kecamatan dan desa yang lumayan terpencil di Kabupaten Jember yang berbeda dari kecamatan-kecamatan besar lainnya terkait dinamika stres dan strategi kopingnya ditinjau dari perkembangan dan efikasi diri remaja.

Dikutip dari *website data.sekolah-kita.net*, Kecamatan Umbulsari memiliki sekitar 12 sekolah menengah pertama dan 5 sekolah menengah atas. Penelitian mengenai pengaruh status identitas dan efikasi diri terhadap koping stres pada remaja dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Umbulsari dan Sekolah Menengah Atas Umbulsari karena kedua sekolah tersebut dianggap memiliki peminat peserta didik yang cukup banyak dan dari latar belakang keluarga yang berbeda-beda.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian dilakukan selama dua minggu dengan masing-masing instansi membutuhkan waktu mulai dari izin hingga pelaksanaan penelitian selama 3-5 hari. Penelitian di SMPN 1 Umbulsari dilaksanakan mulai tanggal 3 sampai dengan 7 Januari 2023 sedangkan penelitian di SMAN Umbulsari dilaksanakan mulai tanggal 9 sampai dengan 12 Januari 2023.

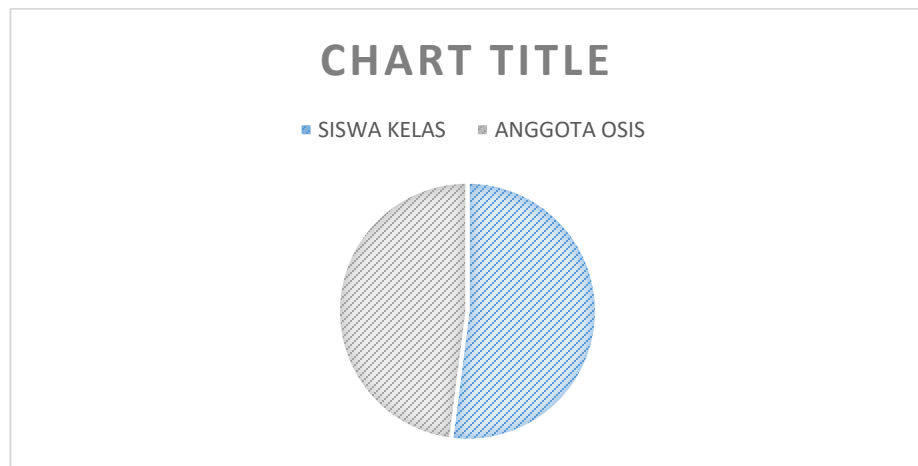
3. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah sekitar 170 orang. Sampel penelitian didasarkan perhitungan jumlah sampel diperoleh hasil sebesar 119,7 atau dibulatkan menjadi 120 orang responden. Selanjutnya adalah menentukan jumlah sampel pada masing-masing latar belakang remaja, yakni untuk anggota kelas dan anggota OSIS sejumlah 60 dengan rincian 30 orang per-instansi sekolah.

B. PEMAPARAN HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden
 - a. Latar Belakang

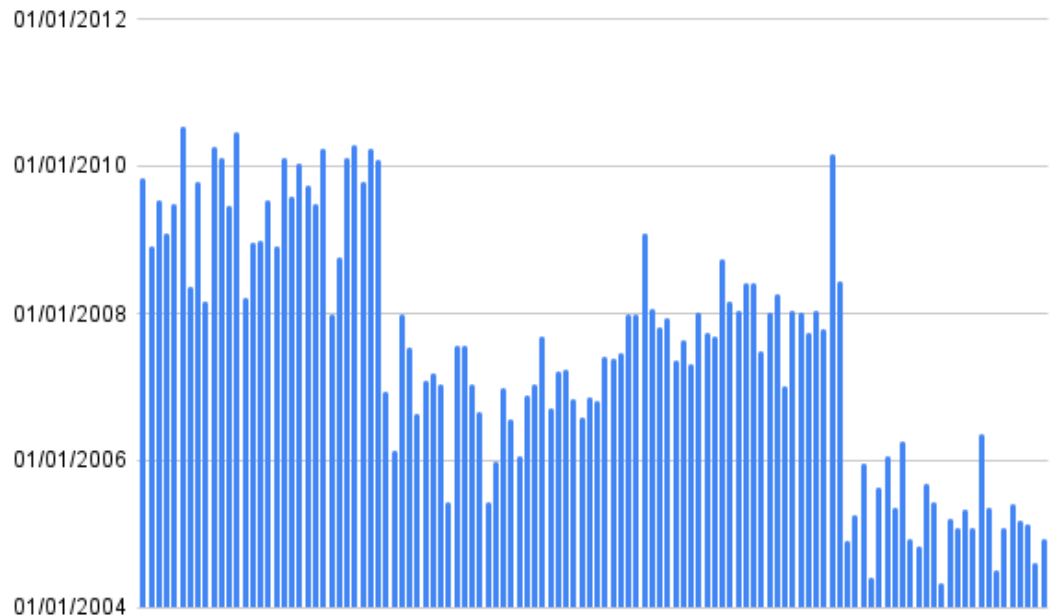
Gambar 4.1 Diagram Latar Belakang Responden



Berdasarkan Gambar 4.1 diketahui bahwa reponden terbagi menjadi dua kelompok, yaitu responden yang merupakan siswa kelas dan responden yang merupakan anggota OSIS. Jumlah responden yang memiliki latar belakang siswa kelas non-OSIS sebanyak 64 orang dan responden yang memiliki latar belakang sebagai anggota OSIS sebanyak 59 orang.

- b. Rentang Usia Responden

Gambar 4.2 Diagram Rentang Usia Responden



Berdasarkan Gambar 4.2 diketahui bahwa rentang usia responden remaja pada tahun 2023 adalah 13-19 tahun. Penghitungan rata-rata dan standar deviasi rentang usia responden adalah mengikuti rumus berikut:

Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Usia		
Prediktor	M	SD
Usia	15.97	1.737

Dari perhitungan menggunakan *SPSS* dan dari data responden yang menuliskan tanggal lahirnya dengan benar diperoleh rata-rata sebesar 15.97 yang dibulatkan menjadi 16 dan standar deviasi sebesar 1.737 yang dibulatkan menjadi 2.

Berdasarkan tinjauan usia responden, kategori fase perkembangan responden adalah remaja awal dan menengah. Identitas usia responden memudahkan prediksi status identitas responden yang dialami pada masa perkembangan remaja.

2. Analisis Deskriptif

Analisis Deskriptif dalam penelitian digunakan untuk meringkas data dalam bentuk angka, tabel, atau grafik sehingga dapat memberikan informasi yang dianggap penting sebagai pengambilan keputusan yang spesifik. Agung (2012) mengungkapkan analisis deskriptif kuantitatif adalah suatu cara pengolahan data yang dilakukan dengan jalan menyusun secara sistematis dalam bentuk angka-angka atau presentase mengenai suatu objek yang diteliti sehingga diperoleh kesimpulan umum (Widiana, 2016).

Analisis deskriptif menggunakan analisis statistik hipotetik karena proses analisa menyesuaikan teori dan alat ukur. Skor hipotetik berfungsi dalam kategorisasi pada setiap variabel. Untuk mengetahui tingkatan tinggi rendahnya data subjek penelitian, diperlukan nilai rata-rata (*mean*) hipotetik dan standar deviasi hipotetik pada masing-masing variabel penelitian. Berikut rumus perhitungan nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi:

$$\text{Mean} = \frac{1}{2}(i_{max} + i_{min}) \sum k$$

$$\text{Std. Deviasi} = \frac{1}{6}(X_{max} - X_{min})$$

Ket :

i_{max} : skor maksimal item

i_{min} : skor minimal item

$\sum k$: jumlah item

X_{max} : skor maksimal subjek

X_{min} : skor minimal subjek

Tabel 4.3 Analisis Statistik Hipotetik

Skala		Min	Max	Mean	Std. Deviasi
Variabel/konstruk	Aspek/Dimensi				
Koping Stres	<i>Emotion Based-Coping</i>	86	123	55.5	6.2
	<i>Problem Based-Coping</i>	9	24	9	2.5
	<i>Mixed Coping</i>	15	28	10.5	2.16
Status Identitas	Aspek Eksplorasi	27	99	36	12
	Aspek Komitmen	30	106	36	12.67
Efikasi Diri		18	40	15	3.67

a. Koping Stres

Skala Koping Stres memiliki nilai rata-rata (*mean*) sebesar 55.5 untuk strategi koping berbasis emosi (*emotion based-coping*), 9 untuk strategi koping berbasis penyelesaian masalah (*problem based-coping*), dan 10.5 untuk strategi koping campuran antara penyelesaian masalah dan emosi (*mixed*). Sedangkan nilai standar deviasi untuk variabel koping stres masing-masing sebesar 6.2 untuk strategi koping berbasis emosi (*emotion based-coping*), 2.5 untuk strategi koping berbasis masalah (*problem based-coping*), dan 2.16 untuk strategi koping campuran (*mixed*).

b. Status Identitas

Skala Status Identitas memiliki nilai rata-rata (*mean*) sebesar yang sama yaitu sebesar 36 untuk aspek eksplorasi dan aspek komitmen. Sedangkan untuk standar deviasi skala status identitas adalah sebesar 12 untuk aspek eksplorasi dan 12.67 untuk aspek komitmen. Pengelompokan berdasarkan aspek

dilakukan untuk menentukan kategori status identitas tiap responden. Karena setiap status identitas memiliki tingkatan tertentu dilihat dari aspek eksplorasi dan komitmennya.

c. Efikasi Diri

Skala Efikasi Diri memiliki nilai rata-rata (*mean*) sebesar 15 dan nilai standar deviasi sebesar 3.67.

d. Kategorisasi

Tabel 4.3 Kategorisasi Statistik Hipotetik

Kategori	Norma
Rendah	$X < M - \text{Std.D}$
Tinggi	$X > M - \text{Std.D}$

Keterangan :

M = Mean Empirik

X = Skor Subjek

Std.D = Standar Deviasi

Dari kategorisasi statistik hipotetik, terdapat rincian kategorisasi yang disesuaikan tipe strategi koping stres dan disesuaikan aspek status identitas. Berikut perincian kategorisasi setiap tipe strategi koping dan aspek status identitas:

Tabel 4.4 Kategorisasi *Emotion Based-Coping*

Kategori	Norma
Rendah	$X < 49.3$
Tinggi	$X > 49.3$

Nilai M-SD adalah 49.3 sehingga perlu dibulatkan menjadi 49.

Tabel 4.5 Kategorisasi *Problem Based-Coping*

Kategori	Norma
Rendah	$X < 8.75$
Tinggi	$X > 8.75$

Nilai M-SD adalah 8.75 sehingga perlu dibulatkan menjadi 9.

Tabel 4.6 Kategorisasi *Mixed Coping*

Kategori	Norma
Rendah	$X < 8.3$
Tinggi	$X > 8.3$

Nilai M-SD adalah 8.3 sehingga perlu dibulatkan menjadi 8.

Tabel 4.7 Kategorisasi Aspek Eksplorasi Status Identitas

Kategori	Norma
Rendah	$X < 24$
Tinggi	$X > 24$

Tabel 4.8 Kategorisasi Aspek Komitmen Status Identitas

Kategori	Norma
Rendah	$X < 23.3$
Tinggi	$X > 23.3$

Nilai M-SD adalah 23.3 sehingga perlu dibulatkan menjadi 23.

Pembagian kategori berdasarkan aspek menentukan status identitas. Berikut tingkatan status identitas berdasarkan kategori aspek eksplorasi dan komitmen pada remaja:

Tabel 4.9 Status Identitas

Status Identitas	Kategori Eksplorasi	Kategori Komitmen
<i>Identity Achievement</i>	Tinggi	Tinggi
<i>Moratorium</i>	Tinggi	Rendah
<i>Foreclosure</i>	Rendah	Tinggi
<i>Identity Diffusion</i>	Rendah	Rendah

Berdasarkan teori Marcia (1966) diidentifikasi dua dimensi dasar untuk mendefinisikan status remaja dalam mencapai sebuah identitas diri, yaitu eksplorasi dan komitmen (Untoro & Putri, 2019). Kedua dimensi status identitas digunakan untuk mengklasifikasikan status identitas menjadi empat status di antaranya: (1) *identity achievement*, merujuk pada kondisi individu pada fase remaja yang telah mampu mencapai komitmen melalui proses eksplorasi; (2) *moratorium*, merujuk pada individu yang masih berusaha mencapai komitmen dan masih dalam proses eksplorasi; (3) *foreclosure*, yakni individu yang sudah mencapai komitmen dengan mengambil komitmen orang lain yang signifikan dalam hidupnya atau dengan kata lain kurang bereksplorasi; dan (4) *identity diffusion*, yakni individu yang belum mencapai komitmen dan belum menjalani proses eksplorasi (Muttaqin & Ekowarni, 2016).

Indikasi kategorisasi tingkat efikasi diri diperoleh berdasarkan kategorisasi statistik hipotetik pada tabel 4.2 sebelumnya sehingga diperoleh norma dalam kategorisasi tinggi rendahnya tingkat efikasi diri responden sebagai berikut:

Tabel 4.10 Kategorisasi Efikasi Diri

Kategori	Norma
Rendah	$X < 11.3$
Tinggi	$X > 11.3$

Nilai M-SD adalah 11.3 sehingga perlu dibulatkan menjadi 11.

Setelah ditetapkan norma kategorisasi setiap variabel selanjutnya dilakukan analisa presentase subjek berdasarkan kategori. Berikut presentase kategori subjek berdasarkan skor yang diperoleh pada masing-masing skala atau instrumen.

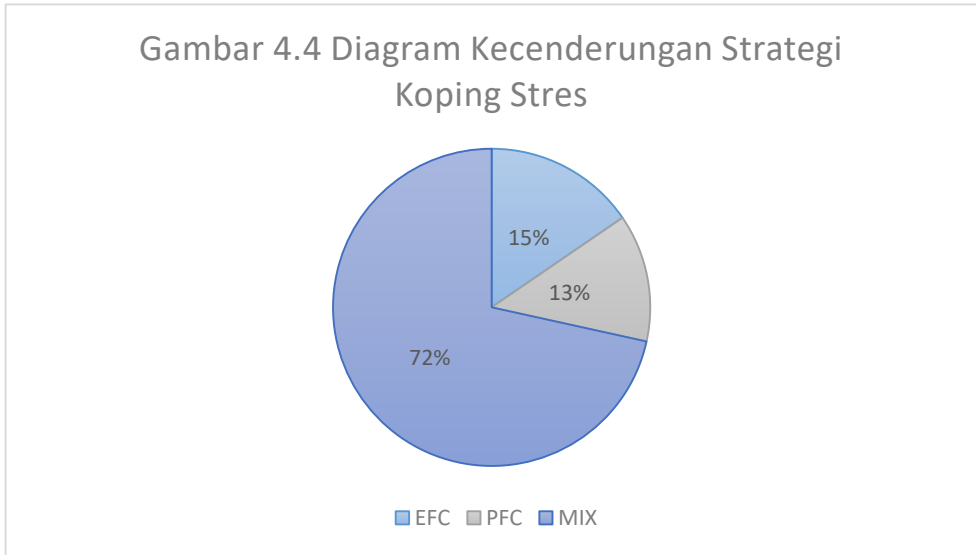
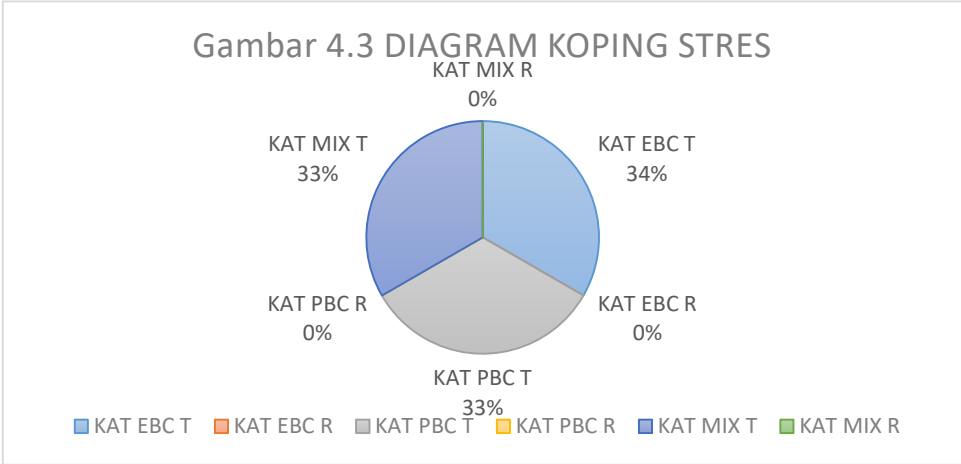
1) Distribusi Frekuensi Variabel Koping Stres (Y)

Tabel 4.11 Kategorisasi Koping Stres

Tipe Strategi Koping Stres	Daerah Keputusan	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
<i>Emotion based-coping</i>	$X < 49$	Rendah	-	0%
	$X > 49$	Tinggi	123	100%
<i>Problem based-coping</i>	$X < 9$	Rendah	-	0%
	$X > 9$	Tinggi	123	100%

<i>Mix</i>	$X < 8$	Rendah	-	0%
	$X > 8$	Tinggi	123	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa pada variabel koping stres 123 orang responden atau bisa dikatakan semua orang responden masuk kategori tinggi dengan presentase 100%. Artinya tingkat penggunaan strategi koping stres para remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari secara umum adalah tinggi untuk ketiga tipe strategi koping. Hal ini dapat dilihat dari diagram di bawah ini:



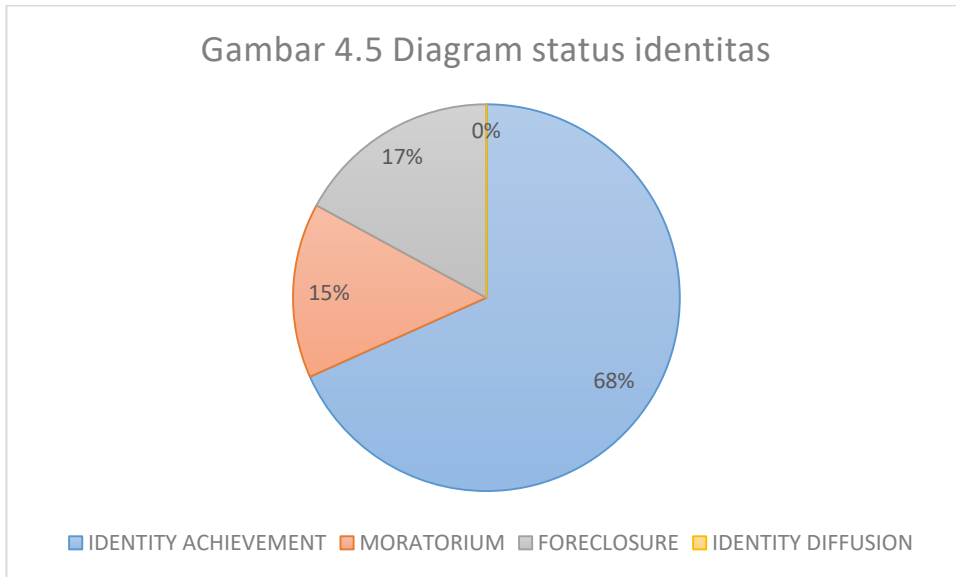
Dari ketiga tipe strategi koping 15% responden cenderung menggunakan strategi koping berbasis emosi, 13% responden berbasis masalah, dan 72% menggunakan strategi campuran antara keduanya.

2) Distribusi Frekuensi Variabel Status Identitas (X1)

Tabel 4.12 Kategorisasi Status Identitas

Status Identitas	Jumlah Subjek	Presentase
<i>Identity Achievement</i>	84	68%
<i>Moratorium</i>	18	15%
<i>Foreclosure</i>	21	17%
<i>Identity Diffusion</i>	-	0%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa pada variabel status identitas dari 123 orang responden, 84 orang responden termasuk ke dalam status identitas *identity achievement* dengan presentase 68%, 18 orang responden termasuk ke dalam status identitas *moratorium* dengan presentase 15%. 21 orang responden termasuk ke dalam status identitas *foreclosure* dengan presentase 17%, dan tidak ada responden yang termasuk ke dalam status identitas *identity diffusion*. Artinya status identitas para remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari secara umum adalah *Identity Achievement* yang memiliki level aspek eksplorasi dan komitmen tinggi. Hal ini dapat dilihat dari diagram di bawah ini

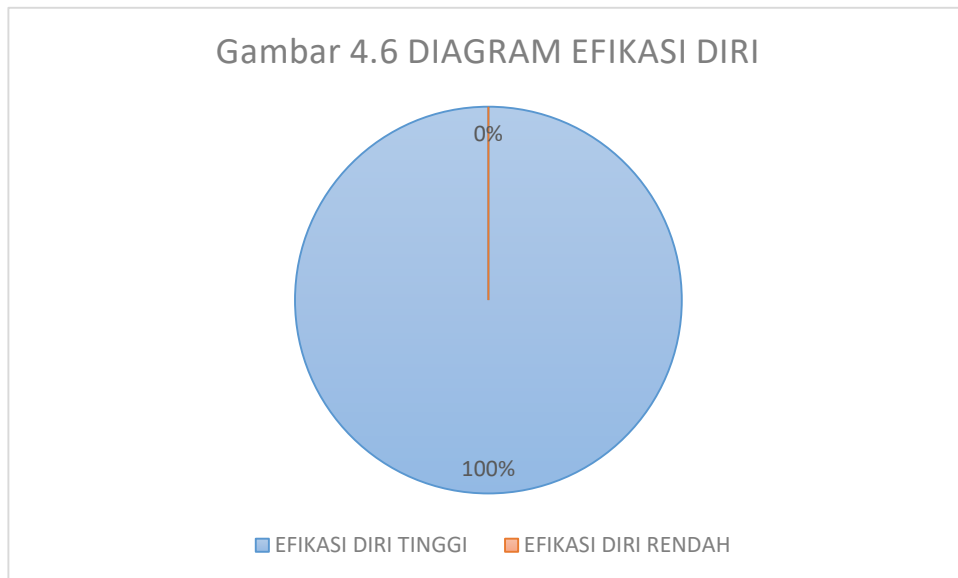


3) Distribusi Frekuensi Variabel Efikasi Diri (X_2)

Tabel 4.13 Kategorisasi Efikasi Diri

Daerah Keputusan	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
$X < 11$	Rendah	-	0%
$X > 11$	Tinggi	123	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa pada variabel efikasi diri, 123 orang responden atau bisa dikatakan semua responden memiliki efikasi diri dengan kategori tinggi. Artinya tingkat efikasi diri para remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari secara umum adalah tinggi hal ini dapat dilihat dari diagram di bawah ini:



3. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah model regresi terdistribusi secara normal atau tidak. Model regresi yang baik adalah distribusi data normal atau mendekati normal. Uji normalitas yang digunakan adalah Uji *Shapiro-Wilk* karena dianggap memiliki tingkat konsistensi yang paling baik (Oktaviani & Notobroto, 2014). Metode ini menguji bahwa hipotesis null (H_0) berasal dari distribusi normal yang tidak bergantung pada nilai rata-rata dan variansi (Putri, 2020). Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah:

- a) Apabila nilai $p\text{-value} < \alpha$ maka data tidak terdistribusi normal
- b) Apabila nilai $p\text{-value} > \alpha$ maka data terdistribusi normal.

Tabel 4.14 *Shapiro-Wilk normality test*

data: reg1\$residual

W = 0.98729, p-value = 0.3092

Berdasarkan tabel 4.14 diperoleh nilai $p\text{-value}: 0.3092 > \alpha (0.05)$ maka data menyebar secara normal atau uji normalitas terpenuhi.

b. Uji Autokolinerasi

Autokorelasi merupakan keadaan dimana pada model data terdapat korelasi antara data pada periode t dengan data pada periode sebelumnya ($t-1$). Uji autokolinerasi dapat dilakukan menggunakan pengujian *Durbin-Watson (DW)* (Mardiatmoko, 2020) dengan kriteia pengambilan keputusannya:

- a) $1,65 < DW < 2,35$, artinya tidak terjadi autokorelasi
- b) $1,21 < DW < 1,65$ atau $2,35 < DW < 2,79$, artinya tidak dapat disimpulkan, dan
- c) $DW < 1,21$ atau $DW > 2,79$ artinya terjadi autokorelasi

Tabel 4.15 *Durbin-Watson Test*

data: reg1

DW = 2.1422, p-value = 0.7735

alternative hypothesis: true autocorrelation is greater than 0

Berdasarkan Tabel 4.15 diperoleh nilai $p\text{-value} (0.7735) > \alpha (0.05)$ dan nilai DW sebesar 2,1422 sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi autokolinerasi pada data.

c. Uji Homogenitas/Heteroskedastisitas

Heteroskedastisitas adalah keadaan dimana terjadi ketidaksamaan varian dari data untuk semua pengamatan pada model regresi. Uji homogenitas/heteroskedastisitas menggunakan *Breusch-*

pagan Test. Pendeteksian heteroskedastisitas dengan uji *Breusch-Pagan* lebih efektif karena memiliki nilai *mean square error* yang lebih kecil (Andriani, 2017).

Tabel 4.16 *Breusch-Pagan test*

data: reg1
BP = 2.5232, df = 2, p-value = 0.2832

Berdasarkan Tabel 4.16 diperoleh $p\text{-value}$ (0.2832) $>$ α (0.05) sehingga disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas atau asumsi homogenitas data terpenuhi.

d. Uji Multikolinieritas

Multikolinieritas adalah suatu keadaan dimana terjadi hubungan linear yang sempurna atau mendekati antar variabel dalam model regresi (Mardiatmoko, 2020). Suatu model regresi dikatakan mengalami multikolinieritas jika ada fungsi linear yang sempurna pada beberapa atau semua independen variabel dalam fungsi linear. Untuk mengetahui adanya multikolinieritas pada data adalah dengan melihat nilai *Variance Inflation Factor (VIF)* dan *Tolerance* nya. Apabila nilai $VIF < 10$ dan $Tolerance > 0,1$ maka tidak terjadi multikolinieritas.

Tabel 4.17 *Tolerance and Variance Inflation Factor*

`KRISIS IDENTITAS`	`EFIKASI DIRI`
1.008176	1.008176

Berdasarkan Tabel 4.17 diperoleh nilai *VIF* kedua variabel bebas adalah < 10 (kurang dari sepuluh) sehingga dapat dikatakan tidak ada multikolinieritas dalam data.

Tabel 4.18 Tabel Kategorisasi

Variabel		Nilai	Kategorisasi
Koping Stres	<i>Problem Based-Coping</i>	X < 49	Tinggi
		X > 49	Rendah
	<i>Emotion Based-Coping</i>	X > 9	Tinggi
		X < 9	Rendah
	<i>Mixed</i>	X > 8	Tinggi
		X < 8	Rendah
Status Identitas	Aspek Eksplorasi	X > 24	Tinggi
		X < 24	Rendah
	Aspek Komitmen	X > 23	Tinggi
		X < 23	Rendah
Efikasi Diri		X > 11	Tinggi
		X < 11	Rendah

Tabel 4.19 Persentase Kategori Responden

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase
Koping Stres	Tinggi	123	100%
	Rendah	-	0%
Status Identitas	<i>Tinggi (Identity Achivement)</i>	84	68%

	<i>Moratorium</i>	19	15%
	<i>Foreclosure</i>	20	16%
	<i>Rendah</i> <i>(Identity</i> <i>Diffusion)</i>	-	0%
Efikasi Diri	Tinggi	123	100%
	Rendah	-	0%

Berdasarkan Tabel 4.19 diketahui bahwa dari 123 responden, kesemua responden yang memiliki level koping stres tinggi di ketiga tipe strategi koping yang meliputi *problem based-coping*, *emotion based-coping*, dan *mixed coping*. Secara detail, presentase tertinggi terdapat pada aspek *Positive Reappraisal* dalam strategi koping campuran yakni sebesar 71% dari keseluruhan presentase aspek. Dalam variabel status identitas, terdapat 84 reponden yang memiliki status identitas tertinggi, yakni *Identity Achievement* dan tidak terdapat reponden yang memiliki status identitas terendah yakni *Identity Diffusion*. Sementara itu, terdapat 19 responden yang memiliki status identitas *Moratorium* dan 20 responden yang memiliki status identitas *Foreclosure*. Presentase aspek eksplorasi dan aspek komitmen sama, yakni sama-sama sebesar 50%.

Tabel 4.20 Presentase Aspek Koping Stres

No	Aspek	Presentase
1	<i>Confrontive</i>	53%
2	<i>Distancing</i>	56%
3	<i>Self-Controlling</i>	63%

<i>Seeking Social</i>	
4	<i>Support</i> 52%
<i>Accepting</i>	
5	<i>Responsibility</i> 41%
6	<i>Escape Avoidance</i> 65%
<i>Planful Problem</i>	
7	<i>Solving</i> 56%
<i>Positive</i>	
8	<i>Reappraisal</i> 71%

Analisis data variabel efikasi diri menunjukkan ke-123 responden memiliki kategorisasi efikasi tinggi. Presentase aspek tertinggi adalah pada aspek *Manage to solve difficulties* dan *Stick and accomplishing the goals* sebesar 82%. Dari analisis ketiga variabel disimpulkan bahwa semua responden memiliki kemampuan coping stres dan efikasi diri yang tinggi. Hal ini sejalan dengan status identitas responden yang sebagian besar memiliki kemampuan eksplorasi dan komitmen yang tinggi di usia remaja dan tidak ada satu pun responden yang memiliki status identitas rendah yaitu *Identity Diffusion*.

Tabel 4.21 Presentase Aspek Efikasi Diri

No	Aspek	Presentase
1	<i>Manage to solve difficulties</i>	82%
2	<i>Finding means and ways</i>	73%
3	<i>Stick and accomplishing the goals</i>	82%
4	<i>Dealing with unexpected events</i>	68%
5	<i>Handling unforeseen situations</i>	66%

6	<i>Invest to solve problems</i>	81%
7	<i>Manage to solve difficulties</i>	76%
8	<i>Handling unforeseen situations</i>	75%
9	<i>Facing difficulties</i>	70%
10	<i>Finding solutions</i>	76%

e. Uji Regresi Linier Berganda

Uji regresi linier berganda digunakan untuk melihat nilai seberapa besar pengaruh antara variabel bebas yaitu status identitas dan efikasi diri terhadap variabel terikat coping stres. Uji regresi linier berganda juga berfungsi untuk mengetahui bentuk pengaruh antara variabel bebas dan terikat. Dalam perhitungan menggunakan *SPSS for Windows* diperoleh model regresi sebagai berikut:

Tabel 4.22 Tabel Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	99.079	12.627		7.846	.000
	Status_Identitas	.245	.093	.227	2.648	.009
	Efikasi_Diri	.550	.185	.255	2.976	.004

a. Dependent Variable: Coping_Stres

Berdasarkan tabel diperoleh persamaan regresi $Y = \alpha + (b1.X1) + (b2.X2)$ yang artinya $Y = 99.079 + 0.245 + 0.550$. Dari persamaan tersebut dapat diinterpretasikan bahwa nilai α sebesar 99.079 merupakan konstanta atau keadaan variabel koping stres (Y) yang belum dipengaruhi oleh variabel lain yaitu variabel status identitas (X_1) dan variabel efikasi diri (X_2). Apabila variabel bebas tidak ada maka variabel terikat tidak mengalami perubahan.

Selanjutnya dari tabel di atas juga dapat diamati bahwa nilai koefisien regresi X_1 atau nilai $b1 = 0.245$ artinya koping stres dipengaruhi oleh status identitas, yang mana setiap kenaikan 1 satuan variabel status identitas akan mempengaruhi koping stres sebesar 0.245 dengan asumsi bahwa variabel lain tidak diteliti dalam penelitian ini. Sedangkan nilai koefisien regresi X_2 atau nilai $b2 = 0.550$ yang mana setiap kenaikan 1 satuan variabel efikasi diri akan mempengaruhi koping stres sebesar 0.550 dengan asumsi bahwa variabel lain tidak diteliti.

4. Uji Hipotesis
 - a. Uji Simultan (F)

Untuk melihat hasil analisis regresi maka diperlukan uji F. Uji F digunakan untuk melihat nilai signifikansi pada penelitian. Jika nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan nilai $sig < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Sedangkan jika nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$ dan nilai $sig > \alpha$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Hasil uji simultan (F) dapat dilihat pada tabel:

Tabel 4.23 Hasil Uji Simultan (F)

Variabel Dependen	M	SD	F	P
Status Identitas	124.9512	9.05163	8.314	.000

Efikasi Diri	29.9106	4.53765
--------------	---------	---------

Berdasarkan tabel di atas nilai F_{hitung} sebesar 8.314. Sedangkan F_{tabel} ($\alpha = 0.05$; df regresi = 2; df residual = 120) = 3.072, sehingga nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau nilai sig $0.000 \leq 0.05$, maka model analisis regresi adalah signifikan. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya variabel terikat yaitu koping stres dipengaruhi secara signifikan oleh variabel bebas status identitas (X_1) dan efikasi diri (X_2).

b. Uji Parsial (T)

Uji T digunakan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel bebas secara parsial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat. Untuk menentukan uji T dapat dilihat dari nilai tabel. Apabila nilai sig < 0.05 atau $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka hasilnya signifikan atau H_a dapat diterima dan H_0 ditolak. Apabila nilai sig > 0.05 atau $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka hasilnya tidak signifikan atau H_a ditolak dan H_0 diterima. Hasil dari uji T dapat dilihat pada tabel:

Tabel 4.24 Hasil Uji Parsial (T)

Variabel Dependen	M	SD	t	P
Status Identitas	124.9512	9.05163	2.648	.009
Efikasi Diri	29.9106	4.53765	2.976	.004

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa:

1. Uji T antara status identitas (X_1) dan koping stres (Y) menunjukkan t_{hitung} sebesar 2.648 sedangkan t_{tabel}

sebesar 1.979 yang artinya $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $2.648 > 1.979$. Sedangkan nilai $sig < \alpha = 0.05$ maka pengaruh status identitas signifikan atau H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan kata lain terdapat pengaruh variabel status identitas terhadap coping stres. Dapat disimpulkan bahwa meningkatnya status identitas akan meningkatkan kemampuan coping stres remaja.

2. Uji T antara efikasi diri (X_2) dan coping stres (Y) menunjukkan t_{hitung} sebesar 2.976 sedangkan t_{tabel} sebesar 1.979 yang artinya $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $2.976 > 1.979$. Nilai $sig < \alpha = 0.05$ artinya hasilnya signifikan dan H_0 ditolak sedangkan H_a diterima. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan antara efikasi diri dengan coping stres. Dapat disimpulkan bahwa meningkatnya efikasi diri akan meningkatkan coping stres remaja.

c. Koefisien Determinan

Menurut Ghozali (2016) koefisien determinasi bertujuan untuk melihat seberapa besar tingkat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen secara parsial. Koefisien determinasi merupakan kuadrat dari koefisien korelasi sebagai ukuran untuk mengetahui kemampuan dari masing-masing variabel yang digunakan. Sedangkan R adalah koefisien korelasi majemuk yang mengukur tingkat hubungan antara variabel dependen (Y) dengan semua variabel independen yang menjelaskan secara bersama-sama dan nilainya selalu positif. *Adjusted R2* atau pengujian koefisien determinasi digunakan untuk mengukur proporsi atau presentase

sumbangan variabel independen terhadap variasi naik-turunnya variabel dependen.

Koefisien determinasi berkisar antara nol sampai dengan satu ($0 \leq R^2 \leq 1$). Hal ini berarti semakin *adjusted R2* mendekati 1 maka semakin kuat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Sebaliknya semakin *adjusted R2* mendekati nol maka semakin kecil pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

Tabel 4.25 Koefisien Determinan

Variabel Dependen	R	R Square	Adjusted R Square
Status			
Identitas	.349	.122	.107
Efikasi Diri			

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai koefisien determinasi atau *R square* sebesar 0.122 yang berasal dari hasil kuadrat R sebesar 0.349. Nilai 0.122 sama dengan 12% yang berarti variabel status identitas dan efikasi diri secara simultan memiliki hubungan yang saling berpengaruh pada coping stres sebesar 12%. 88% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Tabel 4.26 Sumbangan Efektif Variabel menggunakan SPSS

Variabel	Pearson Correlation (r)	Standardized Correlation Beta (Uji Regresi)	Sumbangan Efektif (SE) (r x beta x 100%)	R- squared

Status	0.238	0.227	5.4 %	
Identitas				12.1%
Efikasi	0.265	0.255	6.7 %	
Diri				

Berdasarkan Tabel 4.26 diperoleh nilai sumbangan relatif (SE) masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat, yakni sebesar 5.4 % untuk variabel status identitas dan 6.7 % untuk variabel efikasi diri. Jumlah dari sumbangan efektif kedua variabel bebas merupakan nilai *R-squared*. Nilai *R-squared* dan *Adjusted R-squared* menggunakan SPSS, yakni sebesar 12% dan 10.7 % yang dibulatkan menjadi 11%.

C. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data secara bertahap, diperoleh beberapa temuan yang akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Strategi Koping Stres pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari

Koping stres merupakan suatu strategi penanggulangan stres yang dianggap tepat untuk mengatasi *stressor* dengan mengevaluasi sumberdaya yang dimilikinya (Lazarus dan Folkman, 1984: 150-154). Koping stres berperan sebagai usaha untuk menanggulangi atau mengatasi stres yang berasal dari berbagai macam problema psikologis (Andriyani & Andriyani, 2019). Strategi koping stres yang dimiliki remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari secara umum berada pada kategori tinggi, mulai dari *problem based-coping*; *emotion based-coping*; dan *mixed coping*. Presentase tertinggi ditemukan pada aspek *Positive reappraisal* yang merupakan salah satu bentuk perilaku positif dalam menilai *stressor* sehingga sangat berperan dalam pembentukan koping stres yang adaptif. Penilaian positif terhadap

suatu masalah atau *stressor* dapat memunculkan suatu ketahanan (resistensi) pada remaja sehingga memudahkan remaja untuk mengatasi stres.

Hasil ini sesuai dengan hasil wawancara dengan guru BK di kedua sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari yang menyatakan bahwa sebagian besar kemampuan coping remaja di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di Kecamatan Umbulsari tergolong tinggi. Jumlah remaja yang memiliki kemampuan coping yang rendah sehingga ditemukan sejumlah kasus terkait pergaulan bebas ataupun bunuh diri yang diasumsikan akibat coping yang berorientasi negatif hanya sedikit.

Penelitian ini meliputi wawancara dan survey skala pengukuran tingkat coping stres pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember menunjukkan pentingnya coping yang positif dan adaptif. Hasil analisis terkait pengukuran tingkat kemampuan coping stres dibagikan kepada responden. Dengan mengetahui tingkat kemampuan coping yang dimiliki, remaja akan mampu menindaklanjuti langkah untuk terus mempertahankan kemampuan masing-masing dalam mengatasi tekanan emosional (stres) yang dialaminya. Strategi coping yang baik dan positif akan dapat membantu remaja dalam mengatasi masalah terutama stres yang dialaminya terkait tugas-tugas akademik dan organisasi (OSIS) yang dijalannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa strategi coping yang baik akan mampu meminimalisir stres (Nofalia, 2021). Penelitian lain menunjukkan bahwa peningkatan strategi coping berbalik terbalik dengan stres yang dirasakan. Artinya semakin tinggi kemampuan coping maka akan semakin ringan stres yang dirasakan (Lyons et al., 2020).

2. Status Identitas pada Remaja Sekolah Menengah di Kecamatan Umbulsari

Hasil analisis yang dilakukan menunjukkan bahwa status identitas remaja di sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari Kabupaten Jember secara garis besar berada di status identitas yang tinggi dengan aspek eksplorasi dan komitmen yang cukup tinggi. Tidak ada responden yang termasuk ke dalam status identitas terendah (*Identity Diffusion*) dengan aspek eksplorasi dan komitmen yang rendah. Sebaliknya, semua responden memiliki status identitas yang memiliki kemampuan eksplorasi dan komitmen yang relatif tinggi, seperti: (a) *Identity Achievement* dengan aspek eksplorasi dan komitmen yang sama-sama tinggi (b) *Moratorium* dengan aspek eksplorasi tinggi dan aspek komitmen rendah dan (c) *Foreclosure* dengan aspek eksplorasi rendah namun komitmen tinggi dari total keseluruhan jumlah responden.

Perbedaan status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari dipengaruhi oleh latar belakang masing-masing remaja yang kemudian membentuk kemampuan dalam bereksplorasi dan melakukan komitmen. Akan tetapi perbedaan antar status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari tidaklah signifikan atau tidak terlalu berbeda satu sama lain. Perbedaan yang lain juga terlihat dari latar belakang responden remaja yang merupakan anggota suatu organisasi (OSIS) dan bukan. Remaja yang bukan anggota OSIS terbukti memiliki status identitas yang relatif lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang merupakan anggota OSIS. Hal ini dikarenakan status identitas pada remaja anggota OSIS memerlukan suatu penguatan terutama dalam organisasi itu sendiri sehingga mereka merasa belum mantap terkait identitas mereka dalam organisasi tersebut. Hasil ini serupa dengan hasil penelitian terdahulu yang

menunjukkan bahwa untuk tercapainya status identitas kelompok dipengaruhi oleh ketercapaian aspek-aspek dalam status identitas suatu (Irving & Sayre, 2016).

3. Tingkat Efikasi Diri Remaja Sekolah Menengah Kecamatan Umbulsari

Efikasi diri yang dimiliki remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari secara umum berada pada kategori tinggi. Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara dengan guru BK di kedua sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari yang menyatakan bahwa sebagian besar efikasi diri remaja di sekolah menengah pertama dan atas di Kecamatan Umbulsari tinggi. Remaja yang memiliki tingkat efikasi diri tidak ditemukan dalam reponden penelitian ini. Dari penelitian ini menunjukkan bahwa terjadinya kasus pada remaja di Kabupaten Jember tidak dapat merepresentasikan populasi remaja sekolah menengah yang memiliki tingkat efikasi yang selalu rendah. Hal ini dikarenakan jumlah remaja yang memiliki kemampuan efikasi diri yang tinggi dapat dihitung jari.

Efikasi diri memiliki sejumlah fungsi pada remaja. Tingkat efikasi diri yang tinggi akan memfasilitasi remaja dalam mengatasi tugas tertentu dan mampu memilih suatu keputusan dalam menghadapi tuntutan pada berbagai tingkat kesulitan. Selain itu remaja juga dapat memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk melakukan upaya tertentu dalam mengatasi kesulitannya (Pramesta & Dewi, 2021).

4. Pengaruh Status Identitas (X₁) terhadap Kemampuan Koping Stres (Y)

Variabel status identitas remaja melalui analisis penelitian ini memiliki pengaruh yang signifikan terhadap koping stres sebesar 5.4%. Artinya semakin tinggi kategori status identitas remaja maka semakin baik kemampuan koping stres remaja. Remaja yang memiliki status

identitas *Identity Achievement*, *Moratorium*, dan *Foreclosure* memiliki kemampuan coping stres yang baik. Presentase aspek eksplorasi dan komitmen dalam status identitas memiliki nilai yang sama. Hal ini menunjukkan keduanya secara setara membentuk suatu tingkatan identitas sehingga mampu meningkatkan kemampuan coping stres ada remaja.

Responden yang memiliki status identitas *Moratorium* sebagian besar memiliki kecenderungan menggunakan strategi coping campuran (*mix coping*) dan beberapa responden menggunakan strategi coping berbasis emosi (*emotion focused coping*). Responden yang memiliki status identitas *Foreclosure* sebagian cenderung menggunakan strategi coping berbasis masalah (*problem focused coping*) dan sebagian lagi menggunakan strategi coping campuran (*mix coping*). Sedangkan responden yang memiliki status identitas berupa *Identity Achievement* cenderung menggunakan tipe strategi coping stres yang beragam mulai dari yang berbasis emosi (*emotion focused coping*), masalah (*problem focused coping*), hingga campuran (*mix coping*). Namun sebagian besar pemilik status identitas ini menggunakan strategi coping stres campuran antara strategi coping terfokus pada emosi sekaligus penyelesaian masalah dengan aspeknya yakni penilaian positif (*positive reappraisal*).

Aspek penilaian positif merupakan salah satu jenis strategi coping yang didefinisikan sebagai penafsiran kembali suatu situasi dengan cara yang positif. Penilaian positif dapat berperan sebagai regulasi emosi kognitif yang bertujuan untuk melakukan penilaian dan pengobatan emosional. Dengan demikian penilaian positif termasuk ke dalam strategi coping campuran antara strategi coping berbasis emosi dan penyelesaian masalah.

Banyaknya kecenderungan penggunaan strategi coping stres “penilaian positif” pada status identitas *moratorium* dan *identity*

achievement menunjukkan adanya pengaruh identitas remaja yang memiliki kemampuan eksplorasi tinggi. Eksplorasi dalam mencari penafsiran kembali dari suatu situasi untuk memunculkan emosi positif bisa sangat berkaitan. Di sisi lain, remaja dengan status identitas *foreclosure* cenderung menggunakan strategi koping stres berfokus pada masalah. Ini ditunjukkan dengan tingginya komitmen untuk berprinsip untuk menyelesaikan tekanan (stres) yang dialaminya.

5. Pengaruh Efikasi Diri (X₂) terhadap Koping Stres (Y)

Efikasi diri berpengaruh signifikan pada koping stres remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari sebesar 6.7%. Presentase pengaruh ini lebih besar daripada pengaruh status identitas terhadap koping stres. Presentase tertinggi ditemukan pada aspek *Manage to solve difficulties* dan *Stick and accomplishing the goals*. Berkaitan dengan koping stres, remaja yang memiliki aspek *manage to solve difficulties* dan *stick and accomplishing the goals* cenderung menggunakan strategi koping stres campuran. Artinya remaja yang mampu mengatasi kesulitan dan fokus pada tujuan cenderung menilai *stressor* secara positif sehingga mampu meregulasi emosi dengan mudah.

Secara tidak langsung aspek-aspek efikasi diri akan memfasilitasi remaja untuk membangun strategi koping stres. Dengan demikian semakin tinggi efikasi diri remaja maka semakin baik pula kemampuan koping stres remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Elsavina dkk (Rizky & Risma, 2014) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan dan pengaruh efikasi diri dengan koping stres. Hasil

penelitian lain menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri akan meningkatkan penggunaan mekanisme koping stres (Pratiwi, H., Ismail, M., Irayana, 2021). Dengan kata lain terbukti bahwa efikasi diri pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari berdampak pada kemampuan koping stresnya.

6. Pengaruh Status Identitas (X_1) dan Efikasi Diri (X_2) secara Simultan terhadap Koping Stres

Status identitas dan efikasi diri terbukti memiliki pengaruh dengan kemampuan koping stres remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari. Tingginya kemampuan koping stres akan dapat secara tidak langsung akan mengontrol status identitas yang dimiliki remaja serta tingkat efikasi dirinya. Hal ini berarti terdapat suatu pengaruh antara kedua variabel bebas dengan variabel terikat.

Akan tetapi perlu diketahui bahwa dalam hubungan tersebut, presentase pengaruh tingkat efikasi diri lebih besar daripada presentase pengaruh status identitas pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari terhadap koping stres. Data temuan menunjukkan bahwa banyak remaja yang memiliki efikasi diri yang tinggi meskipun status identitasnya *Foreclosure* atau *Moratorium* dan bukan *Identity Achievement*. Namun tingginya status identitas dan level efikasi diri sama-sama memiliki peran dalam menunjang kemampuan koping remaja terhadap stres.

Penelitian yang mengaitkan antara status identitas dan efikasi diri keputusan karir menunjukkan bahwa status identitas memiliki pengaruh tidak langsung dan bermakna terhadap efikasi diri keputusan karir (Sawitri, 2009). Penelitian ini menjawab bagaimana keraguan

mengambil keputusan karir dapat dipengaruhi oleh status identitas. Dalam kaitannya dengan coping stres, hasil penelitian yang telah dilakukan menjelaskan bagaimana status identitas yang dibarengi dengan efikasi diri dapat mempengaruhi strategi coping stres yakni sebesar 12%. Artinya semakin tinggi status identitas remaja dan semakin tinggi level efikasi dirinya maka semakin baik pula kemampuan coping stresnya. Semakin seorang remaja memiliki kemampuan eksplorasi dan komitmen yang baik diiringi dengan tingginya efikasi diri maka remaja tersebut akan mampu memaksimalkan kemampuan copingnya dalam menangani stres yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa tingginya status identitas dan tingginya efikasi diri memengaruhi kemampuan coping stres pada remaja. Hal ini ditunjukkan dengan tingginya tingkat coping stres dari ketiga macam strategi coping stres, baik strategi coping stres yang terfokus pada emosi, terfokus pada masalah, dan strategi coping campuran. Hasil ini sejalan dengan hasil wawancara dengan BK Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kecamatan Umbulsari yang mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja memiliki mekanisme coping yang bagus. Latar belakang keluarga berperan besar dalam membentuk pola pikir remaja dalam membentuk identitas di masa perkembangannya serta membentuk efikasi diri yang baik terutama dalam mengatasi respon emosional seperti stres. Hanya sedikit remaja yang memiliki latar belakang yang kurang baik yang berdampak pada kurang maksimalnya mekanisme coping stres pada remaja. Akan tetapi dalam penelitian ini sejumlah remaja tersebut masih tergolong memiliki kemampuan coping, efikasi diri, dan status identitas yang baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui variabel-variabel yang mempengaruhi coping stres pada remaja sekolah menengah. Dalam penelitian ini variabel bebas yang digunakan adalah variabel status identitas (X_1) dan efikasi diri (X_2) sedangkan variabel terikatnya adalah coping stres (Y).

Berdasarkan analisis data dapat diketahui:

1. Level kemampuan coping stres responden berada pada kategori tinggi dengan presentase 100% dengan 15% remaja di sekolah menengah Kecamatan Umbulsari cenderung menggunakan strategi coping berbasis emosi, 13% remaja berbasis masalah, dan 72% menggunakan strategi campuran antara keduanya.
2. Pada variabel status identitas remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari berada pada kategori status identitas yang tinggi dimana presentase 68% orang remaja termasuk ke dalam status identitas *identity achievement*, 15% termasuk ke dalam status identitas *moratorium*, 17% termasuk ke dalam status identitas *foreclosure*, dan tidak ada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari yang termasuk ke dalam status identitas *identity diffusion*. Kedua aspek memiliki presentase yang sama sehingga tidak ada aspek yang lebih menentukan status identitas remaja.
3. Pada variabel efikasi diri semua remaja termasuk pada kategori tinggi dengan presentase 100%. Presentase aspek tertinggi yang menentukan pembentukan efikasi diri pada remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari adalah aspek kemampuan mengatasi kesulitan (*manage to solve difficulties*) dan fokus pada tujuan (*stick and accomplishing the goals*).

4. Hasil analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa status identitas mempunyai pengaruh pada coping stres sebesar 5.4% ($\text{sig } t \ 0.009 < \alpha = 0.05$). Sedangkan efikasi diri mempunyai pengaruh terhadap coping stres sebesar 6.7% ($\text{sig } t \ 0.004 < \alpha = 0.05$). Variabel status identitas dan efikasi diri berpengaruh secara simultan terhadap coping stres sekitar 12%.
5. Tingginya status identitas remaja sekolah menengah di Kecamatan Umbulsari dan tingkat efikasi dirinya akan memfasilitasi kemampuan coping stresnya. Semakin seorang remaja memiliki kemampuan eksplorasi dan komitmen yang baik diiringi dengan tingginya efikasi diri maka remaja tersebut akan mampu memaksimalkan kemampuan copingnya dalam menangani stres yang dialaminya. Hal ini akan meminimalisir pengarahannya respon emosional (stres) yang negatif seperti pergaulan bebas, bunuh diri, ataupun pembunuhan.

B. Saran

1. Untuk Subjek Penelitian

- a. Subjek penelitian diharapkan mampu mempertahankan kemampuan copingnya dalam menghadapi dan mengatasi respon emosional terutama stres yang dialaminya, terutama selama berada di fase perkembangan
- b. Subjek penelitian diharapkan dapat mempertahankan efikasi dirinya agar dapat menentukan sikap yang harus diambil dalam mencapai tujuan yang diharapkannya
- c. Subjek penelitian diharapkan agar mampu meningkatkan kemampuan dalam bereksplorasi dan berkomitmen dalam rangka meningkatkan status identitas untuk dapat mengatasi krisis selama fase perkembangannya.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya

- a. Untuk penelitian lebih lanjut, ada baiknya untuk mengambil sampel yang lebih banyak lagi dengan latar belakang individu dan sekolah yang beragam sehingga dapat merepresentasikan populasi secara keseluruhan

- b. Mengujikan kembali instrument yang sudah valid dan reliable beberapa kali agar hasil data yang diperoleh benar-benar bisa mengukur konstruk yang dimaksudkan
- c. Menjadikan lokasi yang benar-benar memiliki fenomena sosial dan perkembangan sebagai lokasi penelitian sehingga dapat menjadi patokan variabel penelitian yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/view/1569>
- Ahsan, A., & Ilmy, A. K. (2018). Hubungan antara pemenuhan tugas perkembangan emosional dengan tingkat stres pada remaja. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 4(1). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v4i1.70>
- Alfian, I. N., & Suminar, D. R. (1999). Perbedaan Tingkat Kebermaknaan Hidup Remaja Akhir Pada Berbagai Status Identitas Ego Dengan Jenis Kelamin Sebagai Kovariabel (Penelitian Terhadap Mahasiswa Madura Di Surabaya). *Insan Media Psikologi*, 5(2).
- Andriani, S. (2017). Uji Park Dan Uji Breusch Pagan Godfrey Dalam Pendeteksian Heteroskedastisitas Pada Analisis Regresi. *Al-Jabar : Jurnal Pendidikan Matematika*, 8(1). <https://doi.org/10.24042/ajpm.v8i1.1014>
- Andriyani, J., & Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37–55. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Angelica, H., & Tambunan, E. H. (2021). Stres dan coping mahasiswa keperawatan selama pembelajaran daring di masa pandemik covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1). <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.508>
- Bako, I. F., Yuliani, D., & Susilawati, S. (2022). Efikasi diri remaja dalam mencegah perilaku beresiko hiv/aids di kota bandung. *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)*, 3(02). <https://doi.org/10.31595/rehsos.v3i02.444>
- Barseli, M., Ifdil, I., Mudjiran, M., Efendi, Z. M., & Zola, N. (2020). Pengembangan modul bimbingan dan konseling untuk pengelolaan stres akademik siswa. *Jurnal*

- Konseling Dan Pendidikan*, 8(2). <https://doi.org/10.29210/141700>
- Berliana, & Wardani, I. Y. (2018). STRES DAN STRATEGI KOPING ANAK JALANAN DI KOTA DEPOK. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*. <https://doi.org/10.32419/jppni.v2i2.88>
- Darwati, Y. (2022). Coping Stress Dalam Perspektif Al Qur'an. *Spiritualita*, 6(1), 1–16. <https://doi.org/10.30762/SPIRITUALITA.V6I1.295>
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1). <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fa'izah, S., & Cahyanti, I. Y. (2021). Strategi Koping Stres Siswa SMA dalam Menghadapi UTBK 2021. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.29721>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(3), 219–239. <https://doi.org/10.2307/2136617>
- Hakim, A. R., Mardhiyah, A., Novtadijanto, D. M. I., Nurkholifah, N., Ramdani, Z., & Amri, A. (2021). Pembentukan identitas diri pada kpopers. *Motiva: jurnal psikologi*, 4(1). <https://doi.org/10.31293/mv.v4i1.5188>
- Irving, P. W., & Sayre, E. C. (2016). Identity statuses in upper-division physics students. *Cultural Studies of Science Education*. <https://doi.org/10.1007/s11422-015-9682-8>
- Juniarly, A. (2012). Peran Koping Religius Dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen. *Psikologika : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol17.iss1.art1>
- Lyons, Z., Wilcox, H., Leung, L., & Dearsley, O. (2020). COVID-19 and the mental

well-being of Australian medical students: impact, concerns and coping strategies used. *Https://Doi.Org/10.1177/1039856220947945*, 28(6), 649–652.
<https://doi.org/10.1177/1039856220947945>

Mardiatmoko, G. (2020). View of pentingnya uji asumsi klasik pada analisis regresi linier berganda (studi kasus penyusunan persamaan allometrik kenari muda [canarium indicum l.]). *Barekeng : Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333–342. <https://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/barekeng/article/view/1872/2194>

Maulana, I., & Alfian, I. N. (2021). Pengaruh Efikasi Diri dan Penyesuaian Diri terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa Masa Pandemi COVID-19. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*.
<https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26783>

Maulya, E., & Asniar. (2017). Self-Efficacy, Strategi Koping, dan Stres Mahasiswa Kurikulum Berbasis Kompetensi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(3).

Mentari, A. Z. B., Liana, E., & Pristya, T. Y. R. (2020). Teknik Manajemen Stres yang Paling Efektif pada Remaja: Literature Review. *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(4).
<https://doi.org/10.52022/jikm.v12i4.69>

Muttaqin, D., & Ekowarni, E. (2016). Pembentukan identitas remaja di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*. <http://repository.ubaya.ac.id/32588/>

Nabila, T., & Wahyuni, E. (2022). Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dengan Kepuasan Hidup (Life Satisfaction) Mahasiswa. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*. <https://doi.org/10.21009/insight.102.08>

Nofalia, I. (2021). Pengaruh strategi koping terhadap stress pada masyarakat di era pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan*, 18(2).
<https://doi.org/10.35874/jkp.v18i2.823>

- Oktaviani, M. A., & Notobroto, H. basuki. (2014). Perbandingan Tingkat Konsistensi Normalitas Distribusi Metode. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 3(2), 127–135. <http://www.journal.unair.ac.id/download-fullpapers-biometrikd8bc041810full.pdf>
- Pfluger, V., Rohner, S. L., Eising, C. M., Maercker, A., & ... (2021). Associations Between Complex Trauma Exposure in Childhood/Adolescence and Psychopathology in Older Age: The Role of Stress Coping and Coping Self In *Journal of Child & ...* Springer. <https://doi.org/10.1007/s40653-021-00419-0>
- Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa di SMA X. *Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Pratiwi, H., Ismail, M., Irayana, I. (2021). Efikasi diri, Stres Pengasuhan dan Strategi Koping Orang Tua dari Anak Berkebutuhan Khusus di Masa Pandemi. *Jurnal Smart PAUD*.
- Pratiwi, D., Suendarti, M., & ... (2019). Pengaruh Efikasi Diri dan Kemandirian Belajar terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika. *JKPM (Jurnal Kajian ...* <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/jkpm/article/view/5083>
- Prihatina, R. D., Latifah, M., & Johan, I. R. (2012). Konsep Diri, Kecerdasan Emosional, Tingkat Stres, dan Strategi Koping Remaja pada Berbagai Model Pembelajaran. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 5(1). <https://doi.org/10.24156/jikk.2012.5.1.48>
- Purnama, R. (Rahmad). (2017). Penyelesaian Stress melalui Coping Spiritual. *Al-Adyan*, 12(1), 70–83. <https://www.neliti.com/id/publications/177475/>
- Putri, R. D. (2020). *Perbandingan kekuatan uji metode Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling, dan Shapiro-Wilk untuk menguji normalitas data*.
- Rizky, E., & Risma, Z. D. (2014). Hubungan efikasi diri dengan coping stress pada

- mahasiswa angkatan 2012 fakultas kedokteran universitas riau. *Jom fk*, 1(2).
- Rosdiana, Y., Widjajanto, E., & Kapti, R. E. (2018). Pengetahuan sebagai Faktor Dominan Efikasi Diri Kader dalam Melakukan Deteksi Dini Gangguan Jiwa. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 30(2).
<https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2018.030.02.11>
- Sawitri, D. R. (2009). Pengaruh Status Identitas dan Efikasi Diri Keputusan Karir Terhadap Keraguan Mengambil Keputusan Karir Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Universitas Diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 5(2).
- Sørli, T., & Sexton, H. (2001). The factor structure of “The Ways of Coping Questionnaire” and the process of coping in surgical patients. *Personality and Individual Differences - PERS INDIV DIFFER*, 30, 961–975.
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00086-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00086-6)
- Steven, W. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Efikasi Diri Terhadap Stres Kerja Karyawan. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 5(2). <https://doi.org/10.30738/sosio.v5i2.4246>
- Suwanti, S., Yetty, Y., & Aini, F. (2019). Hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial keluarga dengan mekanisme koping klien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1).
<https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.29-39>
- Untoro, V., & Putri, M. A. (2019). Status Identitas dan Toleransi Beragama pada Remaja. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v10n1.p46-59>
- Wahyuni, S., & Dewi, C. (2018). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi dengan Efikasi Diri Pasien Pasca Stroke: Studi Cross Sectional di RSUD Gambiran Kediri. *Jurnal Wiyata*, 5(2).

- Widiana, I. W. (2016). Pengembangan asesmen proyek dalam pembelajaran ipa di sekolah dasar. *JPI (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 5(2), 147–157. <https://doi.org/10.23887/JPI-UNDIKSHA.V5I2.8154>
- Yasin, D. D. F., Ahsan, A., & Racmawati, S. D. (2017). Analisis faktor yang berhubungan dengan efikasi diri remaja dalam melakukan resusitasi jantung paru di smk negeri 2 singosari. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(3). <https://doi.org/10.33366/cr.v5i3.721>
- Yuliana, F. D., Makhfudli, M., & Kusumaningrum, T. (2020). Hubungan Strategi Koping dengan Self Efficacy dan Self Care pada Pasien Tuberkulosis Paru. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 4(2). <https://doi.org/10.20473/ijchn.v4i2.12371>
- Zakaria, Z. Y. H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku nonsuicidal self-injury (nssi) pada remaja putri. *Journal of Psychological Science and Profession*. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26404>

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SKALA SEBELUM UJI COBA

a. SKALA STATUS IDENTITAS

STUDENT JUDGEMENT SKALA STATUS IDENTITAS										
		EVALUATOR								
		TANGGAL								
		PETUNJUK PENGISIAN: a. STR : Sangat tidak relevan b. TR : Tidak relevan c. R : Relevan d. SR : Sangat Relevan								
Domain /Aspek	Status Identitas	Dimensi/Aspek	Indikator perilaku	Item	F/ U F	PENILAIAN				SARAN
						S T R	T R	R	S R	
Pilihan tugas akademik/ komunitas	Identity Achivement	Eksplorasi	Mampu memberikan argumentasi terkait hasil dari tugas akademik/komunitas yang telah dikerjakan (eksplorasi)	Saya mampu menjelaskan tugas-tugas akademik/komunitas yang telah saya kerjakan berdasarkan apa yang telah saya pelajari	F					
		Komitmen	Berkomitmen pada beberapa tugas (akademik/komunitas) yang sedang dikerjakannya (komitmen)	Saya bisa fokus dengan semua hasil kerja saya dalam tugas-tugas akademik/komunitas yang saya pilih	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Lumayan mampu menyebutkan kelebihan dan kekurangan dari tugasnya (eksplorasi)	Saya tahu manfaat dari tugas akademik/komunitas yang saya kerjakan	F					

		Komitmen	Mampu menimbang beberapa pilihan terkait tugas-tugas (akademik/komunitas) yang diberikan padanya (komitmen)	Saya mampu menimbang tugas akademik/komunitas yang dibebankan pada saya	U F					
	Foreclosure	Eksplorasi	Kurang mengeksplorasi diri mereka terkait berbagai pilihan tugas akademik/komunitas (eksplorasi)	Saya merasa mencari tahu urgensi tugas akademik/komunitas lain selain tugas yang saya pilih hanya akan membuat saya ragu dan bimbang	U F					
		Komitmen	Memiliki komitmen terhadap satu pilihan tugas akademik/komunitas tanpa serius mempertimbangkan pilihan tugas yang lain (komitmen)	Saya fokus hanya pada satu tugas akademik/komunitas yang paling saya kuasai/minati	F					
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Belum ada pilihan tugas yang dipertimbangkan (eksplorasi)	Saya rasa saat ini belum waktunya untuk memikirkan tugas akademik/komunitas yang benar-benar ingin saya fokus	U F					
		Komitmen	Kurangnya komitmen dan eksplorasi terhadap pilihan tugas	Saya merasa mencari tahu berbagai macam tugas akademik/komunitas	U F					

			(akademik/komunitas) apapun (komitmen)	nitasi saat ini belum terlalu diperlukan						
Keyakinan religious	Identity Achievement	Eksplorasi	Telah mengeksplorasi dan berkomitmen pada agama/keyakinan yang dipilihnya (eksplorasi)	Saya mencari tahu lebih dalam tentang agama yang saya anut	F					
		Komitmen	Tenang dan nyaman terhadap suatu agama/keyakinan (komitmen)	Saya merasa tenang dan nyaman dalam agama yang saya anut	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Ada kecenderungan menantang agama/keyakinan yang dianutnya sejak kecil (eksplorasi)	Saya berpikir bahwa agama yang saya anut masih perlu pembuktian	F					
		Komitmen	Bingung apakah dirinya akan tetap dalam agama/keyakinan yang dianutnya (komitmen)	Saya ragu apakah agama yang saya anut adalah agama yang paling benar	U F					
	Foreclosure	Eksplorasi	Cenderung bersikap pasif terkait agama/keyakinan yang dianutnya (eksplorasi)	Saya melaksanakan ibadah karena saya diperintahkan untuk melakukannya	U F					
		Komitmen	Melakukan kewajiban-kewajiban agama/keyakinan	Saya tahu rukun islam dan rukun iman namun	F					

			an yang dianutnya namun kurang kritis terkait ideology agama/keyakinannya walaupun mampu menyebutkan dasar-dasarnya (komitmen)	belum paham hakikat keduanya						
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Memiliki pengetahuan terkait agama/keyakinan namun terbatas (eksplorasi)	Saya tahu apa-apa saja yang diperintahkan dan dilarang agama namun tidak paham fungsinya	U F					
		Komitmen	Sedikit menunjukkan bahkan tidak sama sekali pada suatu agama/keyakinan (komitmen)	Saya mampu hidup bahagia bahkan tanpa agama sekalipun	U F					
Prioritas pertama atau nilai/kesuksesan peran dalam komunitas	Identity Achievement	Komitmen	Berkomitmen terhadap prioritas yang dipilihnya antara relasi pertemanan atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas (komitmen)	Menurut saya menjalin relasi pertemanan yang baik lebih penting daripada nilai akademik/berhasil dalam organisasi	F					
				Menurut saya mendapatkan nilai akademik/berhasil dalam organisasi yang memuaskan	F					

				lebih penting daripada menjalin relasi yang baik dengan teman						
		Eksplorasi	Mampu memilih antara pertemanan atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas sebagai prioritas (eksplorasi)	Saya tahu bahwa menjalin pertemanan yang baik itu lebih penting dari nilai akademik yang bagus	F					
				Saya tahu bahwa mendapatkan nilai akademik yang bagus/berhasil dalam organisasi itu lebih penting dari menjalin pertemanan	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Mempertimbangkan pendapat teman terkait prioritas yang dipilihnya, misalnya untuk membangun relasi pertemanan yang baik (eksplorasi)	Saya meminta pendapat teman mengenai prioritas yang akan saya pilih	F					
		Komitmen	Cenderung kurang berkomitmen dengan prioritas yang dipilihnya,	Saya mampu menentukan prioritas saya antara pertemanan atau nilai	U F					

			atau bisa berubah sewaktu-waktu (komitmen)	akademik/kesuksesan peran dalam komunitas namun saya melihat kemungkinan perubahan pemilihan prioritas itu di masa depan					
	Foreclosure	Eksplorasi	Kurang ada antisipasi/pertimbangan antara opsi prioritas yang dipilihnya (eksplorasi & komitmen)	Saya belum terlalu memikirkan apakah saya akan menjadikan relasi pertemanan sebagai prioritas atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas	U F				
		Komitmen	Kurang ada komitmen dalam opsi prioritas yang dipilihnya (komitmen)	Saya hanya perlu memikirkan satu prioritas yang akan saya pilih antara relasi pertemanan atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas	F				
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Apatis atau kurang peduli terkait prioritas yang dipilihnya, antara relasi pertemanan	Bagi saya, prioritas antara teman atau nilai/komunitas hanya akan menghambat saya dalam	U F				

			atau atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas (eksplorasi)	memaksimalkan semua potensi saya						
		Komitmen	Kurang mampu menyelesaikan pertimbangan pemilihan prioritas (komitmen)	Saya ragu untuk memilih antara teman atau nilai/komunitas dalam hidup saya	U F					
Persepsi diri	Identity Achievement	Eksplorasi	Mengeksplorasi berbagai potensi diri (eksplorasi)	Saya mencari tahu berbagai potensi dalam diri saya dengan mencoba banyak aktivitas	F					
		Komitmen	Mulai berkomitmen memikirkan dirinya memiliki masa depan sesuai dengan potensi yang digalinya saat ini (komitmen)	Saya bersedia mengerjakan suatu pekerjaan yang berkaitan dengan potensi yang saya temukan dalam diri saya	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Mengeksplorasi berbagai potensi yang mungkin dimilikinya (eksplorasi)	Saya berusaha menggali potensi yang ada dalam diri saya	F					
		Komitmen	Bereksplorasi namun belum memutuskan potensi mana yang perlu dikembangkan (komitmen)	Saya mencoba banyak hal terlebih dahulu untuk menggali potensi tanpa harus mendalami salah satunya	U F					
	Foreclosure	Eksplorasi	Eksplorasi terkait potensi	Saya merasa orang tua	U F					

			sangat dipengaruhi orang dewasa (keluarga atau orang tuanya) (eksplorasi)	sayalah yang paling tahu potensi diri saya						
		Komitmen	Otoritas atau pengaruh orang tua sangat terlihat (komitmen)	Saya merasa tenang ketika orang tua saya memilihkan potensi yang perlu saya kembangkan	F					
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Kurangnya eksplorasi terhadap pilihan potensi yang dikembangkan	Saya tidak tahu potensi apa yang sedang dan akan saya kembangkan	U F					
		Komitmen	Kurangnya komitmen terhadap pilihan potensi diri yang dikembangkan (komitmen)	Saya belum yakin apakah potensi diri yang saya kembangkan adalah yang terbaik untuk saya	U F					
Kelekat an dengan keluarga	Identity Achievement	Eksplorasi	Mampu mempertimbangkan dengan serius terkait relasi kedekatan dengan keluarganya (eksplorasi)	Saya meminta pendapat keluarga saya terkait semua permasalahan yang saya hadapi	F					
		Komitmen	Bersedia mempertimbangkan keluarga terlebih dahulu (komitmen)	Saya mengambil keputusan dengan mempertimbangkan keluarga saya terlebih dahulu	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Mencari penguatan	Saya perlu mencari	F					

			terkait perannya di keluarga (eksplorasi)	penjelasan terkait peran saya sebagai anak dalam keluarga						
		Komitmen	Menjadikan keluarga sebagai pertimbangan namun belum berkomitmen (komitmen)	Saya sering menjadikan keluarga saya sebagai pertimbangan dari semua permasalahan	U F					
	Foreclosure	Eksplorasi	Masih bereksplorasi terkait peran-peran ganda di keluarga dan di lingkungan eksternal (eksplorasi)	Saya sedang mencari tahu peran saya di keluarga dan di dalam suatu pertemanan	U F					
		Komitmen	Terikat/berkomitmen pada keluarga terkait semua keputusannya dan kurang mempertimbangkan hal lain (komitmen)	Saya merasa keputusan dengan mempertimbangkan keluarga adalah keputusan yang terbaik	F					
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Tidak memikirkan secara kritis terkait kedekatannya dengan keluarganya (eksplorasi)	Saya tidak berpikir secara mendalam bahwa keluarga adalah pelengkap hidup	U F					
		Komitmen	Hanya berpikir singkat atau bahkan tidak sama sekali terkait keluarga sebagai pertimbangan	Saya berpikir bahwa hal yang terpenting dalam pengambilan keputusan adalah diri saya sendiri, bukan	U F					

			dalam pengambilan keputusannya (komitmen)	keluarga ataupun teman						
Relasi antar gender (teman/pacar)	Identity Achievement	Eksplorasi	Bereksplorasi terkait berbagai macam hubungan dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.41 Saya mencari tahu berbagai macam relasi antar lawan jenis dengan cara menjalin relasi dengan banyak teman lawan jenis	F					
		Komitmen	Berkomitmen terhadap suatu hubungan dengan lawan jenis (komitmen)	2.42 Saya melihat kemungkinan saya akan putus dengan pacar saya nantinya seandainya saya punya pacar	F					
	Moratorium	Eksplorasi	Mengungkapkan kekhawatiran terkait relasi dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.43 Saya mempertimbangkan banyak hal sebelum berpacaran	F					
		Komitmen	Berkomitmen terhadap pilihan relasi yang dijalinnya (komitmen)	2.44 Saya belum ingin berpacaran saat ini	U F					
	Foreclosure	Eksplorasi	Tidak mempertimbangkan kemungkinan hambatan dalam relasinya dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.45 Saya hanya perlu fokus pada status "pacaran" saya saat ini dan tidak melihat ke depan dulu	U F					

		Komitmen	Kurangnya antisipasi atau pertimbangan terkait relasinya dengan lawan jenis (komitmen)	2.46 Saya merasa tenang dengan status "pacaran" saya saat ini dan tidak terlalu banyak khawatir ke depannya	F					
	Identity Diffusion	Eksplorasi	Kurangnya eksplorasi terkait relasi dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.47 Saya berpikir bahwa relasi dengan lawan jenis itu sama saja dengan relasi sesama jenis	U F					
		Komitmen	Tidak mempertimbangkan sama sekali terkait relasi dengan lawan jenis (komitmen)	2.48 Saya tidak membedakan antara berteman dengan lawan jenis ataupun dengan lawan jenis	U F					

b. Skala Efikasi Diri

STUDENT JUDGEMENT SKALA EFIKASI DIRI							
EVALUATOR							
TANGGAL							
	PETUNJUK PENGISIAN: a. STS : Sangat tidak sesuai b. TS : Tidak sesuai c. S : Sesuai d. SS : Sangat sesuai						
NO	ASPEK	ITEM	F/ U F S	PENILAIAN			SARAN
				S T S	TS	S	
1.	Manage to solve difficulties	Saya selalu bisa menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha	F				

		keras (STS/TS/S/SS)					
2.	Finding means and ways	Apabila orang lain bertentangan dengan saya, saya tetap bisa menemukan cara untuk mencapai apa yang saya inginkan (STS/TS/S/SS)	F				
3.	Stick and accomplish the goals	Saya tipe yang mudah memiliki keinginan kuat untuk mencapai tujuan saya (STS/TS/S/SS)	F				
4.	Dealing with unexpected events	Saya percaya bahwa saya mampu mengatasi situasi tak terduga dengan mudah (STS/TS/S/SS)	F				
5.	Handling unforeseen situations	Berkat kepintaran saya, saya jadi tahu bagaimana mengatasi situasi tak terduga (STS/TS/S/SS)	F				
6.	Invest to solve problems	Saya mampu menyelesaikan sebagian besar masalah saya apabila saya berusaha lebih baik (STS/TS/S/SS)	F				
7.	Manage to solve difficulties	Saya bisa tetap bersikap tenang ketika menghadapi kesulitan karena saya percaya pada kemampuan saya (STS/TS/S/SS)	F				

8.	Handling unforeseen situations	Ketika saya berhadapan dengan masalah, saya bisa menemukan beberapa solusi (STS/TS/S/SS)	F					
9.	Facing difficulties	Apabila saya dalam keadaan terkekang, saya tetap mampu memikirkan apa yang bisa saya lakukan (STS/TS/S/SS)	F					
10.	Finding solutions	Bagaimanapun masalah dan situasinya, saya mampu mengatasinya (STS/TS/S/SS)	F					

c. Skala Koping Stres

STUDENT JUDGEMENT SKALA KOPING								
EVALUATOR								
TANGGAL								
PETUNJUK PENGISIAN: a. STS : Sangat tidak sesuai b. TS : Tidak sesuai c. S : Sesuai d. SS : Sangat sesuai								
NO	ASPEK	ITEM	F/UF	PENILAIAN				SARAN
				STS	TS	S	SS	
1.	CONFRONTIVE COPING (EFC)	Saya mampu berdiri dan berjuang untuk menghilangkan stress saya	F					
2.		Saya mampu membuat	F					

		seseorang bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya						
3.		Saya marah kepada orang yang menyebabkan masalah	F					
4.		Saya membiarkan perasaan saya terluapkan	F					
5.		Saya mampu melakukan hal yang sangat beresiko untuk menghilangkan stres	F					
6.		Saya melakukan sesuatu yang menurut saya tidak akan berhasil menghilangkan stress saya tetapi setidaknya saya telah mencoba	F					
7.	Distancing (EFC)	Saya berusaha memperjelas masalah pemicu stres yang saya alami	UF					
8.		Saya berlagak seolah tidak terjadi apa-apa	F					
9.		Saya tidak akan membiarkan suatu masalah menjadi	F					

		pemicu stress bagi saya						
10.		Saya mencoba melupakan semua masalah	F					
11.		Saya mencari hikmah/sisi terang dari suatu masalah	UF					
12.		Saya menganggap sebuah masalah buruk hanya sebagai "apes" bagi saya	F					
13.	Self-controlling (EFC)	Saya mencoba menyimpan perasaan saya untuk diri saya sendiri	F					
14.		Saya mencegah orang lain mengetahui betapa stresnya saya karena suatu masalah	F					
15.		Saya membiarkan suatu masalah terjadi begitu saja	UF					
16.		Saya berusaha untuk tidak terburu-buru	F					
17.		Saya mencoba untuk menjaga agar perasaan saya tidak mengganggu hal lain	F					
18.		Saya berpikir tentang	F					

		bagaimana seseorang yang saya kagumi akan menangani situasi ini dan menjadikannya sebagai contoh						
19.		Saya mencoba melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain	F					
20.	Seeking social support (EFC)	Saya berbicara dengan seseorang untuk memahami suatu situasi	F					
21.		Saya berbicara dengan seseorang yang bisa menyelesaikan masalah dengan pasti	F					
22.		Saya meminta nasehat dari kerabat atau teman yang saya hormati	F					
23.		Saya berbicara dengan seseorang tentang stress yang saya alami	F					
24.		Saya menerima simpati dan pengertian dari seseorang	F					
25.		Saya mendapat bantuan dari ahli	F					

26.	Accepting responsibility (EFC)	Saya menegur diri sendiri saat melakukan kesalahan	F					
27.		Saya menyadari bahwa saya membawa masalah pada diri saya sendiri	F					
28.		Saya berjanji pada diri sendiri bahwa lain kali semuanya akan berjalan lebih baik	F					
29.		Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaiki	F					
30.	Escape Avoidance (EFC)	Saya berharap stress yang saya alami akan hilang atau berakhir	F					
31.		Saya berharap keajaiban akan terjadi	F					
32.		Saya mengkhayal tentang bagaimana pemicu stress saya akan hilang begitu saja	F					
33.		Saya mencoba membuat diri saya merasa lebih baik dengan makan, minum, merokok,	F					

		menggunakan obat-obatan, dll						
34.		Saya menghindari bergaul dengan orang-orang	F					
35.		Saya menolak untuk percaya bahwa hal buruk telah terjadi	F					
36.		Saya melampiaskan stress saya pada orang lain	F					
37.		Saya tidur lebih lama dari biasanya saat saya stress	F					
38.	Planful problem solving (PFC)	Saya tahu apa yang harus diselesaikan, maka saya menggandakan usaha saya agar sesuatu terlaksana	F					
39.		Saya membuat rencana kegiatan dan mengikutinya	F					
40.		Saya hanya perlu fokus pada apa yang saya harus lakukan demi langkah	F					
41.		Saya mengubah langkah yang tidak sesuai agar semua hal	F					

		berjalan sesuai rencana						
42.		Saya pernah berada di situasi yang sama dan menanganinya dengan cara yang sama pula	F					
43.		Saya memiliki beragam solusi untuk berbagai masalah	F					
44.	Positive Reappraisal (MIX)	Saya tumbuh sebagai orang yang lebih baik	F					
45.		Saya menyelesaikan stres lebih baik dari sebelumnya	F					
46.		Saya menemukan prinsip yang baru dan lebih baik	F					
47.		Saya menemukan hal terpenting dalam hidup						
48.		Saya telah bersyukur terhadap apa yang saya miliki	F					
49.		Saya mengubah stres yang saya alami menjadi hal yang positif	F					
50.		Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu untuk	F					

		menghilangkan stres						
--	--	---------------------	--	--	--	--	--	--

LAMPIRAN 2: SKALA SETELAH UJI COBA

a. Skala Koping Stres

Item	F/UF	STS	TS	S	SS
1.2 Saya mampu membuat seseorang bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya	F				
1.3 Saya marah kepada orang yang menyebabkan masalah	F				
1.4 Saya membiarkan perasaan saya terluapkan	F				
1.5 Saya mampu melakukan hal yang sangat beresiko untuk menghilangkan stres	F				
1.6 Saya melakukan sesuatu yang menurut saya tidak akan berhasil	F				

menghilangkan stress saya tetapi setidaknya saya telah mencoba					
1.8 Saya berlagak seolah tidak terjadi apa-apa	F				
1.9 Saya tidak akan membiarkan suatu masalah menjadi pemicu stress bagi saya	F				
1.10 Saya mencoba melupakan semua masalah	F				
1.11 Saya mencari hikmah/sisi terang dari suatu masalah	UF				
1.12 Saya menganggap sebuah masalah buruk hanya sebagai "apes" bagi saya	F				
1.13 Saya mencoba menyimpan perasaan saya untuk diri saya sendiri	F				
1.14 Saya mencegah orang lain	F				

mengetahui betapa stresnya saya karena suatu masalah					
1.15 Saya membiarkan suatu masalah terjadi begitu saja	UF				
1.17 Saya mencoba untuk menjaga agar perasaan saya tidak mengganggu hal lain	F				
1.18 Saya berpikir tentang bagaimana seseorang yang saya kagumi akan menangani situasi ini dan menjadikannya sebagai contoh	F				
1.19 Saya mencoba melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain	F				
1.20 Saya berbicara dengan seseorang untuk memahami suatu situasi	F				
1.21 Saya berbicara	F				

dengan seseorang yang bisa menyelesaikan masalah dengan pasti					
1.22 Saya meminta nasehat dari kerabat atau teman yang saya hormati	F				
1.23 Saya berbicara dengan seseorang tentang stress yang saya alami	F				
1.24 Saya menerima simpati dan pengertian dari seseorang	F				
1.25 Saya mendapat bantuan dari ahli	F				
1.26 Saya menegur diri sendiri saat melakukan kesalahan	F				
1.27 Saya menyadari bahwa saya membawa masalah pada diri saya sendiri	F				
1.28 Saya berjanji pada diri sendiri bahwa lain kali	F				

semuanya akan berjalan lebih baik					
1.29 Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaiki	F				
1.30 Saya berharap stress yang saya alami akan hilang atau berakhir	F				
1.31 Saya berharap keajaiban akan terjadi	F				
1.32 Saya mengkhayal tentang bagaimana pemicu stress saya akan hilang begitu saja	F				
1.33 Saya mencoba membuat diri saya merasa lebih baik dengan makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan, dll	F				
1.34 Saya menghindari bergaul dengan orang-orang	F				

1.35	Saya menolak untuk percaya bahwa hal buruk telah terjadi	F				
1.36	Saya melampiaskan stress saya pada orang lain	F				
1.37	Saya tidur lebih lama dari biasanya saat saya stress	F				
1.38	Saya tahu apa yang harus diselesaikan, maka saya menggandakan usaha saya agar sesuatu terlaksana	F				
1.39	Saya membuat rencana kegiatan dan mengikutinya	F				
1.40	Saya hanya perlu fokus pada apa yang saya harus lakukan langkah demi langkah	F				
1.41	Saya mengubah langkah yang tidak sesuai agar semua hal berjalan sesuai rencana	F				
1.42	Saya pernah berada di situasi yang	F				

sama dan menanganinya dengan cara yang sama pula					
1.43 Saya memiliki beragam solusi untuk berbagai masalah	F				
1.44 Saya tumbuh sebagai orang yang lebih baik	F				
1.45 Saya menyelesaikan stres lebih baik dari sebelumnya	F				
1.46 Saya menemukan prinsip yang baru dan lebih baik	F				
1.47 Saya menemukan hal terpenting dalam hidup					
1.48 Saya telah bersyukur terhadap apa yang saya miliki	F				
1.49 Saya mengubah stres yang saya alami menjadi hal yang positif	F				
1.50 Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu untuk	F				

menghilangkan stres					
---------------------	--	--	--	--	--

b. Skala Status Identitas

Indikator perilaku	Item	F/UF	STS	TS	S	SS
Belum ada pilihan tugas yang dipertimbangkan (eksplorasi)	2.7 Saya rasa saat ini belum waktunya untuk memikirkan tugas akademik/komunitas yang benar-benar ingin saya fokus	UF				
Melakukan kewajiban-kewajiban agama/keyakinan yang dianutnya namun kurang kritis terkait ideology agam/keyakinannya walaupun mampu menyebutkan dasar-dasarnya (komitmen)	2.14 Saya tahu rukun islam dan rukun iman namun belum paham hakikat keduanya	F				
Memiliki pengetahuan terkait agama/keyakinan namun terbatas (eksplorasi)	2.15 Saya tahu apa-apa saja yang diperintahkan dan dilarang agama namun tidak paham fungsinya	UF				
Sedikit menunjukkan bahkan tidak sama sekali pada suatu agama/keyakinan (komitmen)	2.16 Saya mampu hidup bahagia bahkan tanpa agama sekalipun	UF				
Berkomitmen terhadap prioritas yang dipilihnya antara relasi pertemanan atau nilai akademik/kesuksesan peran dalam komunitas (komitmen)	2.17 Menurut saya menjalin relasi pertemanan yang baik lebih penting daripada nilai akademik/berhasil dalam organisasi	F				

	2.17 Menurut saya mendapatkan nilai akademik/berhasil dalam organisasi yang memuaskan lebih penting daripada menjalin relasi yang baik dengan teman	F				
Kurang mampu menyelesaikan kebimbangan pemilihan prioritas (komitmen)	2.24 Saya ragu untuk memilih antara teman atau nilai/komunitas dalam hidup saya	UF				
Mulai berkomitmen memikirkan dirinya memiliki masa depan sesuai dengan potensi yang digalinya saat ini (komitmen)	2.26 Saya bersedia mengerjakan suatu pekerjaan yang berkaitan dengan potensi yang saya temukan dalam diri saya	F				
Mengeksplorasi berbagai potensi yang mungkin dimilikinya (eksplorasi)	2.27 Saya berusaha menggali potensi yang ada dalam diri saya	F				
Mampu mempertimbangkan dengan serius terkait relasi kedekatan dengan keluarganya (eksplorasi)	2.33 Saya meminta pendapat keluarga saya terkait semua permasalahan yang saya hadapi	F				
Bersedia mempertimbangkan keluarga terlebih dahulu (komitmen)	2.34 Saya mengambil keputusan dengan mempertimbangan keluarga saya terlebih dahulu	F				
Mencari penguatan terkait perannya di keluarga (eksplorasi)	2.35 Saya perlu mencari penjelasan terkait peran saya sebagai anak dalam keluarga	F				
Menjadikan keluarga sebagai pertimbangan	2.36 Saya sering menjadikan	UF				

namun belum berkomitmen (komitmen)	keluarga saya sebagai pertimbangan dari semua permasalahan					
Terikat/berkomitmen pada keluarga terkait semua keputusannya dan kurang mempertimbangkan hal lain (komitmen)	2.38 Saya merasa keputusan dengan mempertimbangan keluarga adalah keputusan yang terbaik	F				
Tidak memikirkan secara kritis terkait kedekatannya dengan keluarganya (eksplorasi)	2.39 Saya tidak berpikir secara mendalam bahwa keluarga adalah pelengkap hidup	UF				
Tidak mempertimbangkan kemungkinan hambatan dalam relasinya dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.45 Saya hanya perlu fokus pada status "pacaran" saya saat ini dan tidak melihat ke depan dulu	UF				
Kurangnya eksplorasi terkait relasi dengan lawan jenis (eksplorasi)	2.47 Saya berpikir bahwa relasi dengan lawan jenis itu sama saja dengan relasi sesama jenis	UF				

c. Skala Efikasi Diri

ITEM	F/UF	STS	TS	S	SS
Saya selalu bisa menyelesaikan masalah yang sulit jika saya berusaha keras	F				

Apabila orang lain bertentangan dengan saya, saya tetap bisa menemukan cara untuk mencapai apa yang saya inginkan	F				
Saya tipe yang mudah memiliki keinginan kuat untuk mencapai tujuan saya	F				
Saya percaya bahwa saya mampu mengatasi situasi tak terduga dengan mudah	F				
Berkat kepintaran saya, saya jadi tahu bagaimana mengatasi situasi tak terduga	F				
Saya mampu menyelesaikan sebagian besar masalah saya apabila saya berusaha lebih baik	F				
Saya bisa tetap bersikap tenang ketika menghadapi	F				

kesulitan karena saya percaya pada kemampuan saya					
Ketika saya berhadapan dengan masalah, saya bisa menemukan beberapa solusi	F				
Apabila saya dalam keadaan terkekang, saya tetap mampu memikirkan apa yang bisa saya lakukan	F				
Bagaimanapun masalah dan situasinya, saya mampu mengatasinya	F				

LAMPIRAN 3: UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA

VARIABEL	ITEM	RAW.R	RULE OF THUMB	KET
KOPING STRES	Item1.2	0.3	0.3	VALID
	Item1.3	0.51	0.3	VALID
	Item1.4	0.53	0.3	VALID
	Item1.5	0.43	0.3	VALID
	Item1.6	0.45	0.3	VALID
	Item1.8	0.41	0.3	VALID
	Item1.9	0.45	0.3	VALID
	Item1.10	0.59	0.3	VALID
	Item1.11	0.49	0.3	VALID
	Item1.12	0.32	0.3	VALID

	Item1.13	0.53	0.3	VALID
	Item1.14	0.62	0.3	VALID
	Item1.15	0.45	0.3	VALID
	Item1.17	0.54	0.3	VALID
	Item1.18	0.45	0.3	VALID
	Item1.19	0.51	0.3	VALID
	Item1.20	0.41	0.3	VALID
	Item1.21	0.57	0.3	VALID
	Item1.22	0.52	0.3	VALID
	Item1.23	0.55	0.3	VALID
	Item1.24	0.57	0.3	VALID
	Item1.25	0.47	0.3	VALID
	Item1.26	0.8	0.3	VALID
	Item1.27	0.64	0.3	VALID
	Item1.28	0.6	0.3	VALID
	Item1.29	0.53	0.3	VALID
	Item1.30	0.4	0.3	VALID
	Item1.31	0.55	0.3	VALID
	Item1.32	0.62	0.3	VALID
	Item1.33	0.52	0.3	VALID
	Item1.34	0.44	0.3	VALID
	Item1.35	0.38	0.3	VALID
	Item1.36	0.41	0.3	VALID
	Item1.37	0.52	0.3	VALID
	Item1.38	0.7	0.3	VALID
	Item1.39	0.67	0.3	VALID
	Item1.40	0.65	0.3	VALID
	Item1.41	0.62	0.3	VALID
	Item1.43	0.45	0.3	VALID
	Item1.44	0.77	0.3	VALID
	Item1.45	0.65	0.3	VALID
	Item1.46	0.63	0.3	VALID
	Item1.47	0.64	0.3	VALID
	Item1.48	0.55	0.3	VALID
	Item1.49	0.63	0.3	VALID
	Item1.50	0.55	0.3	VALID
STATUS IDENTITAS	Item2.7	0.34	0.3	VALID
	Item2.15	0.367	0.3	VALID

	Item2.17	0.351	0.3	VALID
	Item2.33	0.303	0.3	VALID
	Item2.35	0.509	0.3	VALID
	Item2.39	0.314	0.3	VALID
	Item2.45	0.341	0.3	VALID
	Item2.47	0.506	0.3	VALID
	Item2.14	0.312	0.3	VALID
	Item2.24	0.367	0.3	VALID
	Item2.26	0.383	0.3	VALID
	Item2.34	0.306	0.3	VALID
	Item2.36	0.355	0.3	VALID
	Item2.38	0.309	0.3	VALID
EFIKASI DIRI	Item3.1	0.55	0.3	VALID
	Item3.2	0.58	0.3	VALID
	Item3.3	0.66	0.3	VALID
	Item3.4	0.62	0.3	VALID
	Item3.5	0.66	0.3	VALID
	Item3.6	0.59	0.3	VALID
	Item3.7	0.72	0.3	VALID
	Item3.8	0.63	0.3	VALID
	Item3.9	0.59	0.3	VALID
	Item3.10	0.64	0.3	VALID

VARIABEL	KOEFISIEN ALPHA	KET
Koping Stres	0.682	RELIABEL
Status Identitas	0.597	RELIABEL
Efikasi Diri	0.825	RELIABEL

Lampiran 4: TEMUAN DATA

NO	DATA KOPING STRES	DATA STATUS IDENTITAS	DATA EFIKASI DIRI
----	-------------------	-----------------------	-------------------

	SKOR EFC	KATA	SKOR PFC	KATA	SKOR MIX	KATA	SKOR EXP	SKOR COM	KATEXP	KATCOM	STATUSID	SKOR TOTAL	KATA
1	105	T	21	T	27	T	64	66	T	T	IA	33	T
2	90	T	16	T	25	T	73	54	T	T	IA	30	T
3	112	T	18	T	19	T	54	90	T	T	IA	27	T
4	104	T	17	T	25	T	71	54	T	T	IA	31	T
5	108	T	19	T	25	T	69	56	T	T	IA	28	T
6	96	T	15	T	18	T	60	66	T	T	IA	32	T
7	113	T	19	T	27	T	40	88	R	T	F	36	T
8	92	T	14	T	19	T	46	82	T	T	IA	27	T
9	99	T	18	T	23	T	42	88	R	T	F	30	T
10	104	T	17	T	24	T	89	44	T	R	M	29	T
11	100	T	16	T	23	T	92	42	T	R	M	29	T
12	101	T	16	T	24	T	74	54	T	T	IA	32	T
13	101	T	17	T	20	T	81	42	T	R	M	29	T
14	107	T	14	T	25	T	39	98	R	T	F	40	T
15	99	T	20	T	27	T	47	80	T	T	IA	34	T
16	103	T	15	T	21	T	50	66	T	T	IA	29	T
17	111	T	17	T	28	T	62	56	T	T	IA	39	T
18	111	T	20	T	20	T	65	62	T	T	IA	33	T
19	112	T	21	T	25	T	68	62	T	T	IA	31	T
20	110	T	18	T	21	T	78	48	T	R	M	28	T
21	107	T	19	T	22	T	76	54	T	T	IA	30	T
22	112	T	22	T	26	T	35	92	R	T	F	37	T
23	105	T	16	T	24	T	74	56	T	T	IA	31	T
24	93	T	19	T	23	T	76	52	T	T	IA	28	T
25	115	T	21	T	24	T	56	74	T	T	IA	28	T
26	88	T	17	T	21	T	73	54	T	T	IA	25	T
27	103	T	21	T	22	T	69	54	T	T	IA	29	T
28	120	T	17	T	19	T	76	54	T	T	IA	28	T
29	91	T	18	T	22	T	58	62	T	T	IA	30	T
30	101	T	17	T	26	T	58	64	T	T	IA	33	T
31	103	T	17	T	21	T	84	48	T	R	M	30	T
32	99	T	17	T	22	T	54	78	T	T	IA	36	T
33	97	T	13	T	18	T	60	56	T	T	IA	26	T
34	116	T	22	T	20	T	49	76	T	T	IA	22	T
35	109	T	24	T	26	T	38	88	R	T	F	18	T
36	98	T	18	T	24	T	46	72	T	T	IA	21	T
37	106	T	19	T	28	T	37	98	R	T	F	34	T
38	109	T	20	T	27	T	47	66	T	T	IA	36	T
39	94	T	21	T	28	T	48	72	T	T	IA	37	T
40	120	T	18	T	28	T	39	56	R	T	F	19	T
41	95	T	17	T	21	T	86	58	T	T	IA	30	T

42	111	T	19	T	22	T	77	46	T	R	M	28	T
43	86	T	22	T	26	T	60	58	T	T	IA	39	T
44	101	T	14	T	18	T	77	44	T	R	M	29	T
45	110	T	12	T	15	T	50	60	T	T	IA	19	T
46	106	T	18	T	25	T	75	52	T	T	IA	28	T
47	103	T	18	T	27	T	61	50	T	T	IA	30	T
48	100	T	16	T	20	T	81	42	T	R	M	27	T
49	103	T	17	T	24	T	67	62	T	T	IA	32	T
50	107	T	19	T	25	T	62	38	T	R	M	28	T
51	95	T	15	T	21	T	38	98	R	T	F	30	T
52	106	T	17	T	24	T	48	86	T	T	IA	27	T
53	99	T	15	T	20	T	70	48	T	R	M	30	T
54	106	T	17	T	16	T	99	34	T	R	M	27	T
55	119	T	19	T	21	T	85	54	T	T	IA	35	T
56	110	T	15	T	23	T	42	84	R	T	F	27	T
57	87	T	17	T	23	T	67	54	T	T	IA	30	T
58	107	T	13	T	26	T	32	98	R	T	F	31	T
59	104	T	17	T	21	T	62	72	T	T	IA	30	T
60	111	T	17	T	19	T	85	50	T	T	IA	19	T
61	111	T	14	T	16	T	48	94	T	T	IA	23	T
62	115	T	17	T	22	T	72	50	T	T	IA	26	T
63	97	T	16	T	20	T	65	58	T	T	IA	25	T
64	96	T	14	T	16	T	55	64	T	T	IA	25	T
65	106	T	21	T	25	T	43	78	T	T	IA	26	T
66	106	T	20	T	28	T	41	86	R	T	F	29	T
67	110	T	9	T	17	T	48	62	T	T	IA	22	T
68	117	T	18	T	24	T	68	52	T	T	IA	29	T
69	118	T	18	T	25	T	33	106	R	T	F	39	T
70	108	T	16	T	25	T	46	80	T	T	IA	38	T
71	112	T	17	T	27	T	66	56	T	T	IA	33	T
72	105	T	23	T	26	T	41	66	R	T	F	31	T
73	117	T	19	T	25	T	61	66	T	T	IA	32	T
74	108	T	19	T	27	T	71	54	T	T	IA	30	T
75	104	T	20	T	26	T	44	74	T	T	IA	31	T
76	105	T	19	T	25	T	63	68	T	T	IA	30	T
77	101	T	20	T	19	T	61	66	T	T	IA	32	T
78	110	T	20	T	22	T	27	98	R	T	F	34	T
79	107	T	19	T	25	T	61	64	T	T	IA	32	T
80	108	T	20	T	23	T	34	86	R	T	F	36	T
81	112	T	20	T	25	T	55	96	T	T	IA	31	T
82	111	T	18	T	25	T	66	58	T	T	IA	34	T
83	100	T	18	T	22	T	84	36	T	R	M	30	T
84	106	T	18	T	21	T	41	72	R	T	F	26	T
85	98	T	17	T	23	T	70	48	T	R	M	29	T

86	104	T	19	T	25	T	43	82	T	T	IA	30	T
87	115	T	18	T	22	T	49	60	T	T	IA	29	T
88	94	T	19	T	22	T	49	60	T	T	IA	30	T
89	119	T	19	T	21	T	52	80	T	T	IA	34	T
90	110	T	19	T	25	T	69	60	T	T	IA	29	T
91	102	T	16	T	21	T	43	64	T	T	IA	28	T
92	102	T	18	T	23	T	70	52	T	T	IA	32	T
93	104	T	15	T	20	T	54	66	T	T	IA	30	T
94	103	T	16	T	20	T	54	66	T	T	IA	30	T
95	110	T	17	T	19	T	57	70	T	T	IA	25	T
96	116	T	20	T	22	T	53	70	T	T	IA	35	T
97	114	T	18	T	26	T	57	74	T	T	IA	35	T
98	104	T	21	T	23	T	36	102	R	T	F	38	T
99	108	T	19	T	15	T	66	46	T	R	M	36	T
100	107	T	19	T	25	T	40	80	R	T	F	33	T
101	113	T	22	T	24	T	71	56	T	T	IA	40	T
102	106	T	19	T	28	T	42	88	R	T	F	38	T
103	104	T	19	T	21	T	50	88	T	T	IA	29	T
104	123	T	20	T	27	T	76	70	T	T	IA	31	T
105	115	T	19	T	25	T	51	74	T	T	IA	33	T
106	108	T	17	T	20	T	78	50	T	T	IA	24	T
107	119	T	20	T	25	T	40	102	R	T	F	32	T
108	119	T	21	T	26	T	64	58	T	T	IA	32	T
109	94	T	16	T	23	T	54	74	T	T	IA	28	T
110	101	T	18	T	19	T	63	60	T	T	IA	18	T
111	100	T	16	T	18	T	88	34	T	R	M	24	T
112	102	T	18	T	18	T	75	56	T	T	IA	25	T
113	96	T	18	T	23	T	58	56	T	T	IA	29	T
114	101	T	19	T	22	T	54	68	T	T	IA	31	T
115	109	T	17	T	23	T	44	92	T	T	IA	30	T
116	100	T	16	T	23	T	46	70	T	T	IA	27	T
117	106	T	20	T	24	T	31	94	R	T	F	28	T
118	107	T	17	T	19	T	56	50	T	T	IA	25	T
119	99	T	15	T	21	T	61	60	T	T	IA	32	T
120	102	T	18	T	21	T	93	30	T	R	M	30	T
121	114	T	20	T	25	T	62	60	T	T	IA	31	T
122	112	T	15	T	20	T	78	48	T	R	M	25	T
123	109	T	15	T	20	T	69	48	T	R	M	29	T

LAMPIRAN 5: UJI NORMALITAS SKALA

data: reg1\$residual

W = 0.98729, p-value = 0.3092

LAMPIRAN 6: UJI REGRESI LINIER BERGANDA

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	99.079	12.627		7.846	.000
	Status_Identitas	.245	.093	.227	2.648	.009
	Efikasi_Diri	.550	.185	.255	2.976	.004

a. Dependent Variable: Koping_Stres

LAMPIRAN 7: KATEGORISASI

Variabel		Nilai	Kategorisasi
Koping Stres	Problem Based-Coping	X < 49	Tinggi
		X > 49	Rendah
	Emotion Based-Coping	X > 9	Tinggi
		X < 9	Rendah
	Mixed	X > 8	Tinggi
		X < 8	Rendah

Status Identitas	Aspek	X > 24	Tinggi
	Eksplorasi	X < 24	Rendah
	Aspek	X > 23	Tinggi
	Komitmen	X < 23	Rendah
Efikasi Diri		X > 11 X < 11	Tinggi Rendah

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase
Koping Stres	Tinggi	123	100%
	Rendah	-	0%
Status Identitas	Tinggi (Identity Achivement)	84	68%
	Moratorium	19	15%
	Foreclosure	20	16%
	Rendah (Identity Diffusion)	-	0%
Efikasi Diri	Tinggi	123	100%
	Rendah	-	0%

LAMPIRAN 7: TABULASI DATA

a. Data Koping Stres

4	4	3	1	1	3	4	2	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	4	3	1	3	3	4	1	4	1	4	4	4	3	3	1	1	1	1	1	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4		
3	3	2	2	1	2	4	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2	1	3	3	3	3	4	4	4	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4			
2	4	4	2	1	4	3	4	4	3	4	4	2	2	1	3	3	3	4	4	4	3	3	4	1	3	3	4	4	4	4	1	1	3	1	4	4	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3			
4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4			
3	3	4	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	1	3	4	3	2	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	2	3			
3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	1	2	2	1	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3			
4	3	4	4	1	2	4	1	4	3	4	1	3	4	2	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	3	1	1	2	1	3	4	2	4	3	2	4	4	4	3	4	4	4	4			
4	2	3	2	4	2	3	2	2	3	3	2	4	4	3	1	4	3	1	3	2	2	1	1	3	1	1	1	4	4	4	4	1	3	3	1	1	4	1	3	3	2	1	2	2	2	3	4	3	3		
3	3	4	3	1	1	3	3	3	3	4	4	1	4	1	3	3	3	2	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4		
3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3		
3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3		
3	3	3	4	2	3	4	4	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	4	3	1	2	3	1	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3		
3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	
3	4	2	4	1	3	4	2	3	4	4	4	3	2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	1	1	1	4	2	3	1	3	1	3	3	4	4	3	4	3	3	4	
4	3	4	1	4	3	4	1	3	2	4	2	3	1	1	4	4	3	1	3	2	1	2	3	2	4	4	4	4	4	4	3	1	1	2	2	1	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	
3	4	3	2	3	3	2	2	4	3	4	1	3	3	1	3	4	3	2	4	2	3	2	4	4	3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	4	3	4	2	3	2	1	3	2	4	3	3	3	4	2		
3	4	3	2	1	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	
3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4	2	4	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4
4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	1	1	3	1	2	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
3	4	4	2	1	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	1	2	1	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	4	4	3		
3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	3	2	2	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	1	2	4	4	4	3	4	2	3	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
3	4	3	3	1	3	3	2	4	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	4	3	3	4	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
3	2	2	3	1	2	3	2	2	4	3	4	3	4	2	4	4	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	4	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3
3	4	3	3	1	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	1	2	2	2	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
3	3	3	3	1	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	

3	3	2	3	4	2	4	3	2	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	3	2	2		
3	3	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	1	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	3	3	3	
3	3	3	3	1	2	2	1	1	1	2	4	3	1	4	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	4	4	2	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	3	1	3	3	4	4	4		
3	3	4	4	2	4	3	3	3	3	4	1	3	3	1	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	1	4	4	3	4	2	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4			
3	3	3	2	1	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	1	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3		
4	3	4	2	1	3	4	1	2	2	3	1	4	2	1	3	4	1	3	4	3	2	2	3	2	4	3	4	4	4	4	3	1	3	2	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3		
4	3	4	1	3	2	4	4	2	3	4	2	3	1	1	4	2	2	1	2	3	3	1	4	2	4	4	3	3	1	4	1	1	4	4	1	2	2	4	1	3	1	2	2	2	3	4	4	1	2		
2	4	4	3	3	2	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	2	4	4	3	1	3	3	4	2	4	4	4	4	4	1	3	4	1	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	2	4	3	3		
2	2	2	1	3	1	1	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	4	2	4	4	4	4	1	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3			
4	3	2	1	1	3	2	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	4	2	4	4	3	3	3	1	1	1	1	3	3	3	4	2	2	4	4	4	4	3	2	3			
4	3	4	2	2	4	3	2	4	2	4	1	2	2	1	2	4	3	1	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	1	1	3	1	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4		
3	4	4	3	1	2	4	4	3	2	3	4	1	3	1	4	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	1	4	3	4	4	4	3	2	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4		
4	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	1	1	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	
3	4	3	2	3	2	2	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4		
4	3	4	4	4	2	3	4	1	2	2	4	1	1	1	3	2	3	1	2	1	4	2	1	1	3	3	4	4	3	3	3	1	2	2	4	3	1	4	3	2	4	3	3	1	3	4	4	3			
3	4	4	2	2	2	3	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	
4	3	3	2	1	2	3	1	3	2	4	2	1	2	2	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4

3	2	3	2	1	1	4	4	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	1	3	2	1	2	3	3	3	2	2	1	3	3	2	3	2	1	4			
3	3	4	4	1	3	3	4	2	1	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	3	4	4	2	4	4	4	3	2	4	2	4	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	1	4			
4	4	4	2	3	2	3	2	3	3	4	4	3	4	2	3	4	3	2	3	4	2	2	3	2	4	2	4	3	4	3	2	2	1	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4		
4	4	3	3	1	4	3	3	4	3	4	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	1	4	1	1	1	3	3	3	4	1	1	1	3	2	1	4	2	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4		
3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2			
3	3	3	4	1	2	3	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	2	2	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	
2	3	3	4	1	3	3	4	3	1	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	3	1	1	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	
3	2	4	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	4	3	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
2	3	4	4	3	3	1	2	3	3	3	4	2	3	2	4	4	2	3	3	3	1	1	1	3	3	4	4	4	4	4	4	1	2	3	4	2	4	3	3	4	1	2	4	3	3	2	4	4	4		
3	4	3	2	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3		
3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	4	4	2	2	4	2	2	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3
3	3	3	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	

4	3	4	4	1	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	3	3	1	2	4	3	3	3	4	4	2
4	3	2	2	1	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	4	4	2	2	1	3	2	4	3	3	2	1	1	2	1	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	
2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	3	2	1	2	3	3	3	4	2	1	4	4	2	3	1	4	4	3	2	2	4	3	2	4	4	4	2	2	1	2	4	2	2	4	4	3	4	4	3	4			
3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	3	1	1	3	1	4	2	4	4	4	4	3	1	2	2	1	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	4			
3	2	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3				
3	2	4	2	2	4	3	2	2	4	2	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	1	1	2	2	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2			
4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3				
2	4	4	4	2	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	
3	4	2	1	3	2	4	4	3	2	1	4	2	2	3	3	1	4	2	3	4	1	2	3	4	2	1	3	3	3	2	2	4	1	3	1	4	2	2	3	1	4	2	2	3	1	2	4	2	2			
3	3	2	2	1	4	4	1	3	3	4	2	3	2	1	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	2	1	1	3	1	1	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3			
4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	2	2	1	1	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4		

3	2	3	4	2	4	2	1	3	2	3		4	4	4	3	2	4	2	4	4	3	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	3	1	1	1	1	1	4	1	2	1	3	4	3	2	2	
4	4	3	2	2	3	3	4	4	3	4		3	4	4	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	4	4	4	3	2	1	1	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	4	3	
4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4		4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	2	4	3	4	4	4	4	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4
3	4	4	4	1	2	3	2	1	3	4		2	4	2	2	3	4	2	2	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4
3	4	4	3	1	2	3	1	4	4	4		4	4	4	1	2	4	4	1	2	3	4	2	3	1	4	3	4	4	4	4	3	1	4	3	2	4	4	2	4	1	3	3	4	4	4	3	4	4	4	
3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3		1	2	2	2	3	3	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	4	4	3	4	1	1	1	2	1	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	
4	3	4	3	2	2	4	2	4	4	4		3	4	4	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	2	3	2	4	3	4	4	4	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	
3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3		3	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	2	3	4	4	2	4	4	4	3	2	1	2	2	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	

3	4	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	1	4	3	4	3	4	2	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3			
3	4	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	4	4	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3			
4	3	3	2	1	3	4	2	2	2	3	1	4	1	2	3	4	1	3	4	3	1	1	3	2	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	1	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	1	3					
3	4	4	2	4	3	1	4	4	4	3	2	3	4	2	1	4	2	2	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	1	2	3	1	4	4	4	4	4	2	2	4	2	3	4	2	3	4				
3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	1	2	2	1	3	3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	4	4	4				
3	4	3	4	2	3	4	1	3	3	3	3	2	1	2	4	4	3	2	3	3	1	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	2	1	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3					
3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	2	1	3	3	4	4	2	4	3	3	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4	4				
4	4	3	3	1	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	1	2	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	2	4	4
4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3			
3	3	3	4	1	3	3	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4	4	1	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3					

3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	4	1	1	2	3	1	4	4	3	4	2	4	1	3	3	3	3	4	4	3	1	1	1	2	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	4	4	3	4
4	4	2	2	1	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	3	3	2	1	4	3	2	3	4	2	4	3	4	4	3	2	2	2	2	2	1	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3
3	3	2	4	1	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	3	1	3	4	4	4	4	1	4	3	4	4	3	4	3	1	1	3	2	4	4	3	3	3	1	4	2	3	2	3	4	4	4
4	4	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	1	4	4	2	1	3	3	2	3	3	4	2	2	4	4	3	1	1	1	1	1	1	2	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3
4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	4	3	3	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	4	4	1	2	1	2	3	4	4	4	3	3	1	4	2	4	2	2	3	4	
3	2	3	2	1	4	4	1	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	1	1	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3
3	3	3	1	1	2	3	2	4	4	4	3	4	4	2	3	4	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	4	3	4	4	2	1	3	2	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3
3	4	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	2	3	1	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4
3	4	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	4	3	3

3	3	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3		
3	3	4	4	3	4	3	3	1	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	4	4	4	4	4	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4			
4	3	2	2	2	3	4	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	1	2	2	4	4	3	4	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	3	4
3	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	1	4	4	4	4	4	4	1	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4			
4	2	3	1	3	4	4	4	2	3	4	1	4	4	1	4	4	3	1	4	1	3	2	3	3	4	1	4	4	4	4	2	1	2	1	1	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4		
2	2	4	1	3	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	1	3	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	3	3	4	4	2	3	1	2	2	1	3	3	3			
3	4	3	3	1	2	4	1	3	4	3	3	4	3	2	3	4	1	4	3	4	3	1	3	3	3	2	4	4	4	3	2	2	1	2	4	4	4	2	4	3	2	4	3	4	4	3	4	3	4		
3	4	3	2	1	3	4	4	2	3	4	1	4	4	1	3	4	4	3	4	4	3	1	3	2	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4		
4	4	2	1	2	3	4	2	4	3	4	1	3	4	3	4	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4	1	4	4	3	3	3	1	1	1	1	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4			

3	4	3	1	2	4	3	1	4	4	3	2	3	2	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	4	3	1	2	2	1	4	4	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	2	3	
3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	4	2	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	
3	2	4	3	2	3	4	3	2	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	2	2	1	2	2	3	4	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	2	3	
3	3	4	2	2	1	4	3	3	4	4	1	4	3	1	3	3	2	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	1	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3		
4	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	2	4	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	
4	4	3	3	2	2	4	2	3	3	4	3	4	4	1	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	1	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	
3	3	2	2	3	3	2	1	4	2	4	2	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	1	2	2	1	1	2	4	3	2	2	3	1	2	3	1	2	4	1	4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3
1	3	4	1	4	2	3	1	2	4	4	2	4	4	3	2	3	1	3	2	1	3	1	3	1	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	1	4	3	4	4	4	1	2	2	2	3	3	4	2	3	
2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	1	3	3	3	2	3	2	1	2	2	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2	1	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3

3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	1	4	4	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3		
3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	4	3	4	3	4	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	
3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	4	4	2	4	2	3	1	4	3	4	3	3	3	1	2	2	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3		
3	1	3	2	4	3	4	3	3	2	4	4	3	2	3	3	4	4	4	4	3	4	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	1	4	1	1	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	4	
4	3	2	2	1	2	3	2	2	2	4	2	4	4	1	3	4	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	4	4	4	3	3	2	2	1	2	4	3	3	3	3	2	2	4	4	1	4	4	2	4	
3	4	3	2	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	2	4	4	2	2	4	3	4	3	3	3	4	2	4	3	4	4	2	1	2	2	1	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4
3	3	3	1	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	
4	2	2	1	2	3	3	4	3	4	4	1	4	4	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	1	4	4	4	3	4	4	4	2	1	2	1	4	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	
3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	4	2	4	4	1	3	4	3	2	3	4	4	1	4	1	4	2	4	3	4	4	3	1	3	2	1	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	
2	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	4	4	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4		

3	4	4	2	4	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	1	2	1	3	1	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	1	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	3
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

b. Data Status Identitas

3	3	4	1	3	1	4	4	4	4	1	4	1	2	3	4	2	2	2	2	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	1	2	1	4	2	3	2	3	2
3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	1	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	1	4	1	3	1
3	3	3	1	2	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	1	3	3	4	2	3	4	3	1	3	3	2	1	3	4	4	2	1	4	4	3	1	3	4	3	4	2	4	4
3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	4	3	4	1	2	2	3	3	4	1	3	1
2	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	2	2	3	2	4	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	1	3	4	3	2	3	2
4	4	3	2	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	4	2	3	1	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	2	2	3	3	1	4	1	2	2	
3	4	4	2	2	1	2	3	4	4	3	4	2	1	4	4	3	4	2	1	2	1	1	4	4	3	4	3	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	1	1	4	2	4	1	4	1	4	1
3	4	4	2	2	2	4	4	4	4	1	4	4	3	3	4	1	1	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	2	3	2	1	1	3	4	2	1	3	1	2	3	4	2	3	2	4	3
3	3	3	2	2	1	4	4	3	3	1	4	4	1	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	4	3	3	3	2	2	4	1	4	3	1	4	1	1	4	4	4
2	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	1	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	
2	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	4	1	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	1	
2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	2	4	2	3	3	4	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	1	3	1	3	4
3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3
3	4	3	1	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	1	1	3	2	2	4	4	4	4	1	3	2	3	3	4	2	4	1	2	4	4	1	2	4	4	3	3	2	3	1
2	4	3	2	2	2	1	3	4	4	4	1	2	3	3	4	2	2	2	1	2	2	3	2	4	4	4	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	4	3	4	2	3	1
1	3	4	1	2	4	1	3	4	3	4	2	1	3	3	1	4	2	4	2	3	3	1	1	2	3	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	4	3	4	2	3	4	2	1	1	2	3	
3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	1	3	1	2	1	4	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	2	4	1	4	2			
3	3	3	2	1	3	2	3	3	4	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	1	2	4	4	4	3	3	3	2	1	3	2	2	3	3	3	1	1	3	4	4	3	3	2	2	3
3	3	3	2	3	2	2	3	4	4	2	4	3	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	1	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	1	4	2	3	3	
3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3
4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	1
4	3	3	2	3	2	2	1	4	4	1	4	1	4	4	4	2	3	4	2	2	3	1	2	4	4	4	1	1	4	3	1	1	2	3	4	2	2	2	1	3	4	4	1	4	4	1	2
3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	4	4	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4	2	1	2	3	3	4	2	2	2	3

2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	1			
3	4	3	2	2	2	2	3	4	4	1	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	1	2	2	4	4	2	2	2				
2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	1	1	4	1	3	4					
4	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2					
3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	1	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	2					
2	3	3	1	3	4	2	1	3	4	1	4	1	2	1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	1	4	1	3	3					
2	3	3	2	3	3	2	1	4	4	2	1	3	4	3	4	3	2	4	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	2	4	3	2	2	1	1	3	2	4	2	1	3	1	2					
2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	1	4	2	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	1	4	1	3	3	2	3	4	1	3	3	
4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	3	3	1	4	2	4	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	2	
4	4	1	3	2	4	4	2	3	1	1	3	3	2	2	3	4	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	2	4	2	3	1	3	3	2	3	1	4	1	4	3	3	4	3	1	3	1	2	1					
4	4	4	4	1	1	1	1	4	4	1	1	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3			
1	4	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	2	2	2	4	4	3	2	4	4	3	2	2	4	2	2	3	3	1	1	2	3	4	4	2	3	4	2	3	2	2	4	2	3	4	4	2						
3	2	3	3	2	2	2	4	4	2	4	2	2	1	1	2	3	3	1	2	1	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	4	3	2	2	2	1	4	4	3	3	2	1	1	4	2	2						

1	1	1	1	2	1	4	3	2	2	2	1	3	3	2	1	4	4	2	1	2	1	2	1	1	1	1	3	2	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	1	1	3	3		
2	3	3	3	2	2	2	2	4	4	1	1	4	4	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3		
3	4	2	2	1	1	1	1	3	4	1	1	4	3	1	1	3	3	4	4	4	4	2	1	1	3	4	4	3	1	3	1	3	2	1	3	1	4	3	1	3	3	1	3	1	1	4	1	2		
2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2		
2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	1	1	4	4	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	2	2	2	2	3	4	4	2	2	2	3	
2	3	3	2	3	3	2	1	4	4	1	1	3	3	2	1	2	2	1	3	1	1	1	1	2	4	4	1	2	3	3	3	3	3	1	1	1	3	2	1	1	1	4	3	1	1	1	1			
3	3	3	2	2	3	2	2	4	4	2	1	4	3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	2	4	4	4	3	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	4	2	2	2	2

2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	2	4	3	4	1	3	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	1	2	4	4	1	3	3	1	4	3	1	2	2	4	4	3	1	4	2	2			
3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	1	1	4	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3		
3	3	3	4	3	3	1	2	3	4	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	1	2	2
3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	2	1	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	4	4	3	4	1	1	4	3	2	3	3	4	3	3	1	3	3	3	2	3	4	3	2	4				
3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	3	2	4	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3	4	2	2	2	1	3	4	4	2	3	2	3	3	4	4	4	4	4	2	1	2	3	2			
2	2	2	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	2	2	4	2	3	3	4	2	1	3	2	1	3				
1	4	2	2	3	4	2	1	3	4	2	1	1	4	3	2	1	4	4	1	4	1	2	1	1	4	4	2	3	4	2	3	4	4	2	4	1	2	4	4	3	4	4	4	2	1	3	4				
2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	4	3	2	1	4	2	3	2	2	2	3	4	4	3	4	3	2	3	1	2	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3				
3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	1	3	3	3	1	3	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	4	4	4		

3	2	2	2	4	3	4	4	3	4	1	1	3	3	3	2	4	2	2	4	4	1	4	3	4	4	4	2	2	4	4	3	1	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	1	1	4	4
3	3	2	2	3	1	1	1	4	4	1	1	4	1	1	1	4	4	3	3	3	1	4	1	3	3	4	3	1	3	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	3	3	4	3	1	1	2	1
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	4	1	4	4	2	3	3	4	1	1	4	4	1	1	4	1	4	1	2	3	3	3	3	1	2	2	2	3
3	1	3	2	4	3	2	3	1	4	3	2	2	4	3	1	3	3	2	1	4	4	2	3	2	2	3	1	4	2	3	2	1	3	4	2	3	3	1	4	1	2	3	4	1	2	1	2
4	4	3	4	2	2	2	2	4	4	1	1	4	2	2	1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	4	4	2	2	3	2	4	3	1	1	2	3
4	3	4	4	3	2	1	1	4	4	4	2	2	4	1	1	2	1	2	2	2	2	2	4	2	3	4	4	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	4
3	3	2	3	4	1	2	1	2	3	2	1	2	2	4	1	1	1	1	3	4	2	4	1	3	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	1	2	1	1	3	3	4	3	4	1	1	2	3
3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	1	1	4	3	3	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	1	3	1	3	4	1	2

4	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	1	4	4	2	2	2	1	3	4	2	2	2	2	3	4	4	4	3	4	2	3	4	3	4	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	2	4		
3	3	4	4	2	2	2	2	3	4	2	1	4	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	3	4	2	3	4	3	2	3	2	3	1	2	2	2	4	3	2	2	3	4		
4	4	4	4	4	3	2	1	3	4	1	1	2	3	1	1	1	2	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	1	1	3	3		
4	4	4	4	3	2	1	1	3	3	1	1	1	3	1	1	1	1	4	3	1	2	1	1	4	4	4	1	2	2	1	2	2	4	3	1	2	4	1	2	3	4	4	1	1	2	1	1		
4	3	4	4	3	2	3	2	4	3	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	
3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	1	1	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	1	2	4	4	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	2	1	4	4	1	1	2	3
4	3	4	4	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	1	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	1	1	2	1		

3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	2	1	1	2	1	1	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	4	4	2	1	2	1		
4	4	4	3	1	4	1	2	4	4	4	1	4	3	2	1	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	1	3	3	1	3	3	2	3	2	3	4	4	1	1	1	4		
4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	4	4	4	2	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4	3	4	4	4	1	1	2	2		
3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	1	4	3	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	4	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	4	4	1	1	2	3		
4	4	4	3	4	1	2	2	4	4	2	1	4	3	2	1	1	1	1	2	2	2	4	2	4	4	4	3	2	1	3	2	1	2	3	1	3	2	3	4	3	1	2	2	2	2	2	4		
4	4	4	2	1	3	4	3	2	2	4	3	3	3	4	3	4	2	2	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	2	4	2	3	3	3	4	4	4	3		
3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	1	1	4	3	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	3	4	1	1	2	3	
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2		
3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	2	1	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	1	1	2	3

3	2	3	3	2	2	2	2	3	4	1	1	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	4	1	1	1	3					
3	3	4	3	2	2	2	2	4	4	3	1	4	2	2	1	2	2	2	3	3	4	2	2	4	3	4	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	3	4	4	1	2	2	3					
3	3	4	4	2	1	1	1	4	4	1	1	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	1	4	3	3	4	2	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	4	4	4	1	1	1	1				
3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	3	3	1	1	2	1					
3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	4	1	4	4	1	1	2	4
4	4	3	3	3	3	2	2	3	4	1	1	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	4	4	2	2	2	3				
3	3	3	2	2	2	2	2	4	4	1	1	3	3	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	4	1	2	2	2				
3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	4	4	1	1	2	3				

4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2
4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	1	1	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2
3	3	3	2	4	2	2	2	4	4	1	1	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	1	2	1	4	4	4	1	1	1	1	1	
4	4	4	3	2	2	2	1	3	4	2	1	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	1	2	2	3	3		
3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	1	1	4	3	3	1	4	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	4	2	4	1	2	3	1	4	4	1	1	1	1	1		
3	4	4	3	2	2	4	2	4	3	3	1	1	4	1	1	2	3	4	4	3	1	1	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	4	4	2	3	4	1	4	4	4	4	2	1	3	1	4		
3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	1	1	2	2	2	3	2	4	2	3	3	2	3	2	2	3	
3	3	3	4	2	2	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	4	4	3	2	2	2	2	4	2	2	3	1	3	1	2	3	4	4	4	1	1	2	3		

3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	1	1	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	4	3	4	4	4	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	2	3	2	4					
3	4	3	4	4	2	2	2	4	4	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	4	4	4	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	1	1	3	4					
4	3	4	3	2	2	3	3	4	3	2	1	1	2	3	1	4	4	3	4	2	1	4	1	4	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	3	3	1	1	4	4	4	4	4	1	2	3	4					
3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	4	3	1	2	2	3	3	3	2	1	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	4	4	3	4	3	1	1	4	4				
3	3	4	3	2	2	2	2	4	4	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	4	3	4	1	2	1	3	3	3	1	1	3	2					
3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	1	1	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	1	1	4		
4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	1	1	4	3	2	1	2	1	3	3	4	4	2	3	4	4	4	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	2	2	4	4

3	3	4	4	3	1	2	1	4	4	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	4	3	2	2	2	3
3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	3	2	1	3	4	4	4	4	1	3	3	3	1	2	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	1	1	4	4
4	3	4	3	2	3	2	2	4	4	2	1	3	4	1	1	2	2	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	1	4	1	1	3	3	1	2	4	1	4	2	1	1	4	4	
2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	1	2	2
3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	2	1	4	3	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	4	4	1	2	3	4	
3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	1	1	4	2	1	1	1	1	2	3	1	2	3	3	4	4	4	3	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	1	1	2	3	4	4	1	1	2	3
3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	2	1	1	2	3	3	2	3	2	2	1	3	2	3	4	4	1	1	1	2
3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	1	2	4	2	1	2	2	2	3	3	2	4	1	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	1	1	1	4	3	4	4	4	1	1	4	4
3	4	3	3	4	2	1	1	4	4	1	1	4	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	1	2	1	2	3	2	2	4	3	1	1	2	2

3	3	4	4	2	3	2	2	4	4	3	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	4	2	2	2	1	2	2	4	3	2	1	2	3	
3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	1	1	4	1	2	1	1	2	2	2	1	3	2	4	3	4	4	3	2	3	2	3	1	3	1	1	1	1	1	2	3	3	2	2	1	1	2	2	
3	3	2	3	2	1	2	2	4	4	2	1	4	1	2	1	2	2	3	3	4	2	2	2	3	3	4	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	1	2	1	4
3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2
2	3	3	2	3	3	2	2	4	4	1	1	4	3	3	1	2	2	2	2	3	4	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	4	1	2	3	1	4	4	1	1	3	3	
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	2	2	3
3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	1	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3

c. Data Efikasi Diri

4	3	4	3	3	4	3	3	3	3
3	2	3	3	3	3	4	3	3	3
3	3	3	2	2	4	3	2	2	3
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	3	3	4	3	3	2	2

3	4	3	3	3	3	3	3	4	3
4	4	4	3	4	4	3	3	3	4
3	3	3	2	2	3	3	3	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	4
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
4	3	4	2	2	4	3	4	2	4
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	3	3	4	3	3	2	4
2	3	3	2	4	4	2	4	2	3
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
4	3	3	3	3	3	4	3	4	3
3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
4	2	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	4	3	4	4	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	3	3	1	2
3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
3	2	2	3	3	2	3	3	2	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	2	3	3	3	3	2	3
4	2	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	3	2	3	4	3	4	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	3	3	3	3	4	4	4
4	1	3	1	3	3	3	3	1	4
3	2	3	2	1	3	1	3	2	2
4	3	2	2	1	1	2	1	1	1

2	1	3	4	2	3	1	1	2	2
4	4	4	3	3	4	3	3	3	3
4	3	4	4	4	4	4	3	3	3
4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
3	1	3	3	1	1	1	1	3	2
3	3	3	2	1	3	3	4	4	4
3	3	2	3	3	3	2	3	3	3
4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
3	4	4	2	3	4	2	2	3	2
2	2	1	1	2	3	2	3	2	1
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3

3	2	3	3	2	3	3	4	3	4
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3
3	3	4	3	3	4	4	3	3	2
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3
3	3	4	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	2	2	3	4	3	1	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	4	3	2	1	2	2	2
3	4	4	4	3	3	3	3	4	4
4	3	3	2	2	3	3	2	3	2
4	2	3	4	3	2	3	3	3	3
2	3	4	3	2	4	4	4	2	3

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	1	3	1	1	3	2	1	1	4
2	2	1	2	2	2	4	2	3	3
4	2	4	1	1	4	1	2	3	4
3	3	2	3	3	3	2	2	2	2
3	1	4	2	2	3	2	3	1	4
4	2	3	2	2	3	3	3	2	2
3	3	3	2	2	3	3	3	3	4
3	2	2	2	1	2	2	3	2	3
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3

3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
3	2	3	3	3	3	4	4	4	4
4	1	4	3	3	3	4	3	3	3
3	3	3	3	3	4	3	3	3	4
3	3	4	2	2	4	3	3	3	3
3	4	4	3	2	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

4	4	4	2	3	3	3	3	3	3
4	3	4	2	2	4	4	4	4	3
3	3	4	3	3	4	3	3	3	3
4	4	4	3	3	4	4	3	3	4
3	3	3	4	2	3	3	3	4	3
3	4	3	3	4	3	4	4	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	2	2	3	3	2	3	3
3	3	3	2	2	3	4	3	3	3
3	3	3	2	3	4	3	3	3	3

3	3	3	3	3	3	3	3	1	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	3	3	4	4	3	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
3	3	2	2	3	4	3	3	2	3
4	3	4	3	2	4	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	2	2	3	1	3	3	3

4	3	4	3	3	4	4	3	3	4
4	2	4	4	4	4	4	3	2	4
4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
3	3	4	4	4	3	4	3	4	4
3	3	4	3	3	3	3	4	3	4
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
4	2	4	3	4	3	3	3	2	1
3	3	4	3	2	3	3	3	3	4

4	3	4	3	3	4	3	2	4	3
3	3	3	1	2	3	2	3	2	2
4	3	4	3	4	3	3	2	3	3
4	2	3	3	3	4	3	3	3	4
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3
1	4	3	1	2	1	1	1	3	1
2	3	2	2	2	3	3	3	2	2
3	2	3	2	2	3	2	3	3	2

3	3	4	2	2	3	3	3	3	3
3	3	3	2	2	4	4	4	3	3
4	4	4	1	2	4	3	1	3	4
4	2	3	2	2	4	3	4	1	2
4	3	3	2	2	4	4	3	1	2
3	3	2	2	2	3	3	3	2	2
4	3	3	3	2	2	4	4	3	4
3	3	4	3	3	3	3	3	2	3
4	3	4	3	2	4	3	3	2	3
3	2	3	3	2	3	2	2	3	2
3	4	3	4	3	4	2	3	1	2

LAMPIRAN 8: DOKUMENTASI KEGIATAN







