

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN STRATEGI  
*COPING* PADA ATLET BULUTANGKIS**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga



Oleh:  
Gatot Agung Syah Putra

13603144001

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2020**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gatot Agung Syah Putra

NIM : 13603144001

Program Studi : Ilmu Keolahragaan

Judul TAS : Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Strategi *Coping* Pada Atlet Bulutangkis

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan dan pembuatan tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 28 Oktober 2020

Yang Menyatakan,



Gatot Agung Syah Putra

NIM 13603144001

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

### **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN STRATEGI COPING PADA ATLET BULUTANGKIS**

Disusun oleh:

Gatot Agung Syah Putra  
NIM. 13603144001

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 14 Oktober 2020

Mengetahui,  
Ketua Program Studi,

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,

Dr. Sigit Nugroho, M.Or  
NIP.198009242006041001

Dr. Sigit Nugroho, M.Or.  
NIP. 198009242006041001

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN STRATEGI COPING PADA ATLET BULUTANGKIS

Disusun oleh:

Gatot Agung Syah Putra  
NIM. 13603144001

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Ilmu Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada Tanggal 20 Oktober 2020

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sigit Nugroho, M.Or. Ketua Penguji/ Pembimbing		21/10-2020
Dr. Ahmad Nasrullah, S.Or., M.Or. Sekretaris		22/10-2020
Dr. Yudik Prasetyo, M.Kes. Penguji		22/10-2020

Yogyakarta, 20 Oktober 2020  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



Prof. Dr. Samaryanto, M.Kes  
NIM. 196503011990011001

## **MOTTO**

*Wahai orang beriman, bersabarlah kamu (menghadapi segala kesukaran dalam mengerjakan perkara-perkara yang berkebakikan), dan kuatkanlah kesabaran kamu (lebih daripada kesabaran musuh, di medan perjuangan) serta bertakwalah kamu kepada Allah, supaya kamu Berjaya (mencapai kemenangan). (QS. Al-Imran : 200).*

*"Engkau tak mungkin dapat mencukupi kebutuhan semua orang dengan hartamu; karenanya, cukupilah mereka semua dengan wajahmu yang gembira dan watak yang baik."*

*( HR Al-Hakim dalam Mustadrak )*

*The greatest secret of success is there is no big secret, whoever you are, you will be successful if you endeavor in earnest*

## **PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah, atas rahmat dan hidayah-Nya, seiring doa dan rasa syukur Kehadirat Allah SWT skripsi ini telah selesai dan dipersembahkan untuk :

1. Kedua orang tua penulis, Bapak Suherman dan Ibu Sri Kiswanti. Terimakasih atas semua nasehat baikmu, kesabaran yang tulus selama membimbing anakmu, dan Alhamdulillah salah satu keinginanmu bisa saya selsaikan dan wujudkan untuk menjadi seorang sarjana dan semua pasti atas doa kalian berdua.
2. Istriku tercinta, Fatmawati Suharno Putri, S.Psi yang selalu mendukung, memotivasi dan membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Keluarga besar yang selalu memberi dukungan dan doa kepada penulis.
4. Teman-teman IKOR 2013, terimakasih atas kerjasamanya dan dukungannya selama 4 tahun terakhir.

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELUARGA DENGAN STRATEGI *COPING* PADA ATLET BULUTANGKIS

Oleh:

Gatot Agung Syahputra  
13603144001

## ABSTRAK

*Coping* adalah respon individu untuk mengatasi masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 50 atlet. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang sudah diuji validitas dengan SPSS Versi 22,0 dan reliabilitas menggunakan Croanbach Alpha  $\geq 0,60$ . Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dari Karl Moment

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) dukungan keluarga pada atlet bulutangkis mayoritas berada pada kategori tinggi atau sebesar 68,0%, (2) strategi *coping* pada atlet bulutangkis mayoritas berada pada kategori sedang atau sebesar 72,0%, dan (3) ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis, dibuktikan dengan nilai  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$  ( $0,634 > 0,279$ ), signifikansi  $0,000 < 0,05$ ; dan nilai  $R^2$  sebesar 40,2%.

**Kata kunci:** Dukungan Keluarga dan Strategi Coping

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT WITH COPING STRATEGIES ON BULUTANGKIS ATLET**

By:

Gatot Agung Syahputra  
13603144001

## **ABSTRACT**

*Coping is the individual's response to the problem, the response is in accordance with what is felt and thought to control, tolerate and reduce the negative effects of the situation at hand. This study aims to find out empirically the relationship between family support and coping strategies in badminton athletes.*

*This research is a correlation study. The population in this study were badminton athletes at the Inti Badminton Club (IBC) in Klaten Regency. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 50 athletes. Data collection techniques using questionnaires that have been tested for validity with SPSS Version 22.0 and reliability using Croanbach Alpha  $\geq 0.60$ . The data analysis technique used is product moment correlation analysis from Karl Moment*

*The results of this study indicate that: (1) family support for badminton athletes is mostly in the high category or by 68.0%, (2) the coping strategies in badminton athletes are mostly in the medium category or by 72.0%, and (3) there is a positive relationship between family support and coping strategies in badminton athletes, as evidenced by the value of r-count greater than rtable ( $0.634 > 0.279$ ), significance  $0,000 < 0.05$ ; and R2 value of 40.2%.*

**Keywords: Family Support and Coping Strategy**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Strategi *Coping* Pada Atlet Bulutangkis” dapat disusun sesuai dengan harapan.

Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Sigit Nugroho, M.Or., selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan segala saran, arahan dan kesabaran dalam membimbing skripsi.
2. Dr. Ali Satya Graha, S.Pd. M.Kes, selaku penasihat akademik yang telah memberikan masukan dan motivasi.
3. Dr. Sigit Nugroho, M.Or selaku Ketua Program Studi IKOR FIK UNY yang telah memberikan ijin untuk mengambil penelitian ini.
4. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
5. Prof. Dr.Margana, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak/ Ibu dosen pengajar di IKORA.

7. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan, baik penyusunan maupun penyajian disebabkan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya. .

Yogyakarta,                      2020  
Penulis,

Gatot Agung Syah Putra  
NIM 13603144001

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I    PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II    KAJIAN TEORI.....	9
A. Kerangka Teoritis .....	9

1. Strategi <i>Coping</i> .....	9
2. Jenis- jenis Strategi <i>Coping</i> .....	10
3. Faktor-faktor Strategi <i>Coping</i> .....	12
4. Dukungan Keluarga .....	14
5. Aspek- aspek Dukungan Sosial dari Keluarga.....	15
6. Atlet Bulutangkis .....	16
B. Penelitian yang Relevan .....	17
C. Kerangka Berfikir .....	19
D. Hipotesis Penelitian .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	21
A. Desain Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel .....	21
1. Populasi Penelitian .....	21
2. Sampel Penelitian.....	22
C. Tempat dan Waktu Penelitian .....	22
D. Instrumen Penelitian.....	22
1. Skala Strategi <i>Coping</i> .....	23
2. Skala Dukungan Keluarga.....	24
E. Teknik Pengumpulan Data .....	26
F. Uji Coba Instrumen .....	27
1. Uji Validitas .....	27
2. Uji Reliabilitas .....	31
G. Metode Analisis Data .....	32

BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	33
A.	Hasil Penelitian.....	33
1.	Analisis Deskriptif.....	33
a.	Dukungan Keluarga .....	33
b.	Strategi <i>Coping</i> .....	37
2.	Uji Prasyarat Analisis .....	40
a.	Uji Normalitas.....	41
b.	Uji Linieritas.....	41
c.	Pengujian Hipotesis.....	42
d.	Koefisien Determinasi.....	43
B.	Pembahasan .....	44
C.	Keterbatasan Penelitian .....	48
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	50
A.	Kesimpulan .....	50
B.	Saran.....	50
	DAFTAR PUSTAKA .....	52
	LAMPIRAN .....	54

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Distribusi Aitem Skala Strategi <i>Coping</i> Sebelum Uji Coba .....	24
Tabel 2 Distribusi Aitem Skala Dukungan Keluarga Sebelum Uji Coba	25
Tabel 3 Bobot Skor .....	26
Tabel 4 Hasil Uji Validitas Dukungan Keluarga .....	28
Tabel 5 Hasil Uji validitas Strategi <i>Coping</i> .....	29
Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas .....	31
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Keluarga .....	34
Tabel 8 Distribusi Katagorisasi Variabel Dukungan Keluarga .....	36
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Variabel Strategi <i>Coping</i> .....	38
Tabel 10 Distribusi Katagorisasi Variabel Strategi <i>Coping</i> .....	39
Tabel 11 Hasil Uji Normalitas .....	41
Tabel 12 Hasil Uji Linieritas .....	42
Tabel 13 Ringkasan Hasil Korelasi Product Moment dari Karl Pearson	43
Tabel 14 Hasil Koefisiensi Determinasi .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran .....	55
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian .....	56
Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	57
Lampiran 3.Dokumentasi.....	58
Lampiran 4.Angket Uji Coba Penelitian.....	61
Lampiran 5.Angket Penelitian .....	70
Lampiran 6.Uji Validitas Instrumen Penelitian .....	79
Lampiran 7. Hasil SPSS.....	98

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Setiap manusia pada umumnya memiliki permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan sehari-hari. Masalah tersebut dapat menjadi persoalan yang besar dan dapat pula menjadi masalah yang kecil, tergantung pada individu dalam menyingkapi adanya masalah yang muncul dalam dirinya sesuai dengan kemampuan diri masing-masing individu tersebut. Bahkan, banyak cara yang dapat dilakukan dalam menyingkapi suatu permasalahan, namun itu semua kembali pada individu masing-masing. Ada individu yang dapat dengan baik menyingkapi adanya permasalahan yang terjadi, dan tidak jarang pula banyak individu yang tidak dapat menyingkapi permasalahan sendiri. Bagi individu yang tidak dapat menyingkapi dengan baik dari permasalahan yang muncul, dapat menimbulkan tekanan dalam dirinya bahkan dapat menyebabkan gangguan pada pikiran maupun pada kejiwaannya, seperti: depresi, stress, dan gila. Ketenangan dalam diri individu menjadi terganggu, individu tersebut dapat dikategorikan mempunyai mental yang tidak sehat (Yusak, 1999: 10).

Individu yang bermental sehat, akan merasakan suasana kebahagiaan, keharmonisan dan ketenangan dalam hidupnya. Ketenangan hidup akan tercapai apabila individu dapat memecahkan dan mengatasi persoalan-persoalan pada dirinya yang dapat menimbulkan kesulitan dalam hidupnya.



Sama halnya dengan atlet olahraga, dalam dunia olahraga atlet yang berpartisipasi atau terlibat dalam cabang olahraga kompetitif seperti olahraga bulutangkis pastinya banyak tekanan-tekanan dan persoalan-persoalan yang berpotensi memberikan atau sumber pengalaman stres terhadap dirinya, seperti: kecaman-kecaman dari penonton, perasaan sakit akibat terjadi cedera, kekalahan dalam pertandingan, kelemahan yang dimiliki atlet baik kelemahan fisik maupun kelemahan mental, atau sumber-sumber lain yang mengakibatkan terjadinya stres. Stres merupakan aspek yang tidak terpisahkan dalam kompetisi olahraga. Permasalahan-permasalahan psikologis yang timbul pada diri atlet tentunya akan berpengaruh negatif pada kondisi atlet bila tidak dikelola dengan baik dan benar. Dalam menghadapi suatu tekanan, gangguan dan kesulitan dari luar maupun dari dalam diri individu, atlet perlu mengembangkan keterampilan strategi memecahkan masalah atau strategi *coping*.

Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 16) memaparkan strategi *coping* merupakan perubahan kognitif dan perilaku yang berlangsung terus-menerus untuk menghadapi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu. Dampak negatif jika seorang atlet tidak memiliki strategi *coping* yang baik yaitu dapat menurunkan *performance* atlet. Permasalahan lain yang sering muncul ialah beberapa atlet tidak mengetahui bagaimana cara menggunakan keterampilan strategi *coping* yang efektif untuk membantu atlet dalam menangani atau menghadapi berbagai macam *stressor* yang dialaminya. Sesuai yang dipaparkan oleh

Williams (Smith, Schultz, Smoll & Ptacek, 1995: 392), bahwa prinsip utama dari psikologi olahraga adalah bahwa keterampilan psikologis penting sebagai penentu kinerja olahraga.

Ada beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh beberapa para ahli yaitu Rimmer (2011: 212) diketahui bahwa hasil dari penelitian tersebut menunjukkan korelasi sebesar  $r = 0,31$ . Korelasi tersebut menunjukkan bahwa strategi *coping* berkaitan dengan peningkatan afeksi positif dan penurunan afeksi negatif pada *performance* atlet. Hal ini memperlihatkan bahwa dengan memiliki strategi *coping* yang tepat maka atlet mampu mengatasi tekanan-tekanan atau masalah yang dapat menimbulkan stres yang terjadi dalam dirinya dengan baik. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Crocker & Graham (1995: 332) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *coping* dengan afeksi positif dan afeksi negatif. Afeksi positif merupakan refleksi dari keterlibatan yang menyenangkan dan memiliki hubungan positif dengan *problem focused coping* sedangkan *emotional focused coping* berkaitan dengan afeksi negatif. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Ben-Zur (2009: 94), bahwa *problem focused coping* sangat berhubungan positif dengan afeksi positif dan berhubungan negatif dengan afeksi negatif.

Salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *coping* adalah dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial adalah dari anggota keluarga. Suatu tingkah laku yang ditampilkan oleh seorang atlet juga dipengaruhi oleh latar belakang keluarga serta lingkungan sosial tempat tinggalnya. Anggota

keluarga merupakan salah satu orang terdekat bagi seorang atlet, sehingga memperoleh dukungan dari anggota keluarga sangat penting bagi atlet. Dukungan keluarga sendiri sesuai pendapat Thompson (2006: 214) bahwa pemberian bantuan yang merupakan suatu kewajiban untuk membantu anggota keluarga yang mengalami suatu masalah yang bersifat sukarela dan sosial. Dukungan keluarga ini sangat penting dan sangat dibutuhkan oleh seorang atlet khususnya atlet yang masih berusia remaja.

Olahraga bulutangkis banyak diminati oleh para remaja sampai dewasa, tetapi kebanyakan pada usia remaja banyak permasalahan yang dihadapi. Huli (2014: 56) menyatakan bahwa secara teknis remaja adalah periode awal kematangan seksual atau pubertas dan pertumbuhan fisik. Selama periode masa remaja ini akan banyak mengalami pertumbuhan yang signifikan seperti tinggi badan dan berat badan. Selain itu selama periode pubertas akan ada perubahan karakter seksual primer dan karakter seksual sekunder. Remaja akan rentan terhadap stres karena perubahan fisik dan psikologis. Masalah yang muncul pada remaja ketika remaja tidak mampu mengatasi situasi stres dan bangkit dalam situasi tersebut, sehingga tanggung jawab orang tua untuk mendukung dan memberikan solusi yang tepat. Remaja mungkin akan menyerah pada tekanan yang didapatkan seperti tekanan dari sekolah, hubungan sebaya atau teman sebaya dan perubahan suasana hati karena stres. Dalam dunia olahraga meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif, baik dalam hal fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Sesuai permasalahan

tersebut peneliti kemudian melakukan wawancara pada tanggal 16 November 2016, yaitu dengan salah satu atlet bulutangkis yang berjenis kelamin laki-laki dan berusia 21 tahun. X mulai masuk ke dalam klub bulutangkis sejak duduk di bangku SMP. X menuturkan bahwa keluarga merupakan hal yang penting dan berpengaruh pada prestasi yang telah di perolehnya sekarang. Bagi X dukungan dari anggota keluarga membuat rasa lebih yakin, percaya diri dan dapat bermain tanpa beban sehingga *performance* saat di lapangan jadi meningkat. Menurut X dukungan yang positif seperti memberikan masukan tentang kekurangan apa yang harus diperbaiki, menasehati untuk lebih giat berlatih dan mengingatkan untuk menjaga tubuhnya agar tetap sehat dan fit.

Dukungan-dukungan dari keluarga yang seperti itu yang dapat membuat rasa yakin dan percaya diri lebih meningkat. X juga mengatakan bahwa saat kondisi stres dukungan dari keluarga sangat berpengaruh. Motivasi-motivasi yang di berikan oleh anggota keluarganya membuat X bisa lebih bersemangat kembali. Selain itu X juga menuturkan bahwa pada saat awal masuk ke dalam klub bulutangkis, X mendapatkan perhatian yang lebih dari orang tua karena pada saat itu X masih patuh dan mendengarkan perkataan dari orang tua, tetapi semakin menginjak dewasa X lebih bisa berfikir sendiri dan lebih bisa mandiri tidak harus dukungan dari orang tua.

Pada masa remaja muncul konflik utama terhadap kemandirian dan kontrol, titik rendah dalam hubungan orang tua dan anak dan juga dorongan paling besar untuk pelepasan diri. Sehingga pada masa ini remaja membutuhkan pengawasan dan dukungan yang lebih dari anggota keluarga.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu:

1. Sebagian atlet memiliki masalah psikologis yang akan mempengaruhi *performance* atlet.
2. Sebagian atlet belum mengetahui cara mengatasi masalah psikologis yang muncul.
3. Masalah yang ada dalam bulutangkis, seperti kecaman-kecaman dari penonton, perasaan sakit akibat terjadi cedera, kekalahan dalam pertandingan, kelemahan yang dimiliki atlet baik kelemahan fisik maupun kelemahan mental.
4. Masalah dalam dukungan keluarga dalam mendukung atlet bulutangkis.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah disebutkan diatas, perlu adanya batasan masalah sehingga pembatasan dalam penelitian ini menjadi lebih fokus dan karena terbatasnya waktu dan biaya penelitian. Batasan masalah pada penelitian ini yaitu hubungan dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka penulis mengajukan rumusan masalah sebagai berikut:

Bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Dengan memperhatikan tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini mempunyai kegunaan sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya pada ranah psikologi memberikan psikologi olahraga yaitu dalam mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

##### **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis, penelitian juga diharapkan dapat memberikan manfaat, yaitu :

- a. Pada atlet bulutangkis, orang tua, pelatih maupun manajemen klub bulutangkis mengenai pentingnya hubungan dukungan keluarga untuk membantu para atlet dalam strategi *coping*.

- b. Diharapkan dapat memberikan manfaat dan informasi bagi atlet bulutangkis mengenai jenis strategi *coping* yang efektif untuk membantu atlet bulutangkis dalam menangani atau menghadapi tekanan-tekanan yang dapat menimbulkan stres yang dialaminya

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Kerangka Teoritis**

#### **1. *Strategi Coping***

Strategi coping berasal dari kata “*Cope*” yang berarti lawan atau mengatasi, Sarafino (Smet, 1994: 255). Coping merupakan perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan individu untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologis dalam kondisi yang penuh stress Achir (1997: 87). Dalam pandangan Sarafino (2002: 12), *coping* adalah usaha untuk menetralisasi atau mengurangi stress yang terjadi. Folkman (dalam Resick, 2001) mengartikan *coping* sebagai perubahan pemikiran dan perilaku yang digunakan oleh seseorang yang dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam yang disebabkan oleh transaksi antara seseorang dengan lingkungannya yang dinilai sebagai *stressor*. *coping* ini nantinya akan terdiri dari upaya-upaya yang dilakukan untuk mengurangi keberadaan *stressor*.

Lazarus & Folkman Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 16), strategi *coping* adalah perubahan kognitif dan perilaku yang berlangsung terus-menerus untuk menghadapi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu. Sementara, Baron dan Byne (Rasmun, 2004: 54) menyatakan



bahwa *coping* adalah respon individu untuk mengatasi masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk

mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi.

Dari beberapa pengertian mengenai strategi *coping* yang telah di kemukakan di atas, dalam penelitian ini definisi strategi *coping* menggunakan pendapat dari Lazarus dan Folkman Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 16) dimana strategi *coping* merupakan perubahan kognitif dan perilaku yang berlangsung terus-menerus untuk menghadapi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu.

## **2. Jenis-jenis Strategi *Coping***

Lazarus dan Folkman Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009:17) mengemukakan jenis-jenis strategi *coping*, yaitu:

### **a. *Problem Focused Coping* (PFC)**

*Problem Focused Coping* (PFC) merupakan strategi kognitif dalam penanganan stres atau *coping* yang digunakan oleh individu untuk menghadapi masalahnya dan berusaha untuk menyelesaikannya. *Problem Focused Coping* (PFC) memungkinkan seseorang untuk membuat rencana dan tindakan lebih lanjut, berusaha menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi untuk memperoleh apa yang telah direncanakan dan diinginkan sebelumnya. Pada strategi *coping* bentuk PFC, individu akan berpikir logis dan berusaha memecahkan permasalahan dengan positif.

Lazarus Folkman, Dunkel-Schetter, Delongis dan Gruen Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 18) yang diuraikan dalam Alat Ukur *Ways Of Coping* mengemukakan dua dimensi *problem focused coping*, yaitu :

- 1) *Planfull Problem Solving*, yaitu suatu usaha pemecahan masalah dengan tenang dan hati-hati disertai dengan pendekatan analisis.
- 2) *Confrontative Coping*, yaitu suatu reaksi agresif untuk mengubah keadaan dan pengambilan keputusan.

b. *Emotion Focused Coping* (EFC)

*Emotion Focused Coping* (EFC) adalah strategi penanganan stres dimana seseorang memberi respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan penilaian defensif. *Emotion Focused Coping* (EFC) memungkinkan individu melihat sisi kebaikan (hikmah) dari suatu kejadian, mengharap simpati dan pengertian orang lain, atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya namun hanya bersifat sementara. Lazarus Folkman, Dunkel-Schetter, Delongis dan Gruen Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 19) yang diuraikan dalam Alat Ukur *Ways Of Coping* mengemukakan enam dimensi *emotional focused coping*, yaitu :

- 1) *Distancing*, yaitu suatu reaksi melepaskan diri dalam permasalahan disamping menciptakan pandangan yang positif.

- 2) *Self Control*, yaitu suatu usaha untuk meregulasi perasaan maupun tindakan.
- 3) *Seeking Social Support*, yaitu usaha untuk mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, bantuan nyata maupun dukungan emosional.
- 4) *Accepting Responsibility*, yaitu suatu usaha untuk mengetahui peran dirinya dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk menempatkan segala sesuatu dengan sebagaimana mestinya.
- 5) *Escape Avoidance*, yaitu suatu reaksi berkhayal dan usaha menghindar atau melarikan diri dari permasalahan yang sedang dihadapi.
- 6) *Positive Reappraisal*, yaitu suatu usaha untuk menciptakan makna yang positif dengan memusatkan pada perkembangan personal dan juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

### **3. Faktor-faktor Strategi *Coping***

Lazarus dan Folkman Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 20), ada enam faktor yang mempengaruhi strategi *coping*, yaitu :

#### **a. Kesehatan dan energi**

Merupakan sumber-sumber fisik/psikis yang sering kali dapat mempengaruhi upaya seseorang dalam menanggulangi stress. Individu yang sakit atau lelah, kurang mempunyai strategi untuk mengembangkan strategi coping dibanding orang yang sehat dan kuat.

b. Keyakinan atau pandangan positif

Individu mempunyai keyakinan akan mempunyai harapan dan upaya dalam melakukan strategi *coping* dalam kondisi apapun. Keyakinan menjadi sumber psikologis yang sangat penting dalam mengatasi masalah. memandang diri sendiri secara positif, merupakan dasar dari munculnya harapan dan dengan demikian individu bisa mempertahankan usaha untuk menghadapi kondisi yang dialami.

c. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut dengan hasil yang ingin dicapai dan melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

d. Keterampilan sosial

Kemampuan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan menjalin hubungan sosial dengan cara yang sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku di masyarakat. Dengan adanya keterampilan sosial, akan memudahkan proses penyelesaian masalah bersama dengan orang lain, memberi kemungkinan untuk memperoleh kerjasama serta dukungan. melalui interaksi sosial yang dijalin, akan memberi kendali yang baik bagi individu yang bersangkutan.

e. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitar.

f. Sumber-sumber material

Meliputi sumber daya berupa uang barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

#### **4. Dukungan Keluarga**

Dukungan keluarga pada umumnya merupakan turunan dari dukungan sosial (Sarafino, 1994: 98). Sehingga dukungan keluarga tidak terpisahkan dengan dukungan sosial.

Garner (dalam Thompson, 2006: 213) dukungan keluarga sebagai suatu pendekatan yang melibatkan dukungan dari anggota keluarga dan bertujuan untuk menghindari intervensi lebih lanjut dari pihak luar. Friedman (dalam Furiyah, 2010) dukungan keluarga adalah pemberian bantuan berupa suatu perilaku, materi, atau membina hubungan sosial yang baik (akrab) sehingga individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai.

Dari definisi yang dikemukakan oleh Thompson (2006) diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga adalah dukungan dan bantuan yang diberikan dari anggota keluarga kepada individu yang mengalami suatu masalah atau hambatan berupa hubungan yang positif dan hangat.

## **5. Aspek-aspek Dukungan Sosial dari Keluarga**

House (dalam Smet,1994: 261) mengungkapkan bahwa aspek dari dukungan sosial meliputi :

- a. Dukungan emosional : dukungan ini melibatkan perhatian yang berhubungan dengan emosi yang diberikan oleh orang lain. Dukungan emosional mencakup dukungan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan. Dukungan ini berupa umpan balik dan penegasan. Dukungan ini memberikan kenyamanan dan perasaan saling memiliki dan di cintai ketika seseorang dalam keadaan tertekan.
- b. Dukungan penghargaan : terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) untuk orang tersebut, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan perbandingan tambah orang itu dengan orang lain. Seperti misalnya orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri). Selain itu dukungan penghargaan membangun penghargaan diriindividu dan sangat efektif saat seseorang berada pada situasi yang menekan.
- c. Dukungan instrumental : mencakup bantuan langsung, seperti jika orang lain memberi pinjaman uang pada orang tersebut atau mendorong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stres.
- d. Dukungan informatif : mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran atau umpan balik.

## 6. Altet Bulutangkis

Pengertian mengenai atlet bulutangkis adalah seseorang yang mampu berprestasi dalam olahraga bulutangkis, baik tingkat daerah, nasional, maupun internasional. Sedangkan (KBBI, 2008) atlet bulutangkis adalah atlet yang mengikuti perlombaan, atlet yang mengikuti pertandingan (dalam beradu ketangkasan, kecepatan, keterampilan dan kekuatan). Atlet merupakan faktor yang penting dalam pencapaian prestasi maksimal.

Atlet bulutangkis yang baik harus menguasai berbagai komponen pendukung prestasi. M. Sajoto, (2002:7) menjelaskan bahwa untuk mencapai suatu prestasi maksimal ada empat macam kelengkapan yang perlu dimiliki, yaitu: pengembangan fisik (*physical build-up*), pengembangan teknik (*technical build-up*), pengembangan mental (*mental build-up*), dan kematangan juara. Sesuai dengan perkembangan pengetahuan, sekarang ini telah berkembang suatu istilah yang lebih populer dari *physical build-up* yaitu *physical conditioning* yang maksudnya adalah pemeliharaan kondisi/keadaan fisik. Bahwa kondisi fisik adalah satu perasyarat yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat ditunda atau ditawar-tawar lagi.

Prinsip dasar atlet bulutangkis dalam memainkan olahraga bulutangkis adalah satu kali memukul *shuttlecock* sebelum jatuh di daerah lapangan sendiri dengan cara memukul atau mengembalikan *shuttlecock*



ke daerah lawan dengan melintasi net, baik dipukul dengan keras atau pelan untuk memaksa lawannya bergerak atau lari di lapangannya. Tujuannya adalah memperoleh angka dan kemenangan dengan cara berusaha menyeberangkan dan menjatuhkan *shuttlecock* di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul atau menjatuhkannya di daerah permainannya sendiri. Prinsip dasar atlet bulutangkis dalam memainkan olahraga bulutangkis adalah satu kali memukul *shuttlecock* sebelum jatuh di daerah lapangan sendiri dengan cara memukul atau mengembalikan *shuttlecock* ke daerah lawan dengan melintasi net, baik dipukul dengan keras atau pelan untuk memaksa lawannya bergerak atau lari di lapangannya. Tujuannya adalah memperoleh angka dan kemenangan dengan cara berusaha menyeberangkan dan menjatuhkan *shuttlecock* di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul atau menjatuhkannya di daerah permainannya sendiri.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Omar-Fauzee, Wan Daud, Abdullah dan Rashid (2009) berjudul *The Effectiveness of Imagery and Coping Strategies in Sport Performance* yang menjelaskan bagaimana hubungan efektivitas citra dengan strategi coping pada *performance* dalam olahraga. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara imagery skill dan strategi coping, dimana kedua keterampilan ini mempengaruhi *performance* dalam olahraga.

Penelitian Hasan dan Rufaidah (2012) berjudul Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Strategi Coping pada penderita Stroke RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan strategi coping pada penderita stroke. Selain itu penelitian ini menyimpulkan bahwa pria dan wanita mempunyai strategi coping tertentu dalam menghadapi permasalahan dan situasi yang dihadapi, serta faktor dari dalam diri seseorang.

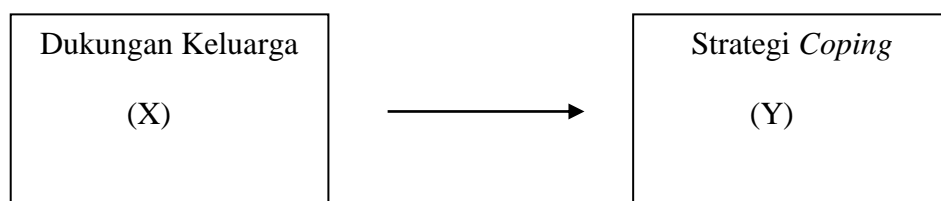
Penelitian Jones, Bogat, Davidson, Eye dan Levendosky (2005) dengan judul *Family Support and Mental Health in Pregnant Women Experiencing Interpersonal Partner Violence: An Analysis of Ethnic Differences* yang menjelaskan mengenai dukungan keluarga pada wanita hamil yang mengalami IPV (*Interpersonal Partner Violence*) ditinjau dari perbedaan etnis yaitu wanita yang berkulit putih dan wanita yang berkulit hitam. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa wanita berkulit hitam mendapatkan dukungan emosional dan dukungan praktis yang signifikan dari anggota keluarga dari pada wanita yang berkulit putih.

Penelitian Kristyaningsih (2011) berjudul Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Tingkat Depresi pada Lansia. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruhnya lansia tidak mengalami depresi, kemudian seakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat depresi.

### C. Kerangka Berfikir

Dalam sebuah kompetisi olahraga banyak sekali hambatan-hambatan dan tekanan yang dialami oleh atlet bulutangkis. Hambatan-hambatan dan tekanan tersebut dapat menimbulkan stres dan dapat menurunkan *performance* atlet bulutangkis dilapangan. Untuk mengurangi dampak stres yang dialami tidak terlepas dari faktor kesehatan dan energi yang dimiliki atlet bulutangkis, keyakinan atau pandangan positif atlet bulutangkis, keterampilan atlet bulutangkis dalam memecahkan masalah, keterampilan sosial, sumber-sumber material yang di berikan kepada atlet bulutangkis, dan dukungan sosial. Seperti yang kita tahu, dukungan keluarga merupakan bagian dari dukungan sosial. Jika atlet bulutangkis mendapatkan dukungan dari keluarga seperti dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif atlet bulutangkis dapat mempunyai keterampilan strategi *coping* yang tinggi sehingga atlet bulutangkis dapat menanggulangi hambatan-hambatan dan tekanan-tekanan yang dapat menimbulkan stres sehingga *performance* atlet bulutangkis tidak terganggu saat dilapangan.

Apabila atlet bulutangkis mendapatkan dukungan keluarga yang baik maka atlet bulutangkis mempunyai strategi *coping* yang baik, sehingga atlet bulutangkis mampu mengatasi permasalahan psikologis yang di dapatkannya.



#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan hasil teori yang telah dipaparkan diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ha : Terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping*. Semakin tinggi tingkat dukungan keluarga, maka akan semakin tinggi pula tingkat strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

Ho : Tidak Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Semakin rendah tingkat dukungan keluarga maka semakin rendah pula tingkat strategi *coping* pada atlet bulutangkis.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian korelasi, yaitu menurut Yamin (2011: 215), “penelitian korelasi bertujuan untuk mengetahui pola dan keeratan hubungan diantara dua variabel atau lebih”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana hubungan pengaruh variabel independen dukungan keluarga (X) terhadap variabel strategi *coping* (Y) dan aspek lingkungan kerja mana yang lebih berpengaruh, metode yang digunakan adalah angket/kuisisioner. Metode angket/kuisisioner sesuai pendapat Sugiyono (2008: 199) “Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara strategi *coping* dengan dukungan keluarga pada atlet bulutangkis.

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi Penelitian**

Zuriah (2007: 116) menyatakan bahwa populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang ditentukan. Populasi pada penelitian ini adalah atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten.

## **2. Sampel Penelitian**

Sugiyono (2010: 118) menyatakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah pemilihan terhadap sampel berdasarkan kriteria atau karakteristik tertentu Hadi (2000: 97). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Atlet bulutangkis masih bergabung dalam klub bulutangkis Inti Badminton Club (IBC) kabupaten Klaten.
- b. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan.
- c. Berusia remaja yaitu usia 12-21 tahun.

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Inti Badminton Club (IBC) yang beralamat di Jl. Hos. Cokroaminoto No.1 Kabupaten Klaten, Jawa Tengah yang dilaksanakan pada bulan Juli – Oktober 2018.

## **D. Instrumen Penelitian**

Arikunto (2005: 101), instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya, kemudian jenis instrumen penelitian yaitu angket, ceklis atau daftar centang, pedoman wawancara, dan pedoman pengamatan. Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuisioner mengenai strategi coping dan dukungan keluarga yang nantinya akan diberikan kepada para atlet

bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten. Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini terdiri dari :

#### 1. Skala Strategi *Coping*

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur strategi *coping* adalah modifikasi alat ukur dari Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2009: 43) yaitu *Ways Of Coping* yang terdiri dari 55 butir. Alat ukur *Ways Of Coping* di terjemahkan oleh peneliti dalam bahasa Indonesia. Alat ukur *Ways Of Coping* terdiri dari dua jenis strategi *coping* yaitu *problem focused coping* (*coping* berfokus pada masalah) yang terdiri dari dua dimensi yaitu *planfull problem solving* (perencanaan) dan *confrontative coping* (konfrontatif), dan kemudian *emotional focused coping* (*coping* berfokus pada emosi) terdiri dari enam dimensi yaitu *distancing* (menjaga jarak), *self control* (mengendalikan diri), *seeking social support* (mencari dukungan sosial), *accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab), *escape avoidance* (menghindar) dan *positive reappraisal* (memberi penilaian positif). Skala ini disusun berdasarkan skala Likert yang terdiri dari satu katagori aitem, yaitu *favuorable* dan tidak ada aitem *unfavourable*. Terdapat empat katagori pilihan jawaban yaitu “tidak pernah” memiliki skor 0, “jarang” memiliki skor 1, “cukup sering” memiliki skor 2, dan “sering” memiliki skor 3. Distribusi skala strategi coping dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini :

**Tabel 1. Distribusi Aitem Skala Strategi Coping (Sebelum Uji Coba)**

No	Indikator	Sub Indikator	No. butir	Jumlah
1.	<i>Problem Focused Coping</i> (coping berfokus masalah)	Konfrontatif coping	1,2,3,4,5,6	6
		Perencanaan	7,8,9,10,11,12	6
2.	<i>Emotional Focused Coping</i> (coping berfokus emosi)	Menjaga jarak	13,14,15,16,17	5
		Mengendalikan diri	18,19,20,21,22,23,24,25,26	9
		Mencari dukungan sosial	27,28,29,30,31,32	6
		Penekanan pada tanggung jawab	33,34,35,36,37,38,39	7
		Menghindar	40,41,42,43,44,45,46,47,48,49	10
		Memberi penilaian positif	50,51,52,53,54,55	6
Jumlah				55

## 2. Skala Dukungan Keluarga

Skala ini bertujuan untuk mengukur dukungan keluarga pada subjek penelitian. Dalam penelitian ini peneliti skala dukungan keluarga dibuat oleh peneliti yang terdiri dari 19 butir berdasarkan aspek aspek dukungan sosial dari keluarga menurut House (Smet, 1994: 261) yaitu, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informative. Dalam penelitian ini untuk variabel dukungan keluarga peneliti menggunakan skala Likert berupa pernyataan pendapat yang disajikan kepada responden yang memberikan indikasi pernyataan setuju



atau tidak setuju. Responden akan memberikan tanda pada skala 0 sampai 3 sebagai alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS) memiliki skor 3, Setuju (S) memiliki skor 2, Tidak Setuju (TS) memiliki skor 1, dan Sangat Tidak Setuju (STS) memiliki skor 0. Skala dukungan keluarga digunakan untuk mengukur sejauh mana keluarga memberikan dukungan yang akan berpengaruh pada strategi *coping* para atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten. Distribusi skala dukungan keluarga dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2. Distribusi Aitem Skala Dukungan Keluarga (Sebelum Uji Coba)**

No	Aspek-aspek	Indikator	No. butir	Jumlah
1.	Dukungan Instrumental	Finansial (materi)	1	1
		Aktivitas	2,3	2
2.	Dukungan emosional	Empati	4,5	2
		Perhatian	6,7	2
		Simpati	8,9	2
3.	Dukungan informative	Nasehat atau saran	10,11,12	3
		Kritik	13,14	2
4.	Dukungan penghargaan	Motivasi	15,16	2
		Menumbuhkan percaya diri	17,18,19	3
Jumlah				19

## E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner tertutup. Kuisioner yang digunakan adalah kuisioner tipe pilihan yang meminta responden untuk memilih salah satu jawaban dari empat jawaban yang tersedia. Alternatif jawaban dalam angket ini ditetapkan skor yang diberikan untuk masing-masing pilihan dengan menggunakan modifikasi skala likert dengan menghilangkan alternatif jawaban netral. Penghilangan alternatif netral dilakukan agar responden dapat memberikan jawaban dengan mantap. Dengan demikian dalam penelitian ini responden dalam menjawab pertanyaan hanya empat opsi, yaitu: tidak pernah (TP), jarang (J), cukup sering (CS), dan sering (S) untuk indikator strategi *coping*. Dan empat opsi pilihan yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) untuk indikator dukungan keluarga. Masing-masing jawaban tersebut memiliki bobot skor sebagai berikut.

**Tabel 3. Bobot Skor**

### Strategi *Coping*

Jawaban	Skor
Sering	3
Cukup Sering	2
Jarang	1
Tidak Pernah	0

### Dukungan Keluarga

Jawaban	Skor
Sangat Setuju	3
Setuju	2
Tidak Setuju	1
Sangat Tidak Setuju	0

Adapun prosedur pengambilan datanya dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a) Peneliti melakukan perizinan dengan IBC (Inti Badminton Club) Kabupaten Klaten untuk melakukan penelitian.
- b) Setelah diizinkan peneliti menyebarkan kuisioner kepada sampel yang sudah ditentukan.
- c) Responden mengisi kuisioner yang diberikan peneliti.
- d) Peneliti mendapatkan kuisioner yang telah dijawab oleh responden.

## **F. Uji Coba Instrumen**

Uji coba instrumen digunakan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Uji coba instrumen dilakukan kepada 30 atlet yang masih termasuk ke dalam populasi penelitian tetapi tidak termasuk ke dalam sampel penelitian. Uji coba ini dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen yang dipakai sudah benar-benar baik atau belum.

### **1. Uji Validitas**

Sugiyono (2010: 168) menjelaskan, bahwa “instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data mengukur itu valid”. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Adapun rumus yang digunakan dalam pengujian ini adalah rumus korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Karl Pearson:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$	= koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y
$N$	= jumlah responden
$\sum X$	= jumlah skor X
$\sum Y$	= jumlah skor Y
$\sum XY$	= jumlah perkalian X dan Y
$\sum X^2$	= jumlah kuadrat X
$\sum Y^2$	= jumlah kuadrat Y

(Sugiyono, 2010: 255)

Mengingat dengan menggunakan korelasi *Product Moment* ini pengujian validitas instrumen masih ada pengaruh kotor dari butir, maka perlu dikoreksi dengan menggunakan korelasi bagian total (*Part Whole Corelation*) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SB_y)(SB_x)}{\sqrt{\{(SB_x^2) + (SB_y^2) - 2(r_{xy})(SB_x)(SB_y)\}}}$$

Keterangan:

$r_{bt}$	= koefisien korelasi bagian total
$r_{by}$	= koefisien korelasi moment tangkar yang baru dikerjakan
$SB_y$	= simpangan baku skor faktor
$SB_x$	= simpangan baku skor butir (Sutrisno Hadi, 2004:114).

Sugiyono (2010: 179), kriteria yang digunakan untuk mengetahui bahwa suatu pernyataan itu dinyatakan valid atau tidak valid yaitu jika  $r_{xy} \geq 0,30$  maka pernyataan tersebut dinyatakan valid, dan sebaliknya apabila  $r_{xy} < 0,30$  maka pernyataan tersebut dinyatakan tidak valid. Uji coba validitas ini menggunakan *SPSS versi 22.0*.

Adapun hasil uji validitas pada variabel dukungan keluarga disajikan sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Uji Validitas Dukungan Keluarga**

Butir	r hitung	r tabel	Keterangan
Butir 1	0,622	0,3	Valid
Butir 2	0,522	0,3	Valid
Butir 3	0,536	0,3	Valid
Butir 4	0,735	0,3	Valid
Butir 5	0,681	0,3	Valid
Butir 6	0,636	0,3	Valid
Butir 7	0,616	0,3	Valid
Butir 8	0,533	0,3	Valid
Butir 9	0,562	0,3	Valid
Butir 10	0,586	0,3	Valid
Butir 11	0,717	0,3	Valid
<b>Butir 12</b>	0,062	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 13	0,630	0,3	Valid
Butir 14	0,476	0,3	Valid
Butir 15	0,562	0,3	Valid
Butir 16	0,720	0,3	Valid
Butir 17	0,471	0,3	Valid
Butir 18	0,766	0,3	Valid
Butir 19	0,707	0,3	Valid

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan data di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada uji validitas diketahui tidak semua pertanyaan dalam kuesioner valid. Pertanyaan nomor 12 dinyatakan gugur karena  $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ . Butir pertanyaan yang gugur dikeluarkan/dibuang dan tidak digunakan dalam penelitian ini.

Adapun hasil uji validitas pada variabel strategi *coping* disajikan sebagai berikut:

**Tabel 5. Hasil Uji Validitas Strategi *Coping***

Butir	r hitung	r tabel	Keterangan
Butir 1	0,625	0,3	Valid
Butir 2	0,498	0,3	Valid
Butir 3	0,542	0,3	Valid
Butir 4	0,751	0,3	Valid
Butir 5	0,448	0,3	Valid
Butir 6	0,551	0,3	Valid

Butir 7	0,648	0,3	Valid
Butir 8	0,480	0,3	Valid
Butir 9	0,705	0,3	Valid
<b>Butir 10</b>	<b>0,274</b>	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 11	0,558	0,3	Valid
Butir 12	0,584	0,3	Valid
Butir 13	0,565	0,3	Valid
Butir 14	0,660	0,3	Valid
Butir 15	0,675	0,3	Valid
Butir 16	0,514	0,3	Valid
Butir 17	0,625	0,3	Valid
<b>Butir 18</b>	<b>0,077</b>	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 19	0,824	0,3	Valid
Butir 20	0,602	0,3	Valid
Butir 21	0,477	0,3	Valid
Butir 22	0,606	0,3	Valid
<b>Butir 23</b>	<b>0,211</b>	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 24	0,563	0,3	Valid
Butir 25	0,600	0,3	Valid
Butir 26	0,606	0,3	Valid
Butir 27	0,620	0,3	Valid
Butir 28	0,594	0,3	Valid
Butir 29	0,524	0,3	Valid
Butir 30	0,640	0,3	Valid
Butir 31	0,656	0,3	Valid
Butir 32	0,628	0,3	Valid
Butir 33	0,531	0,3	Valid
Butir 34	0,554	0,3	Valid
Butir 35	0,729	0,3	Valid
Butir 36	0,584	0,3	Valid
Butir 37	0,564	0,3	Valid
Butir 38	0,642	0,3	Valid
Butir 39	0,728	0,3	Valid
Butir 40	0,583	0,3	Valid
<b>Butir 41</b>	<b>0,033</b>	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 42	0,668	0,3	Valid
Butir 43	0,555	0,3	Valid
Butir 44	0,603	0,3	Valid
Butir 45	0,680	0,3	Valid
Butir 46	0,713	0,3	Valid
Butir 47	0,848	0,3	Valid
Butir 48	0,700	0,3	Valid
<b>Butir 49</b>	<b>0,219</b>	<b>0,3</b>	<b>Gugur</b>
Butir 50	0,615	0,3	Valid

Butir 51	0,649	0,3	Valid
Butir 52	0,584	0,3	Valid
Butir 53	0,548	0,3	Valid
Butir 54	0,707	0,3	Valid
Butir 55	0,628	0,3	Valid

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan data di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pada uji validitas diketahui tidak semua pertanyaan dalam kuesioner valid. Pertanyaan nomor 10, 18, 23, 41, 49, dinyatakan gugur karena  $r$  hitung <  $r$  tabel. Butir pertanyaan yang gugur dikeluarkan/dibuang dan tidak digunakan dalam penelitian ini.

## 2. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto (2013: 221), “reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik”. Dalam hal ini, reliabilitas dari alat pengukur diuji dengan menggunakan rumus *Cronbach Alpha*, yaitu:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$  = reliabilitas instrumen  
 $k$  = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal  
 $\sum \sigma_b^2$  = jumlah varians butir  
 $\sigma_t^2$  = varians total

(Arikunto, 2013: 239)

Apabila nilai  $r$  lebih dari 0,60 maka instrumen tersebut dikatakan reliabel. Namun sebaliknya, apabila kurang dari 0,60 maka instrumen tersebut tidak reliabel. Uji coba reliabilitas dihitung dengan menggunakan

koefisien *Alpha* dengan bantuan program *SPSS Versi 22.00*, dimana akan reliabel jika memenuhi nilai *Alpha Cronbach's*  $> 0,60$ .

Hasil uji reliabilitas disajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Nilai Cronbach Alpha	Keterangan	Intepretasi
Dukungan Keluarga	0,911	Reliabel	Tinggi
Strategi <i>Coping</i>	0,962	Reliabel	Tinggi

Sumber: Data Primer 2018

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa semua item pertanyaan dari empat variabel yang diteliti adalah reliabel karena mempunyai nilai *Cronbach Alpha*  $> 0,60$ .

## **G. Metode Analisis Data**

Data dari penelitian ini berupa data kuantitatif. Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu ingin mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantungnya, maka . Kuisisioner yang digunakan adalah kuisisioner tipe pilihan yang meminta responden untuk memilih salah satu jawaban dari empat jawaban yang tersedia. Alternatif jawaban dalam angket ini ditetapkan skor yang diberikan untuk masing-masing pilihan dengan menggunakan modifikasi skala likert dengan menghilangkan alternatif jawaban netral. Penghilangan alternatif netral dilakukan agar responden dapat memberikan jawaban dengan mantap.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Responden dalam penelitian ini yaitu atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang. Adapun hasil penelitian disajikan sebagai berikut:

##### **1. Analisis Deskriptif**

Deskripsi kategori variabel menggambarkan tanggapan responden mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Data hasil penelitian kemudian dikategorikan ke dalam empat kelompok yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Pengkategorian tersebut didasarkan pada nilai rerata dan simpangan baku pada masing-masing variabel penelitian. Hasil analisis deskriptif tersebut disajikan berikut ini:

##### **a. Dukungan Keluarga**

Variabel dukungan keluarga diukur dengan menggunakan angket yang terdiri dari 18 butir pernyataan yang diberikan kepada 50 atlet. Penilaian ini menggunakan model skala *likert* dengan empat alternatif jawaban. Dari jawaban responden diperoleh skor yang kemudian dianalisis menggunakan *SPSS Statistics 22.0 for Windows* sehingga diperoleh nilai minimal sebesar 47,00; nilai maksimal sebesar 69,00;

*mean* sebesar 55,60; *median* sebesar 55,00; *mode* sebesar 53,00; dan standar deviasi sebesar 5,18239.

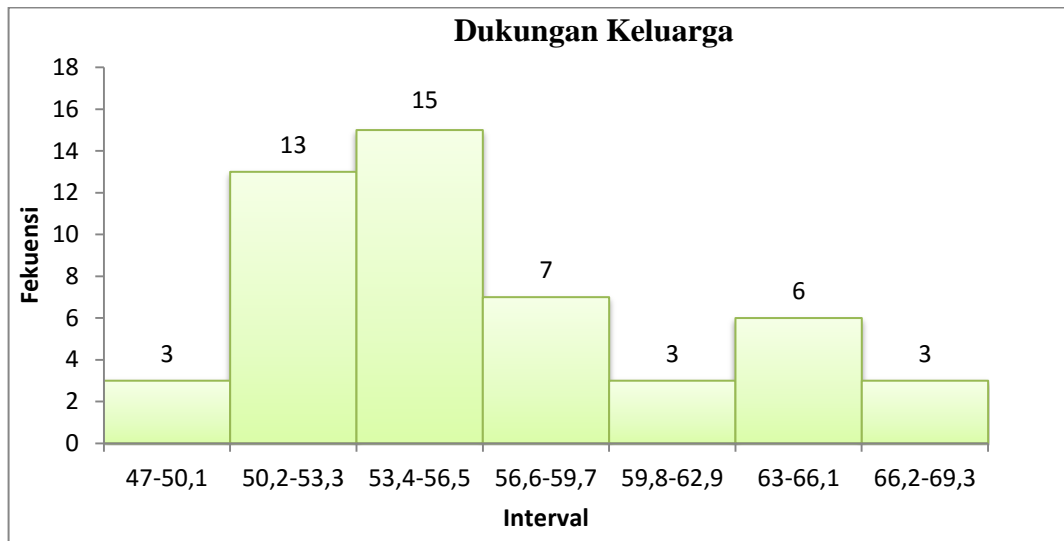
Penentuan jumlah kelas interval menggunakan rumus yaitu  $\text{jumlah kelas} = 1 + 3,3 \log n$ , dimana  $n$  adalah jumlah sampel atau responden. Dari perhitungan diketahui bahwa  $n = 50$ ; sehingga diperoleh banyak kelas  $1 + 3.3 \log 50 = 6,6$  dibulatkan menjadi 7 kelas interval. Rentang data dihitung dengan rumus nilai maksimal – nilai minimal, sehingga diperoleh rentang data sebesar  $69-47 = 22$ . Sedangkan panjang kelas  $(\text{rentang})/K = (22)/7 = 3,1$ . Distribusi frekuensi variabel dukungan keluarga disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Variabel Dukungan Keluarga

No.	Interval	F	%
1	66,2-69,3	3	6,0%
2	63,0-66,1	6	12,0%
3	59,8-62,9	3	6,0%
4	56,6-59,7	7	14,0%
5	53,4-56,5	15	30,0%
6	50,2-53,3	13	26,0%
7	47,0-50,1	3	6,0%
Jumlah		50	100,0%

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel dukungan keluarga di atas dapat digambarkan diagram batang sebagai berikut:



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diketahui bahwa mayoritas data frekuensi variabel dukungan keluarga terletak pada interval 53,4-56,5 sebanyak 15 atlet (30,0%) dan paling sedikit terletak pada interval 47,0-50,1; 59,8-62,9; dan 66,2-69,3; masing-masing sebanyak 3 atlet (6,0%).

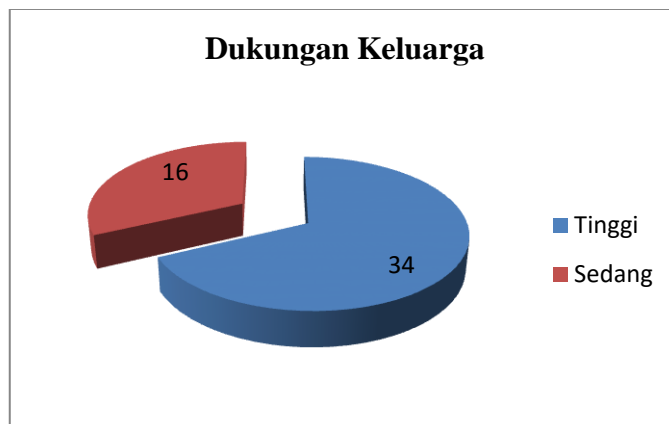
Penentuan kecenderungan variabel dukungan keluarga, menggunakan nilai mean ideal dan standar deviasi ideal. Hasil perhitungan diperoleh skor tertinggi sebesar 72 dari skor tertinggi yang mungkin dicapai sebesar  $(4 \times 18) = 72$  dan skor terendah adalah sebesar 18 dari skor terendah yang mungkin dicapai  $(1 \times 18) = 18$ . Berdasarkan acuan norma di atas, mean ideal variabel dukungan keluarga adalah 45; dan standar deviasi ideal adalah 9. Berdasarkan dukungan keluarga skor ideal tersebut dapat dikategorikan menjadi tiga kategori sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Kategorisasi Variabel Dukungan Keluarga

No.	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 54,00$	34	68,0	Tinggi
2	$36,00 \leq X < 54,00$	16	32,0	Sedang
3	$X < 36,00$	0	0,0	Rendah
<b>Total</b>		50	100,0	

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan perhitungan di atas dapat digambarkan seperti berikut:



Gambar 2. Dukungan Keluarga

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui bahwa responden dengan dukungan keluarga pada kategori tinggi sebanyak 34 atlet (68,0%), responden dengan dukungan keluarga pada kategori sedang sebanyak 16 atlet (32,0%), dan tidak ada responden dengan dukungan keluarga pada kategori rendah (0,0%). Dapat disimpulkan bahwa

mayoritas responden dengan dukungan keluarga pada kategori tinggi (68,0%).

#### **b. Strategi Coping**

Variabel strategi *coping* diukur dengan menggunakan angket yang terdiri dari 50 butir pernyataan yang diberikan kepada 50 atlet. Penilaian ini menggunakan model skala *likert* dengan empat alternatif jawaban. Dari jawaban responden diperoleh skor yang kemudian dianalisis menggunakan *SPSS Statistics 22.0 for Windows* sehingga diperoleh nilai minimal sebesar 122,00; nilai maksimal sebesar 162,00; *mean* sebesar 143,52; *median* sebesar 143,00; *mode* sebesar 138,00; dan standar deviasi sebesar 11,18899.

Penentuan jumlah kelas interval menggunakan rumus yaitu  $\text{jumlah kelas} = 1 + 3,3 \log n$ , dimana  $n$  adalah jumlah sampel atau responden. Dari perhitungan diketahui bahwa  $n = 50$ ; sehingga diperoleh banyak kelas  $1 + 3.3 \log 50 = 6,6$  dibulatkan menjadi 7 kelas interval. Rentang data dihitung dengan rumus nilai maksimal – nilai minimal, sehingga diperoleh rentang data sebesar  $162 - 122 = 43$ . Sedangkan panjang kelas  $(\text{rentang})/K = (40)/7 = 5,7$ . Distribusi frekuensi variabel strategi *coping* disajikan pada tabel berikut ini:

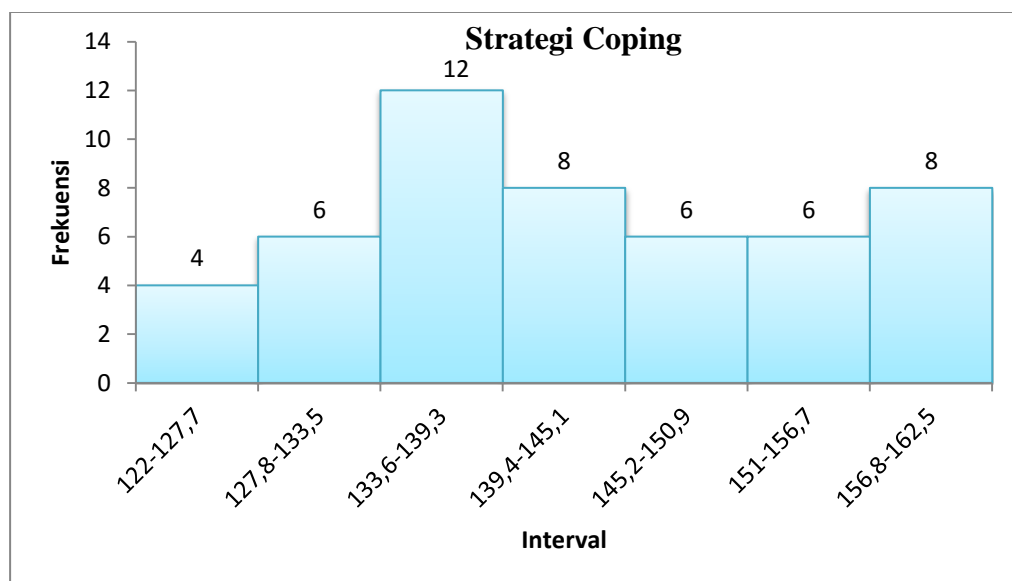
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Variabel Strategi *Coping*

No.	Interval	F	%
1	156,8-162,5	8	16,0%
2	151,0-156,7	6	12,0%

3	145,2-150,9	6	12,0%
4	139,4-145,1	8	16,0%
5	133,6-139,3	12	24,0%
6	127,8-133,5	6	12,0%
7	122,0-127,7	4	8,0%
Jumlah		50	100,0%

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan distribusi frekuensi variabel strategi *coping* di atas dapat digambarkan diagram batang sebagai berikut:



Gambar 3. Distribusi Frekuensi Strategi *Coping*

Berdasarkan tabel dan gambar di atas, diketahui bahwa mayoritas data frekuensi variabel strategi *coping* terletak pada interval 133,6-139,3 sebanyak 12 atlet (24,0%) dan paling sedikit terletak pada interval 122,0-127,7 sebanyak 4 atlet (8,0%).

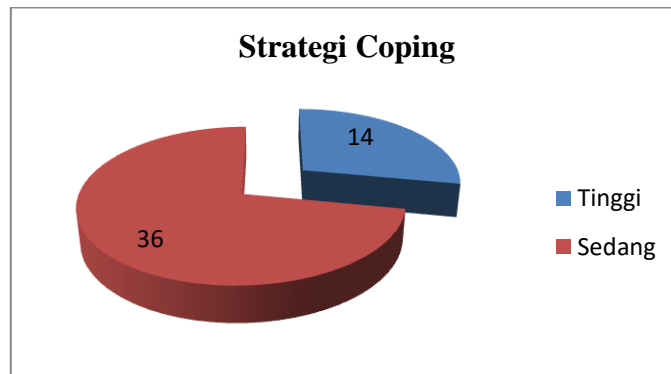
Penentuan kecenderungan variabel strategi *coping*, menggunakan nilai mean ideal dan standar deviasi ideal. Hasil perhitungan diperoleh skor tertinggi sebesar 200 dari skor tertinggi yang mungkin dicapai sebesar  $(4 \times 50) = 200$  dan skor terendah adalah sebesar 50 dari skor terendah yang mungkin dicapai  $(1 \times 50) = 50$ . Berdasarkan acuan norma di atas, mean ideal variabel strategi *coping* adalah 125; dan standar deviasi ideal adalah 25. Berdasarkan strategi *coping* skor ideal tersebut dapat dikategorikan menjadi tiga kategori sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Kategorisasi Variabel Strategi *Coping*

No.	Kelas Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$X \geq 150$	14	28,0	Tinggi
2	$100 \leq X < 150$	36	72,0	Sedang
3	$X < 100$	0	0,0	Rendah
<b>Total</b>		50	100,0	

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan perhitungan di atas dapat digambarkan seperti berikut:



Gambar 4. Strategi *Coping*

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui bahwa responden dengan strategi *coping* pada kategori tinggi sebanyak 14 atlet (28,0%), responden dengan strategi *coping* pada sedang sebanyak 36 atlet (72,0%), dan responden dengan strategi *coping* pada kategori rendah (0,0%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dengan strategi *coping* pada kategori sedang (72,0%).

## 2. Uji Prasyarat Analisis

Pengujian prasyarat analisis dilakukan sebelum melakukan analisis korelasi *product moment*. Prasyarat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linieritas menggunakan bantuan komputer program *SPSS 22.00 for Windows*. Hasil uji prasyarat analisis disajikan berikut ini.

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah semua variabel penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian



normalitas menggunakan teknik analisis *Kolmogorov-Smirnov* dan untuk perhitungannya menggunakan program *SPSS 22.00 for Windows*. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Hasil uji normalitas untuk masing-masing variabel dan variabel penelitian disajikan berikut ini.

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Dukungan Keluarga	0,127	Normal
Strategi <i>Coping</i>	0,717	Normal

Sumber: Data Primer 2018

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa semua variabel dan variabel penelitian mempunyai nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 pada ( $\text{sig} > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa semua data variabel penelitian berdistribusi normal.

## 2. Uji Linieritas

Tujuan uji linieritas adalah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat linier atau tidak. Kriteria pengujian linieritas adalah jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat adalah linier. Hasil rangkuman uji linieritas disajikan berikut ini:

Tabel 12. Hasil Uji Linieritas

Variabel	F hitung	F tabel	Sig.	Ket.
----------	----------	---------	------	------

Dukungan Keluarga	1,064	1,964	0,426	Linier
-------------------	-------	-------	-------	--------

Sumber : Data Primer 2018

Hasil uji linieritas pada tabel di atas dapat diketahui bahwa semua variabel memiliki nilai  $F_{hitung} < F_{tabel}$  dan nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 ( $sig > 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa semua variabel penelitian adalah linier.

### 3. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson*. Dasar pengambilan keputusan menggunakan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ). Jika koefisien korelasi bernilai positif, maka dapat dilihat adanya hubungan yang positif antara variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan untuk menguji signifikansi adalah dengan membandingkan nilai  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5%. Jika nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  maka hubungan tersebut signifikan. Sebaliknya jika nilai  $r_{hitung}$  lebih kecil dari  $r_{tabel}$  maka hubungan tersebut tidak signifikan. Selain itu, dapat pula dilihat dari nilai signifikansinya, apabila nilai signifikansi yang dihasilkan kurang dari 0,05; maka hubungan tersebut signifikan. Hasil uji korelasi *product moment* disajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 13. Ringkasan Hasil Korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson***

Variabel	$R_{hitung}$	$R_{tabel}$	Sig.	Kesimpulan
Dukungan Keluarga	0,634	0,279	0,000	Signifikan

dengan Strategi <i>Coping</i>				
-------------------------------	--	--	--	--

Sumber: Data Primer Diolah, 2018

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai  $r_{hitung}$  sebesar 0,634; jika dibandingkan dengan  $r_{tabel}$  pada tingkat signifikansi 0,05, yaitu sebesar 0,279; maka  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$  ( $0,634 > 0,279$ ). Nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih besar dari 0,05 dan nilai koefisien korelasi dengan arah positif sebesar 0,634 yang menunjukkan adanya hubungan positif. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis tersebut dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping*, maka hipotesis yang menyatakan “Ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis”, **diterima**.

#### 4. Koefisien Determinasi ( $R^2$ )

Koefisien determinasi merupakan suatu alat untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Besarnya koefisien determinasi berkisar antara angka 0 sampai dengan 1, besar koefisien determinasi mendekati angka 1, maka semakin besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil uji koefisien determinasi disajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 14. Hasil Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,634 <sup>a</sup>	,402	,390	8,74243

a. Predictors: (Constant), Dukungan\_Keluarga

Sumber: Data Primer Diolah, 2018

Hasil uji  $R^2$  pada penelitian ini diperoleh nilai sebesar 0,402. Hal ini menunjukkan bahwa strategi *coping* dipengaruhi oleh variabel dukungan keluarga sebesar 40,2%, sedangkan sisanya sebesar 59,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping*. Hal ini dibuktikan dari nilai  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$  ( $0,634 > 0,279$ ) dan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian, penelitian ini berhasil membuktikan hipotesis yang menyatakan bahwa “Ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis”.

Strategi *coping* adalah perubahan kognitif dan perilaku yang berlangsung terus-menerus untuk menghadapi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu. Strategi *coping* pada atlet bulutangkis yaitu suatu cara atau metode yang dilakukan oleh atlet bulutangkis untuk mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dipandang sebagai hambatan dan tekanan yang bersifat menyakitkan, serta yang merupakan ancaman yang bersifat merugikan dan akan berpengaruh pada *performance* atlet.

Tekanan-tekanan yang didapatkan dari atlet dapat diperoleh dari tekanan dari penonton, tekanan dan tuntutan dari pelatih dan anggota keluarga sehingga membuat atlet merasa tertekan dengan tekanan-tekanan yang didapatkannya. Pada saat atlet mengalami tekanan atau stres akan mengembangkan suatu strategi penanggulangan stress yang disebut strategi *coping*. Stres merupakan aspek yang tidak terpisahkan dalam kompetisi olahraga. Permasalahan-permasalahan psikologis yang timbul pada diri atlet tentunya akan berpengaruh negatif pada kondisi atlet bila tidak dikelola dengan baik dan benar. Dalam menghadapi suatu tekanan, gangguan dan kesulitan dari luar maupun dari dalam diri individu, atlet perlu mengembangkan keterampilan strategi memecahkan masalah atau strategi *coping*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi strategi *coping* adalah dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial adalah dari anggota keluarga. Suatu tingkah laku yang ditampilkan oleh seorang atlet juga dipengaruhi oleh latar belakang keluarga serta lingkungan sosial tempat tinggalnya. Anggota keluarga merupakan salah satu orang terdekat bagi seorang atlet, sehingga memperoleh dukungan dari anggota keluarga sangat penting bagi atlet. Dukungan keluarga sendiri sesuai pendapat Thompson (2006: 214) bahwa pemberian bantuan yang merupakan suatu kewajiban untuk membantu anggota keluarga yang mengalami suatu masalah yang bersifat sukarela dan sosial. Dukungan keluarga ini sangat penting dan sangat dibutuhkan oleh seorang atlet khususnya atlet yang masih berusia remaja.

Dukungan keluarga terutama orang tua sangat diperlukan karena dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap psikologis individu. Dalam hal ini komunikasi sangat diperlukan oleh individu dan keluarga dalam membantu individu pada strategi *coping* yang baik sehingga dapat melakukan *performance* yang memuaskan. Dukungan-dukkungan yang dapat diperoleh dari anggota keluarga dapat berupa dukungan dukungan dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan konkrit, dan dukungan informatif.

Dukungan *emotional*/empati merupakan bentuk dukungan keluarga berupa kepedulian dan perhatian yang diberikan kepada atlet bulutangkis. Dukungan ini seperti mendengarkan saat atlet berbicara dan cerita tentang kejadian-kejadian saat pertandingan, kesulitan-kesulitan yang dialami saat pertandingan maupun kelemahan apa saja yang dialami saat pertandingan berlangsung sehingga membuat atlet merasa lebih baik. Dukungan ini melibatkan ekspresi, rasa empati dan perhatian terhadap atlet sehingga membuatnya merasa lebih baik, memperoleh kembali keyakinannya, merasa dimiliki dan dicintai pada saat mengalami kesulitan tekanan atau stres. Keluarga berfungsi sebagai sumber cinta, pengakuan, penghargaan dan memberi dukungan kepada atlet. Perlakuan dari keluarga tersebut membantu seorang atlet bulutangkis yang mengalami tekanan atau stres dalam strategi *coping* apa yang di lakukannya.

Dukungan penghargaan terjadi melalui ekspresi berupa sambutan yang positif yang diberikan pada atlet bulutangkis seperti memberikan tepuk tangan, senyuman dan pujian atas penampilannya walaupun atlet mengalami

kegagalan dalam meraih juara. Selain itu anggota keluarga menerima masukan, dorongan atau pernyataan setuju terhadap ide-ide yang diberikan oleh atlet untuk menyelesaikan dan memperbaiki kekurangan atau kesalahan yang telah dilakukan untuk bisa menjadi lebih baik. Dukungan penghargaan lebih melibatkan adanya penilaian positif dari orang lain terhadap individu. Atlet berusaha menyelesaikan masalah dan tekanan yang dihadapinya dengan mengungkapkan solusi atau ide-idenya. Bentuk dukungan penghargaan ini muncul dari pengakuan dan penghargaan terhadap kemampuan dan prestasi yang telah dicapai oleh atlet bulutangkis.

Dukungan konkrit dimana dukungan dari anggota keluarga yang berupa bantuan langsung, seperti membelikan raket, *shuttle-cock*, sepatu dan peralatan bulutangkis lainnya yang dapat membantu atlet saat mengalami tekanan atau stres. Atau memberikan dukungan dalam bentuk tenaga untuk atlet seperti mengantarkan atau membantu atlet saat akan berlatih untuk kesiapan pertandingan. Dukungan ini memperlihatkan dukungan dari keluarga dalam bentuk upaya nyata terhadap masalah atau tekanan yang dihadapi oleh atlet bulutangkis sehingga membantu dalam melakukan strategi *coping*. Dukungan ini bentuk dukungan yang memberikan bantuan tenaga, dana, maupun menyediakan waktu untuk melayani dan mendengarkan segala keluhan yang dirasakan oleh atlet bulutangkis.

Dukungan informasi, berupa pemberian saran atau umpan balik pada atlet bulutangkis terkait dengan penampilan yang telah dilakukannya, misalnya ketika seseorang atlet bulutangkis saat melakukan pertandingan mengalami

kegagalan, dia akan menerima saran dan umpan balik tentang kesalahan dan kekurangannya. Dan dari saran yang didapatkannya, atlet akan tahu apa yang harus dilakukannya agar tidak mengulangi kesalahan yang dilakukannya. Dukungan informasi keluarga ini merupakan suatu dukungan atau bantuan yang diberikan keluarga kepada atlet bulutangkis dalam bentuk memberikan saran atau masukan, nasehat atau arahan, dan memberikan informasi-informasi penting yang dibutuhkan oleh atlet bulutangkis. Dukungan ini menyatakan dukungan keluarga yang diberikan bisa membantu atlet bulutangkis dalam mengambil keputusan dan menolong atlet bulutangkis dalam penampilannya dilapangan.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

1. Penelitian ini dapat berjalan dengan jalan lancar, tetapi masih ada beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pada penelitian ini, keberhasilan penelitian terbatas pada populasi yang telah ditentukan, yaitu atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten. Dengan kata lain, variabel dukungan keluarga belum tentu berhubungan dengan strategi *coping* untuk populasi lain. Oleh karena itu, perlu adanya penelitian sejenis dengan populasi yang lebih luas agar lebih teruji konsistensi hasil penelitian sekarang.
2. Penelitian ini hanya meneliti hubungan dukungan keluarga dengan strategi *coping*, akan semakin mendalam lagi jika ada faktor lain yang dapat



mempengaruhi strategi *coping*, misalnya: *imagery skill* dan dukungan praktis.

## **LAMPIRAN**

**Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian**



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 09.33/UN.34.16/PP/2018.

24 September 2018.

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Kepada Yth.

Ketua Pelatih Inti Badminton Club (IBC)


Jln. HOS. Cokroaminoto No. 1 Kabupaten Klaten.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka uji coba penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Gatot Agung Syah Putra  
NIM : 13603144001  
Program Studi : IKOR.  
Dosen Pembimbing : Dr. Sigit Nugroho, M.Or.  
NIP : 198009242006041001  
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : 16 s/d 20 Juli 2018  
Tempat : Inti Badminton Club (IBC).  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Strategi Coping pada Atlet Bulutangkis.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi IKOR.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 09.34/UN.34.16/PP/2018.

24 September 2018.

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.


Ketua Pelatih Inti Badminton Club (IBC)

Jln. HOS. Cokroaminoto No. 1 Kabupaten Klaten.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Gatot Agung Syah Putra  
NIM : 13603144001  
Program Studi : IKOR.  
Dosen Pembimbing : Dr. Sigit Nugroho, M.Or.  
NIP : 198009242006041001  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : 1 s/d 5 Oktober 2018  
Tempat : Inti Badminton Club (IBC).  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Strategi Coping pada Atlet Bulutangkis.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan,  
  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi IKOR.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.











#### **Lampiran 4. Angket Uji Coba Penelitian**



**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Saudari yang terhormat,

Di tengah kesibukan Anda sekalian perkenankanlah saya menyita waktu Anda untuk mengisi kuesioner berikut ini. Kuesioner ini diedarkan untuk kepentingan penelitian tugas akhir saya di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Semua jawaban tidak ada yang salah/benar dan tidak ada kaitannya dengan kebijakan apapun, karena penelitian ini merupakan penelitian murni dalam ilmu pengetahuan. Untuk itu semua jawaban dan identitas yang Anda berikan dijamin penuh kerahasiannya sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah. Oleh karena itu, sangat diharapkan Anda menjawab semua pernyataan dalam kuesioner ini. Atas perhatian Anda saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Peneliti

Gatot Agung Syah Putra

Setelah membaca dan memahami hal tersebut di atas, maka saya :

Nama / inisial :

Usia :

Jenis Kelamin \* : 1. Laki-laki

2. Perempuan

Menyatakan bersedia untuk mengisi kuesioner ini dengan sukarela dan penuh kesadaran akan memberikan informasi yang diperlukan dalam penelitian ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Klaten, Juli 2018

Responden

( )

**CATATAN:**

**\* Lingkarilah pilihan Anda**

### **Petunjuk Pengisian Kuesioner**

#### **Skala I**

Silahkan baca setiap pernyataan dengan teliti. Tentukan pilihan jawaban yang mendeskripsikan tentang diri anda. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia berdasarkan penilaian anda terhadap diri sendiri.

Pilihan angka 0 apabila anda Tidak Pernah (TP)

Pilihan angka 1 apabila anda Jarang (J)

Pilihan angka 2 apabila anda Cukup Sering (CS)

Pilihan angka 3 apabila anda Sering (S)

<b>NO</b>	<b>PERNYATAAN</b>	<b>TP</b>	<b>J</b>	<b>CS</b>	<b>S</b>
1.	Saya berusaha untuk menyelesaikan persoalan walaupun mungkin tidak memberikan hasil.				
2.	Saya berusaha membuat seseorang bertanggung jawab terhadap masalah yang ada.				
3.	Saya mengungkapkan amarah pada orang yang menyebabkan timbulnya rasa marah.				
4.	Saya selalu memperlihatkan perasaan apa adanya				
5.	Saya memanfaatkan peluang walaupun mempunyai resiko yang tinggi.				
6.	Saya berpegang pada pendirian dan berjuang untuk hal yang dikehendaki.				
7.	Saya selalu berfokus pada kegiatan yang akan saya lakukan selanjutnya.				

8.	Saya memikirkan dulu segala sesuatunya sebelum melakukan suatu tindakan				
9.	Saya membuat rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.				
10.	Saya mengubah sesuatu sehingga segalanya menjadi lebih baik.				
11.	Saya belajar dari pengalaman masa lalu, pada saat berada pada situasi yang serupa.				
12.	Saya berusaha mewujudkan sesuatu yang direncanakan.				
13.	Saya rasa waktu akan merubah segalanya, dan yang bisa saya lakukan dengan menunggu.				
14.	Saya menganggap semua itu sebagai takdir, saya merasa nasib saya buruk.				
15.	Jalani terus seolah-olah tidak terjadi apa-apa.				
16.	Saya berusaha membuat situasi menjadi lebih ringan.				
17.	Saya mencoba untuk melihat segala sesuatu dari kelebihan dan kekurangannya.				
18.	Saya berusaha untuk berlapang dada dalam menghadapi masalah.				
19.	Saya mencoba untuk memendam perasaan saya.				
20.	Saya menasehati diri saya sendiri untuk membuat saya merasa lebih baik.				

21.	Saya mencoba untuk tidak bertindak tergesa-gesa dalam mengikuti pikiran saya.				
22.	Saya tetap mengendalikan diri dan berusaha agar melebihi orang lain.				
23.	Saya menjaga agar supaya orang tidak tahu mengenai masalah yang terjadi.				
24.	Saya berusaha menjaga perasaan, jangan sampai terganggu orang lain.				
25.	Saya berpikir sesuai dengan yang saya katakan dan lakukan.				
26.	Saya berpikir tentang seseorang yang bisa mengatasi suatu keadaan dan mencoba menirunya.				
27.	Saya mencurahkan perasaan pada seseorang agar bisa mengatasi masalah.				
28.	Saya mengharap simpati dan perhatian dari orang lain.				
29.	Saya memerlukan bantuan dari tenaga professional.				
30.	Saya berbicara kepada orang lain untuk melakukan tindakan dalam mengatasi masalah.				
31.	Saya meminta nasehat dari teman atau rekan.				
32.	Saya berbicarakan kepada orang lain tentang apa yang saya rasakan.				
33.	Saya berusaha menganalisa be masalah untuk membuat keadaan lebih baik.				

34.	Saya berjanji untuk mengambil hal yang positif dari situasi yang dialami.				
35.	Saya melakukan introspeksi terhadap diri sendiri.				
36.	Saya meminta maaf untuk memperbaiki kesalahan yang saya lakukan.				
37.	Saya menyadari bahwa tindakan saya yang menimbulkan masalah.				
38.	Saya berjanji tidak akan mengulangi permasalahan yang saya buat.				
39.	Saya siapkan diri saya terhadap resiko yang akan saya alami.				
40.	Saya beralih pada aktivitas lain yang menyenangkan.				
41.	Saya mengharapkan akan terjadi suatu keajaiban.				
42.	Saya mencoba untuk melupakan segala sesuatunya.				
43.	Saya melupakan masalah yang saya hadapi dengan istirahat dan rekreasi.				
44.	Saya membuat perasaan lebih tenang dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan, meditasi dan tindakan sejenisnya.				
45.	Saya menghindar dari kumpulan orang banyak.				
46.	Saya menimpakan masalah tersebut kepada orang lain.				

47.	Saya menyangkal bahwa hal itu telah terjadi.				
48.	Saya berharap keadaan akan berlalu dan selesai dengan sendirinya.				
49.	Saya berfikir untuk menyelesaikan masalah yang terjadi.				
50.	Saya mencoba melihat sisi baik dari persoalan.				
51.	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu hal yang kreatif.				
52.	Saya melakukan sesuatu hal sebaik mungkin sesuai dengan yang saya inginkan.				
53.	Saya merasa mendapatkan pengalaman hidup setelah menyelesaikan masalah.				
54.	Saya merenungkan hal yang baik dalam kehidupan saya.				
55.	Saya giat beribadah dan berdoa setiap terjadi masalah.				

### **Petunjuk Pengisian Kuesioner**

#### **Skala II**

Silahkan baca setiap pernyataan dengan teliti. Tentukan pilihan jawaban yang mendeskripsikan tentang diri anda. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia berdasarkan penilaian anda terhadap diri sendiri.

Pilihan angka 0 apabila anda Sangat Tidak Setuju (STS)

Pilihan angka 1 apabila anda Tidak Setuju (TS)

Pilihan angka 2 apabila anda Setuju (S)

Pilihan angka 3 apabila anda Sangat Setuju (SS)

<b>NO</b>	<b>PERNYATAAN</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
1.	Keluarga selalu membantu biaya kebutuhan sehari-hari.				
2.	Keluraga datang untuk menyaksikan dan mendukung saat pertandingan.				
3.	Keluarga sering membantu dalam berlatih.				
4.	Ketika mengalami kekalahan dalam pertandingan, keluarga ikut merasa sedih.				
5.	Keluarga tetap menyemangati ketika mengalami kekalahan.				
6.	Keluarga selalu mengantarkan setiap pergi berlatih.				
7.	Keluarga selalu mendengarkan keluhan saat latihan atau bertanding.				
8.	Keluarga sering memberikan simpati ketika				



	mengalami kekalahan.				
9.	Keluarga suka menghibur ketika mengalami kekalahan.				
10.	Keluarga memberikan nasehat agar menjaga kesehatan dengan baik.				
11.	Keluarga selalu memberikan masukan dan nasehat untuk menambah semangat.				
12.	Keluarga sering memberikan saran-saran yang baik bagi prestasi olahraga.				
13.	Keluarga selalu memberitahu kekurangan pada saat bertanding				
14.	Keluarga selalu menegur jika tidak berlatih.				
15.	Keluarga selalu mendukung kegiatan latihan dengan baik.				
16.	Keluarga selalu memberikan dorongan agar tidak putus asa ketika mengalami kekalahan.				
17.	Keluarga selalu menyakinkan dalam setiap pertandingan untuk bisa menjadi juara.				
18.	Keluarga selalu tetap mendampingi ketika mengalami kekalahan.				
19.	Keluarga menyaksikan pertandingan untuk menambah rasa percaya diri.				

## **Lampiran 5. Angket Penelitian**



**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Saudari yang terhormat,

Di tengah kesibukan Anda sekalian perkenankanlah saya menyita waktu Anda untuk mengisi kuesioner berikut ini. Kuesioner ini diedarkan untuk kepentingan penelitian tugas akhir saya di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Semua jawaban tidak ada yang salah/benar dan tidak ada kaitannya dengan kebijakan apapun, karena penelitian ini merupakan penelitian murni dalam ilmu pengetahuan. Untuk itu semua jawaban dan identitas yang Anda berikan dijamin penuh kerahasiannya sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah. Oleh karena itu, sangat diharapkan Anda menjawab semua pernyataan dalam kuesioner ini. Atas perhatian Anda saya ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarokatuh

Peneliti

Gatot Agung Syah Putra

Setelah membaca dan memahami hal tersebut di atas, maka saya :

Nama / inisial :

Usia :

Jenis Kelamin \* : 1. Laki-laki

2. Perempuan

Menyatakan bersedia untuk mengisi kuesioner ini dengan sukarela dan penuh kesadaran akan memberikan informasi yang diperlukan dalam penelitian ini sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Klaten, Juli 2018

Responden

( )

**CATATAN:**

**\* Lingkarilah pilihan Anda**

## Petunjuk Pengisian Kuesioner

### Skala I

Silahkan baca setiap pernyataan dengan teliti. Tentukan pilihan jawaban yang mendeskripsikan tentang diri anda. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia berdasarkan penilaian anda terhadap diri sendiri.

Pilihan angka 0 apabila anda Tidak Pernah (TP)

Pilihan angka 1 apabila anda Jarang (J)

Pilihan angka 2 apabila anda Cukup Sering (CS)

Pilihan angka 3 apabila anda Sering (S)

NO	PERNYATAAN	TP	J	CS	S
1.	Saya berusaha untuk menyelesaikan persoalan walaupun mungkin tidak memberikan hasil.				
2.	Saya berusaha membuat seseorang bertanggung jawab terhadap masalah yang ada.				
3.	Saya mengungkapkan amarah pada orang yang menyebabkan timbulnya rasa marah.				
4.	Saya selalu memperlihatkan perasaan apa adanya				
5.	Saya memanfaatkan peluang walaupun mempunyai resiko yang tinggi.				
6.	Saya berpegang pada pendirian dan berjuang untuk hal yang dikehendaki.				

7.	Saya selalu berfokus pada kegiatan yang akan saya lakukan selanjutnya.				
8.	Saya memikirkan dulu segala sesuatunya sebelum melakukan suatu tindakan				
9.	Saya membuat rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.				
10.	Saya belajar dari pengalaman masa lalu, pada saat berada pada situasi yang serupa.				
11.	Saya berusaha mewujudkan sesuatu yang direncanakan.				
12.	Saya rasa waktu akan merubah segalanya, dan yang bisa saya lakukan dengan menunggu.				
13.	Saya menganggap semua itu sebagai takdir, saya merasa nasib saya buruk.				
14.	Jalani terus seolah-olah tidak terjadi apa-apa.				
15.	Saya berusaha membuat situasi menjadi lebih ringan.				
16.	Saya mencoba untuk melihat segala sesuatu dari kelebihan dan kekurangannya.				
17.	Saya mencoba untuk memendam perasaan saya.				
18.	Saya menasehati diri saya sendiri untuk membuat saya merasa lebih baik.				

19.	Saya mencoba untuk tidak bertindak tergesa-gesa dalam mengikuti pikiran saya.				
20.	Saya tetap mengendalikan diri dan berusaha agar melebihi orang lain.				
21.	Saya berusaha menjaga perasaan, jangan sampai terganggu orang lain.				
22.	Saya berpikir sesuai dengan yang saya katakan dan lakukan.				
23.	Saya berpikir tentang seseorang yang bisa mengatasi suatu keadaan dan mencoba menirunya.				
24.	Saya mencurahkan perasaan pada seseorang agar bisa mengatasi masalah.				
25.	Saya mengharap simpati dan perhatian dari orang lain.				
26.	Saya memerlukan bantuan dari tenaga profesional.				
27.	Saya berbicara kepada orang lain untuk melakukan tindakan dalam mengatasi masalah.				
28.	Saya meminta nasehat dari teman atau rekan.				
29.	Saya berbicaraan kepada orang lain tentang apa yang saya rasakan.				
30.	Saya berusaha menganalisa be masalah				

	untuk membuat keadaan lebih baik.				
31.	Saya berjanji untuk mengambil hal yang positif dari situasi yang dialami.				
32.	Saya melakukan intropeksi terhadap diri sendiri.				
33.	Saya meminta maaf untuk memperbaiki kesalahan yang saya lakukan.				
34.	Saya menyadari bahwa tindakan saya yang menimbulkan masalah.				
35.	Saya berjanji tidak akan mengulangi permasalahan yang saya buat.				
36.	Saya siapkan diri saya terhadap resiko yang akan saya alami.				
37.	Saya beralih pada aktivitas lain yang menyenangkan.				
38.	Saya mencoba untuk melupakan segala sesuatunya.				
39.	Saya melupakan masalah yang saya hadapi dengan istirahat dan rekreasi.				
40.	Saya membuat perasaan lebih tenang dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan, meditasi dan tindakan sejenisnya.				
41	Saya menghindar dari kumpulan orang				

	banyak.				
42.	Saya menimpakan masalah tersebut kepada orang lain.				
43.	Saya menyangkal bahwa hal itu telah terjadi.				
44.	Saya berharap keadaan akan berlalu dan selesai dengan sendirinya.				
45.	Saya mencoba melihat sisi baik dari persoalan.				
46.	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu hal yang kreatif.				
47.	Saya melakukan sesuatu hal sebaik mungkin sesuai dengan yang saya inginkan.				
48.	Saya merasa mendapatkan pengalaman hidup setelah menyelesaikan masalah.				
49.	Saya merenungkan hal yang baik dalam kehidupan saya.				
50.	Saya giat beribadah dan berdoa setiap terjadi masalah.				



### **Petunjuk Pengisian Kuesioner**

#### **Skala II**

Silahkan baca setiap pernyataan dengan teliti. Tentukan pilihan jawaban yang mendeskripsikan tentang diri anda. Berilah tanda silang (X) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia berdasarkan penilaian anda terhadap diri sendiri.

Pilihan angka 0 apabila anda Sangat Tidak Setuju (STS)

Pilihan angka 1 apabila anda Tidak Setuju (TS)

Pilihan angka 2 apabila anda Setuju (S)

Pilihan angka 3 apabila anda Sangat Setuju (SS)

<b>NO</b>	<b>PERNYATAAN</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
1.	Keluarga selalu membantu biaya kebutuhan sehari-hari.				
2.	Keluarga datang untuk menyaksikan dan mendukung saat pertandingan.				
3.	Keluarga sering membantu dalam berlatih.				
4.	Ketika mengalami kekalahan dalam pertandingan, keluarga ikut merasa sedih.				
5.	Keluarga tetap menyemangati ketika mengalami kekalahan.				
6.	Keluarga selalu mengantarkan setiap pergi berlatih.				
7.	Keluarga selalu mendengarkan keluhan saat latihan atau bertanding.				

8.	Keluarga sering memberikan simpati ketika mengalami kekalahan.				
9.	Keluarga suka menghibur ketika mengalami kekalahan.				
10.	Keluarga memberikan nasehat agar menjaga kesehatan dengan baik.				
11.	Keluarga selalu memberikan masukan dan nasehat untuk menambah semangat.				
12.	Keluarga selalu memberitahu kekurangan pada saat bertanding				
13.	Keluarga selalu menegur jika tidak berlatih.				
14.	Keluarga selalu mendukung kegiatan latihan dengan baik.				
15.	Keluarga selalu memberikan dorongan agar tidak putus asa ketika mengalami kekalahan.				
16.	Keluarga selalu menyakinkan dalam setiap pertandingan untuk bisa menjadi juara.				
17.	Keluarga selalu tetap mendampingi ketika mengalami kekalahan.				
18.	Keluarga menyaksikan pertandingan untuk menambah rasa percaya diri.				

## Lampiran 6. Uji Validitas Instrumen Penelitian

### Rater 1

Rater 1

#### LEMBAR VALIDITAS ANGKET/KUISIONER

#### DUKUNGAN KELUARGA DAN STRATEGI *COPING*

Nama Validator : Dr. Frit Ningsih, M.Ps.  
Posisi/Jabatan : Pembimbing Akademik  
Nama Institusi : PIA UNY  
Bidang Keahlian : Manajemen dan Psikologi

#### Petunjuk

1. Berdasarkan pendapat Bapak, berilah penilaian: SV (Sangat Valid) yang setara dengan skor 4, V (Valid) yang setara dengan skor 3, KV (Kurang Valid) yang setara dengan skor 2, dan SKV (Sangat Kurang Valid) yang setara dengan skor 1 dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom VALIDITAS ISI yang telah disediakan.
2. Jika diperlukan, berilah catatan khusus dari setiap butir pernyataan sesuai dengan keadaan/penilaian yang telah Bapak lakukan.
3. Sebagai petunjuk untuk mengisi tabel, perhatikan ketentuan berikut:
  - 1) Apakah pertanyaan sudah sesuai dengan Faktor Dukungan Keluarga dan Strategi Coping yang ingin dicapai.
  - 2) Apakah pertanyaan dirumuskan secara singkat dan jelas.
  - 3) Apakah petunjuk pengisian angket dituliskan secara jelas.
4. Isilah kolom berikut ini:

**Pernyataan Mengenai Dukungan Keluarga**

Butir soal	Pernyataan	Validitas isi				Catatan
		SV	V	KV	SKV	
1	<del>Walaupun saya mendapatkan uang dari hadiah kejuaraan,</del> keluarga selalu membantu biaya kebutuhan sehari-hari.		✓			
2	Keluarga selalu datang untuk menyaksikan dan mendukung dalam setiap pertandingan.		✓			
3	Keluarga sering membantu dalam berlatih.		✓			
4	Ketika mengalami kekalahan dalam pertandingan, keluarga ikut merasa sedih.	✓				
5	Keluarga <del>memahami</del> dan tetap menyemangati ketika mengalami kekalahan.		✓			
6	Keluarga selalu mengantarkan setiap pergi berlatih.	✓				
7	Keluarga selalu mendengarkan keluh kesah saat latihan atau bertanding.	✓				
8	Keluarga sering memberikan simpati ketika mengalami kekalahan.	✓				
9	Keluarga suka menghibur ketika mengalami kekalahan.	✓				
10	Keluarga memberikan nasehat					

	agar menjaga kesehatan dengan baik.	✓				
11	Keluarga selalu memberikan masukan untuk menambah semangat.		✓			
12	Keluarga sering memberikan saran-saran yang baik bagi prestasi olahraga.		✓			
13	Keluarga selalu memberitahu kekurangan pada permainan <i>pada saat bermain</i> dalam bermain.		✓			
14	Keluarga selalu menegur jika tidak berlatih.		✓			
15	Keluarga selalu mendukung kegiatan latihan dengan baik.	✓				
16	Keluarga selalu memberikan dorongan agar tidak putus asa ketika mengalami kekalahan.	✓				
17	Keluarga selalu menyakinkan dalam setiap pertandingan untuk bisa menjadi juara.		✓			
18	Keluarga selalu tetap mendampingi ketika mengalami kekalahan.		✓			
19	Keluarga menyaksikan pertandingan untuk menambah rasa percaya diri.		✓			

**Pernyataan Mengenai Strategi Coping**

Butir soal	Pernyataan	Validitas isi				Catatan
		SV	V	KV	SKV	
1	Saya berusaha melakukan <del>sesuatu</del> untuk menyelesaikan persoalan walaupun mungkin tidak memberikan hasil, <del>tetapi</del> setidaknya saya telah berusaha <del>membuat</del>		✓			
2	Saya berusaha mengubah pikiran seseorang yang <del>dianggap</del> bertanggung jawab terhadap masalah yang ada.		✓			
3	Saya mengungkapkan rasa <del>marah</del> pada orang yang menyebabkan timbulnya rasa marah		✓			
4 <i>Saya</i>	Memperlihatkan perasaan <del>saya</del> apa adanya		✓			
5	Saya memanfaatkan peluang <del>sebaik-baiknya</del> walaupun mempunyai resiko yang tinggi		✓			
6 <i>Saya</i>	Berpegang pada pendirian <del>saya</del> dan berjuang untuk hal yang <del>saya</del> kehendaki		✓			
7	Saya <del>memusatkan perhatian</del> pada kegiatan yang akan saya lakukan selanjutnya					
8	Saya memikirkan dulu segala sesuatunya sebelum melakukan suatu tindakan		✓			

9	Saya membuat rencana untuk bertindak dan melaksanakannya		✓			
10	Saya mengubah sesuatu sehingga segalanya menjadi lebih baik		✓			
11	Saya melihat pengalaman masa lalu, pada saat saya berada pada situasi yang serupa		✓			
12	Saya berusaha mewujudkan sesuatu yang saya inginkan		✓			
13	Saya mempunyai beberapa alternative untuk mengatasi masalah yang terjadi			✓		
14	Saya rasa waktu akan merubah segalanya, dan yang bisa saya lakukan adalah menunggu					
15	Saya menganggap semua itu sebagai takdir, kadang-kadang saya merasa nasib saya buruk		✓			
16	Jalani terus seolah-olah tidak terjadi apa-apa		✓			
17	Saya berusaha membuat situasi menjadi lebih ringan dengan menolak untuk terlalu serius dengan hal itu		✓			
18	Saya menerima keadaan, karena tidak ada yang bisa dilakukan			✓		
19	Saya mencoba untuk melihat segala sesuatu dari kelebihan dan kekurangannya		✓			
20	Saya mencoba untuk tidak					

Perencanaan

Kebangkitan  
diri baru



	membuat masalah tersebut semakin menjadi, tapi saya berusaha untuk berlapang dada <i>dan menghadapi masalah</i>		✓		
21	Saya mencoba untuk memendam perasaan saya		✓		
22	Saya menasehati diri saya sendiri <sup>utk</sup> yang <del>sekiranya dapat</del> membuat saya merasa lebih baik		✓		
23	Saya mencoba untuk tidak bertindak tergesa-gesa mengikuti <sup>dan</sup> pikiran pertama yang muncul dalam pikiran saya.		✓		
24	Saya tetap <del>mengembangkan</del> diri <sup>mengedukasi diri</sup> dan berusaha agar melebihi orang lain		✓		
25	Saya menjaga jangan sampai <sup>hik</sup> orang tahu mengenai <del>seberapa</del> <sup>agar orang</sup> buruk masalah yang terjadi		✓		
26	<i>gr</i> Berusaha menjaga perasaan <del>saya</del> jangan sampai terganggu oleh orang lain		✓		
27	Saya berpikir <del>apa yang saya akan</del> <sup>saya dapat</sup> katakana dan lakukan		✓		
28	Saya berpikir tentang bagaimana seseorang <sup>to bisa</sup> yang saya kagumi mengatasi suatu keadaan dan mencoba menirunya		✓		
29	Saya bicara dengan seseorang <sup>mendengarkan perasaan</sup> untuk lebih mengetahui situasinya <sup>agar bisa mengatasi masalah</sup>		✓		



30	Saya mengharap simpati dan perhatian dari orang lain		✓			
31	Saya <del>mendapatkan</del> <sup>mengatakan</sup> bantuan dari tenaga professional		✓			
32	Saya berbicara kepada orang lain yang <del>mampu</del> <sup>utk</sup> melakukan tindakan yang <del>berkaitan dengan</del> <sup>gln menydr</sup> masalah tersebut		✓			
33	Saya meminta nasehat dari teman atau rekan		✓			
34	Saya berbicaraan kepada orang lain tentang apa yang saya rasakan		✓			
35	Saya berusaha menganalisa berbagai masalah sebagai upaya untuk membuat keadaan lebih baik		✓			
36	Saya berjanji untuk mengambil hal yang positif dari situasi yang <del>telah</del> dialami		✓			
37	Saya melakukan intropeksi terhadap diri sendiri	✓				
38	Saya meminta maaf <del>atau</del> <sup>gslan untuk</sup> melakukan <del>sesuatu</del> untuk memperbaiki <del>kesalahan</del> kesalahan yang <del>telah</del> saya lakukan		✓			
39	Saya menyadari bahwa <del>diri saya</del> <sup>intreksi sara</sup> <del>sendirilah</del> yang menimbulkan masalah tersebut		✓			

40	Saya berjanji pada diri saya sendiri bahwa hal tersebut tidak akan <del>terulang kembali</del> <sup>mengulangi permasalahan yang akan datang</sup> <del>dimasa yang akan datang</del>		✓			
41	Saya siapkan (siri) saya terhadap <del>kemungkinan</del> <sup>bagaimana jika akan saya alami</sup> <del>terburuk</del>		✓			
42	Saya selalu mengingatkan diri sendiri atas kemungkinan buruk yang akan terjadi <del>(saya akan alami)</del> <sup>(saya akan alami)</sup>			✓		
43	Saya menjalani atau beralih pada aktivitas lain yang menyenangkan					
44	Saya mengharapkan akan terjadi suatu keajaiban		✓			
45	Tidur lebih banyak dari biasanya			✓		
46	Saya mencoba untuk melupakan segala sesuatunya		✓			
47	Saya melupakan masalah yang saya hadapi untuk sementara waktu, saya akan istirahat dan rekreasi		✓			
48	Saya <del>mencoba</del> untuk membuat perasaan lebih tenang dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan, meditasi dan tindakan sejenisnya		✓			
49	Saya menghindar dari <del>kumpulan</del> <sup>(kumpulan)</sup> orang banyak		✓			
50	Saya tidak membiarkan persoalan itu mempengaruhi saya, jadi saya					

	<del>tidak mau memikirkan terlalu banyak tentang hal itu</del>	<del>✓</del>	✓		
51	Saya menimpakan masalah tersebut kepada orang lain	✓			
52	Saya menyangkal bahwa hal itu telah terjadi	✓			
53	Saya percaya bahwa semuanya akan berubah di esok hari		✓		
54	Saya memimpikan atau membayangkan berada dalam waktu dan tempat yang lebih baik dari pada yang sedang saya alami		✓		
55	Saya berharap keadaan akan berlalu dan <u>(selsal)</u> dengan sendirinya	✓			
56	Saya berkhayal bagaimana masalah tersebut dapat diatasi				
57	Saya pasrah pada keadaan		✓		
58	Saya <del>tidak melihat segala sesuatu dari segi negatifnya, tapi</del> saya mencoba melihat sisi baik dari persoalan	✓			
59	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu hal yang kreatif.	✓			
60	Saya mengubah diri atau tumbuh menjadi orang dengan		✓		
61	Melakukan hal terbaik sesuai dengan yang saya inginkan				
62	Saya merasa mendapatkan				

	pengalaman hidup yang lebih baik <sup>Sudah mendapatkan masalah</sup> dibandingkan sebelumnya	✓			
63	Saya temukan kembali apa yang penting dalam kehidupan saya		✓		
64	Saya merenungkan kembali apa yang penting dalam kehidupan saya	✓			
65	Saya mengubah suatu tentang diri saya sendiri		✓		
66	Saya giat beibadah dan berdoa <sup>Giat beribadah</sup>	✓			

##### 5. Saran-saran

- Setiap pertemuan dilaksanakan dengan indikator dan sub inti materi  
 ① Ada pertemuan yg ada valid lebih baik & hilang kan saja

Yogyakarta, 27 Nov 2017

Validator

  
 Dr. Rizki Nurrohmah

## Rater 2

Rater 2

### LEMBAR VALIDITAS ANGKET/KUISIONER

#### DUKUNGAN KELUARGA DAN STRATEGI *COPING*

Nama Validator : Dr. Sigit Nugroho, M.Or.  
Posisi/Jabatan : Pembimbing Skripsi  
Nama Institusi : FIK UMY  
Bidang Keahlian : Manajemen Olahraga.

#### Petunjuk

1. Berdasarkan pendapat Bapak, berilah penilaian: SV (Sangat Valid) yang setara dengan skor 4, V (Valid) yang setara dengan skor 3, KV (Kurang Valid) yang setara dengan skor 2, dan SKV (Sangat Kurang Valid) yang setara dengan skor 1 dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom VALIDITAS ISI yang telah disediakan.
2. Jika diperlukan, berilah catatan khusus dari setiap butir pernyataan sesuai dengan keadaan/penilaian yang telah Bapak lakukan.
3. Sebagai petunjuk untuk mengisi tabel, perhatikan ketentuan berikut:
  - 1) Apakah pertanyaan sudah sesuai dengan Faktor Dukungan Keluarga dan Strategi Coping yang ingin dicapai.
  - 2) Apakah pertanyaan dirumuskan secara singkat dan jelas.
  - 3) Apakah petunjuk pengisian angket dituliskan secara jelas.
4. Isilah kolom berikut ini:



**Pernyataan Mengenai Dukungan Keluarga**

Butir soal	Pernyataan	Validitas isi				Catatan
		SV	V	KV	SKV	
1	Keluarga selalu membantu biaya kebutuhan sehari-hari.		✓			
2	Keluarga datang untuk menyaksikan dan mendukung saat pertandingan.		✓			
3	Keluarga sering membantu dalam berlatih.		✓			
4	Ketika mengalami kekalahan dalam pertandingan, keluarga ikut merasa sedih.	✓				
5	Keluarga tetap menyemangati ketika mengalami kekalahan.		✓			
6	Keluarga selalu mengantarkan setiap pergi berlatih.	✓				
7	Keluarga selalu mendengarkan keluhan kesah saat latihan atau bertanding.	✓				
8	Keluarga sering memberikan simpati ketika mengalami kekalahan.		✓			
9	Keluarga suka menghibur ketika mengalami kekalahan.		✓			
10	Keluarga memberikan nasehat agar menjaga kesehatan dengan baik.		✓			
11	Keluarga selalu memberikan					

	masuk dan nasehat untuk menambah semangat.	✓			
12	Keluarga sering memberikan saran-saran yang baik bagi prestasi olahraga.	✓			
13	Keluarga selalu memberitahu kekurangan pada saat bertanding	✓			
14	Keluarga selalu menegur jika tidak berlatih.	✓			
15	Keluarga selalu mendukung kegiatan latihan dengan baik.	✓			
16	Keluarga selalu memberikan dorongan agar tidak putus asa ketika mengalami kekalahan.	✓			
17	Keluarga selalu menyakinkan dalam setiap pertandingan untuk bisa menjadi juara.	✓			
18	Keluarga selalu tetap mendampingi ketika mengalami kekalahan.	✓			
19	Keluarga menyaksikan pertandingan untuk menambah rasa percaya diri.	✓			

**Pernyataan Mengenai Strategi Coping**

Butir soal	Pernyataan	Validitas isi				Catatan
		SV	V	KV	SKV	
1	Saya berusaha untuk menyelesaikan persoalan walaupun mungkin tidak memberikan hasil.		✓			
2	Saya berusaha membuat seseorang bertanggung jawab terhadap masalah yang ada.		✓			
3	Saya mengungkapkan amarah pada orang yang menyebabkan timbulnya rasa marah.		✓			
4	Saya selalu memperlihatkan perasaan apa adanya		✓			
5	Saya memanfaatkan peluang walaupun mempunyai resiko yang tinggi.		✓			
6	Saya berpegang pada pendirian dan berjuang untuk hal yang dikehendaki.		✓			
7	Saya selalu berfokus pada kegiatan yang akan saya lakukan selanjutnya.		✓			
8	Saya memikirkan dulu segala sesuatunya sebelum melakukan suatu tindakan		✓			
9	Saya membuat rencana untuk bertindak dan melaksanakannya.	✓				



10	Saya mengubah sesuatu sehingga segalanya menjadi lebih baik.	/			
11	Saya belajar dari pengalaman masa lalu, pada saat berada pada situasi yang serupa.	✓			
12	Saya berusaha mewujudkan sesuatu yang direncanakan.	✓			
13	Saya rasa waktu akan merubah segalanya, dan yang bisa saya lakukan dengan menunggu.	✓			
14	Saya menganggap semua itu sebagai takdir, saya merasa nasib saya buruk.	✓			
15	Jalani terus seolah-olah tidak terjadi apa-apa.	✓			
16	Saya berusaha membuat situasi menjadi lebih ringan.	✓			
17	Saya mencoba untuk melihat segala sesuatu dari kelebihan dan kekurangannya.	✓			
18	Saya berusaha untuk berlapang dada dalam menghadapi masalah.	✓			
19	Saya mencoba untuk memendam perasaan saya.	✓			
20	Saya menasehati diri saya sendiri untuk membuat saya merasa lebih baik.	✓			
21	Saya mencoba untuk tidak bertindak tergesa-gesa dalam mengikuti pikiran saya.	✓			

22	Saya tetap mengendalikan diri dan berusaha agar melebihi orang lain.	✓			
23	Saya menjaga agar supaya orang tidak tahu mengenai masalah yang terjadi.	✓			
24	Saya berusaha menjaga perasaan, jangan sampai terganggu orang lain.	✓			
25	Saya berpikir sesuai dengan yang saya katakan dan lakukan.	✓			
26	Saya berpikir tentang seseorang yang bisa mengatasi suatu keadaan dan mencoba menirunya.	✓			
27	Saya mencurahkan perasaan pada seseorang agar bisa mengatasi masalah.	✓			
28	Saya mengharap simpati dan perhatian dari orang lain.	✓			
29	Saya memerlukan bantuan dari tenaga professional.	✓			
30	Saya berbicara kepada orang lain untuk melakukan tindakan dalam mengatasi masalah.	✓			
31	Saya meminta nasehat dari teman atau rekan.	✓			
32	Saya berbicarakan kepada orang lain tentang apa yang saya rasakan.	✓			

33	Saya berusaha menganalisa be masalah untuk membuat keadaan lebih baik.	✓			
34	Saya berjanji untuk mengambil hal yang positif dari situasi yang dialami.	✓			
35	Saya melakukan intropeksi terhadap diri sendiri.	✓			
36	Saya meminta maaf untuk memperbaiki kesalahan yang saya lakukan.	✓			
37	Saya menyadari bahwa tindakan saya yang menimbulkan masalah.	✓			
38	Saya berjanji tidak akan mengulangi permasalahan yang saya buat.	✓			
39	Saya siapkan diri saya terhadap resiko yang akan saya alami.	✓			
40	Saya beralih pada aktivitas lain yang menyenangkan.	✓			
41	Saya mengharapkan akan terjadi suatu keajaiban.	✓			
42	Saya mencoba untuk melupakan segala sesuatunya.	✓			
43	Saya melupakan masalah yang saya hadapi dengan istirahat dan rekreasi.	✓			
44	Saya membuat perasaan lebih tenang dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan	✓			

	obat-obatan, meditasi dan tindakan sejenisnya.				
45	Saya menghindari dari kumpulan orang banyak.	✓			
46	Saya menimpakan masalah tersebut kepada orang lain.	✓			
47	Saya menyangkal bahwa hal itu telah terjadi.	✓			
48	Saya berharap keadaan akan berlalu dan selesai dengan sendirinya.	✓			
49	Saya berfikir untuk menyelesaikan masalah yang terjadi.	✓			
50	Saya mencoba melihat sisi baik dari persoalan.	✓			
51	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu hal yang kreatif.	✓			
52	Saya melakukan sesuatu hal sebaik mungkin sesuai dengan yang saya inginkan.	✓			
53	Saya merasa mendapatkan pengalaman hidup setelah menyelesaikan masalah.	✓			
54	Saya merenungkan hal yang baik dalam kehidupan saya.	✓			
55	Saya giat beribadah dan berdoa setiap terjadi masalah.	✓			

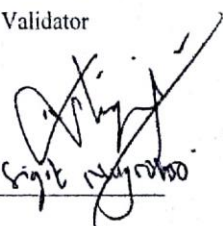


5. Saran-saran

dicantahi lagi ada beberapa peserta yang  
tidak bisa ke rumah lagi,

Yogyakarta, 9 Januari 2016

Validator

  
Dr. Sigit Nugroho

## Lampiran 7. Hasil SPSS

### DATA VALIDITAS DAN RELIABILITAS

No	Dukungan Keluarga																			Jml
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	73
2	3	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	63
3	4	1	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	64
4	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	58
5	3	1	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	56
6	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	60
7	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	75
8	3	3	4	3	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	63
9	3	2	3	3	3	1	4	3	3	3	4	4	3	4	1	1	3	3	3	54
10	2	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	1	3	3	60
11	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	73
12	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	52
13	3	2	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58
14	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	65
15	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	54
16	4	1	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	57
17	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	55
18	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	53
19	4	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	60
20	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	54
21	3	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
22	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	69
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	74
24	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	70
25	4	1	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	62
26	4	1	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	62
27	3	2	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	61
28	3	2	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	51
29	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	69
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	72

No	Strategi Coping																														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	
2	3	3	3	3	2	4	2	2	3	1	2	2	1	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	1	2	2	2	4	
3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	4	3	1	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	2	3	
4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	1	3	3	2	4	
5	3	4	2	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	
6	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	1	4	
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
8	3	3	2	3	3	3	2	4	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	1	3	
9	3	3	2	3	4	2	1	3	3	3	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4	2	3	4	2	3	
10	4	4	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	1	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	4	1	3	3	1	3	
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	
12	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	2	4	
13	4	3	1	4	4	4	1	4	3	3	4	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	1	4	
14	4	4	2	4	2	4	1	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	
15	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	3	
16	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	
17	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	
18	3	4	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	
19	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	
20	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	1	4	
21	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	1	4	
22	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	

No	Strategi Coping																													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
23	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
24	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4
25	3	3	2	4	3	3	2	4	4	3	4	4	1	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4
26	3	3	2	4	3	3	2	4	2	3	4	4	1	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	1	4
27	4	3	2	3	3	3	2	4	4	2	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	1	4	4	1	4
28	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	3	3
29	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4
30	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4



No	Strategi Coping																									
	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	JML
1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	147
2	3	4	4	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	4	1	3	3	4	4	153
3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	4	173
4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	173
5	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	159
6	2	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	170
7	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	205
8	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	162
9	1	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	162
10	2	3	4	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	175
11	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	210
12	3	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	3	169
13	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	184
14	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	201
15	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	155
16	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	161
17	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	162
18	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	156
19	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	161
20	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	160
21	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	166
22	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	200

No	Strategi Coping																									
	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	JML
23	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	211
24	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	204
25	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	192
26	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	173
27	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	183
28	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	147
29	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	200
30	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	210

## DATA PENELITIAN

No	Dukungan Keluarga																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	JML
1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	50
3	2	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	2	4	3	3	3	3	3	56
4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	63
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	57
6	4	2	3	3	4	2	2	3	4	4	2	3	3	4	2	4	2	3	54
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	4	55
8	4	3	1	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	59
9	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	56
10	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	53
11	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	63
12	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
13	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	69
14	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	55
15	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	51
16	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	65
17	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	59
18	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	47
19	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	64
20	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	62
21	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	60
22	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	59
23	3	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	57
24	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	63
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
26	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	65
27	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	52
28	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	1	3	1	58
29	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	52
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
31	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	50
32	2	4	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	2	55
33	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	56
34	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	58
35	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	55

[illegible]

No	Strategi Coping																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3
3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	1	3	2	3	2	2	4	2	1	2	3	3	3	2	3	2
4	3	2	3	3	4	4	3	4	3	2	4	3	1	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4
5	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	1	1	3	3	3	2	3	3	2
6	3	4	3	2	3	4	3	2	1	3	2	3	3	1	2	4	1	1	3	3	4	4	4	2	3
7	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3
8	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	2	3	3
9	4	3	2	2	3	4	4	2	2	2	3	4	2	1	4	4	2	1	4	3	3	4	3	4	3
10	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	4	3	4	4	4
11	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
12	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3
13	4	3	1	3	4	4	4	3	3	1	2	3	4	2	2	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4
14	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
16	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	1	4	4
17	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	4	2	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3
18	3	3	4	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	1	2	3	1	1	3	2	2	3	2	3	1
19	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4
20	4	3	3	3	4	4	4	2	3	2	3	4	3	2	3	4	1	2	4	3	4	4	3	3	3
21	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2
22	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3
23	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2
24	4	2	1	3	3	4	3	3	3	1	2	4	3	2	2	3	1	1	3	3	3	3	1	3	3
25	4	4	1	3	4	3	2	3	2	4	1	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
26	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	4	1	4	4
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3
28	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3
30	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2
31	3	2	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
32	4	2	3	3	4	4	3	4	2	2	3	4	1	3	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2
33	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	4	2	1	3	3	4	3	4	1	3
34	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2
35	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	1
36	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
37	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3

No	Strategi Coping																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
38	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2
39	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3
40	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	4
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
43	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	2	3	2	4	2	3	4
44	4	2	4	4	3	3	4	4	4	2	2	3	4	2	4	4	2	1	3	4	3	4	2	4	3
45	4	4	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2
46	4	1	3	2	2	3	4	4	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3
47	3	3	1	3	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	3	4	1	1	4	4	4	4	3	3	3
48	3	3	1	3	4	4	4	1	4	1	1	4	4	1	3	4	1	1	4	4	4	4	3	3	3
49	4	4	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2
50	3	3	4	4	3	3	3	4	1	1	4	3	3	1	2	3	1	1	3	2	2	3	2	3	1

No	Strategi Coping																									
	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	JM
1	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	13
2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	13
3	3	4	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	13
4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	16
5	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	13
6	4	2	2	2	3	2	1	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	1	2	2	4	4	14
7	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	14
8	4	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	2	1	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	14
9	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	14
10	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	3	4	13
11	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	16
12	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	14
13	4	3	3	3	3	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	16
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	14
15	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	13
16	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	16
17	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	2	3	15
18	3	2	3	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	1	1	1	2	4	12
19	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	4	16
20	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	16
21	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	13
22	4	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	15
23	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	13
24	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	14
25	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	14
26	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	16
27	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	14
28	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	15
29	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	14
30	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	13
31	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	13
32	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	13
33	3	3	3	2	1	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	13
34	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	13
35	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	12
36	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	14
37	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	13

No	Strategi Coping																										
	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	JM	
38	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	4	2	13	
39	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	14	
40	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	13	
41	3	2	2	2	4	4	4	2	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	2	4	15	
42	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	14	
43	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	4	2	2	2	3	3	13	
44	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	2	4	16	
45	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	4	3	1	2	3	2	4	12	
46	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	14	
47	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	15	
48	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	15	
49	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	4	2	4	3	1	2	3	2	4	12	
50	3	2	3	2	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	1	1	1	2	4	12	



## DATA KATEGORISASI

No	Dukungan_Keluarga	KTG	Strategi_Coping	KTG
1	53	Sedang	138	Sedang
2	50	Sedang	135	Sedang
3	56	Tinggi	138	Sedang
4	63	Tinggi	162	Tinggi
5	57	Tinggi	132	Sedang
6	54	Tinggi	141	Sedang
7	55	Tinggi	143	Sedang
8	59	Tinggi	146	Sedang
9	56	Tinggi	148	Sedang
10	53	Sedang	139	Sedang
11	63	Tinggi	162	Tinggi
12	56	Tinggi	148	Sedang
13	69	Tinggi	160	Tinggi
14	55	Tinggi	149	Sedang
15	51	Sedang	138	Sedang
16	65	Tinggi	161	Tinggi
17	59	Tinggi	156	Tinggi
18	47	Sedang	122	Sedang
19	64	Tinggi	161	Tinggi
20	62	Tinggi	161	Tinggi
21	60	Tinggi	138	Sedang
22	59	Tinggi	153	Tinggi
23	57	Tinggi	136	Sedang
24	63	Tinggi	143	Sedang
25	54	Tinggi	143	Sedang
26	65	Tinggi	161	Tinggi
27	52	Sedang	143	Sedang
28	58	Tinggi	151	Tinggi
29	52	Sedang	143	Sedang
30	54	Tinggi	132	Sedang
31	50	Sedang	137	Sedang
32	55	Tinggi	138	Sedang
33	56	Tinggi	133	Sedang
34	58	Tinggi	132	Sedang
35	55	Tinggi	128	Sedang
36	51	Sedang	146	Sedang
37	52	Sedang	138	Sedang
38	54	Tinggi	132	Sedang

No	Dukungan_Keluarga	KTG	Strategi_Coping	KTG
39	68	Tinggi	149	Sedang
40	54	Tinggi	139	Sedang
41	56	Tinggi	151	Tinggi
42	52	Sedang	140	Sedang
43	52	Sedang	138	Sedang
44	61	Tinggi	161	Tinggi
45	53	Sedang	126	Sedang
46	69	Tinggi	145	Sedang
47	53	Sedang	156	Tinggi
48	54	Tinggi	156	Tinggi
49	53	Sedang	126	Sedang
50	53	Sedang	122	Sedang

## HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS (DUKUNGAN KELUARGA)

### Reliability

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,911	19

Dikatakan reliabel apabila nilai *cronbach alpha* lebih besar dari 0,6 hasilnya menunjukkan  $0,911 > 0,6$  = reliabel

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Dukungan1	58,3333	47,540	,622	,905
Dukungan2	59,4000	45,352	,522	,910
Dukungan3	58,4333	47,909	,536	,907
Dukungan4	58,4667	47,154	,735	,903
Dukungan5	58,3333	47,747	,681	,904
Dukungan6	59,2333	43,564	,636	,906
Dukungan7	58,4333	47,840	,616	,905
Dukungan8	58,3667	48,792	,533	,907
Dukungan9	58,0000	48,345	,562	,907
Dukungan10	58,2333	47,220	,586	,906
Dukungan11	58,1667	47,454	,717	,903
Dukungan12	58,3667	51,757	,062	,919
Dukungan13	58,2667	47,995	,630	,905
Dukungan14	58,2667	48,133	,476	,909
Dukungan15	58,7667	48,047	,562	,906
Dukungan16	58,7667	44,737	,720	,902
Dukungan17	58,6000	48,179	,471	,909
Dukungan18	58,3333	47,195	,766	,902
Dukungan19	58,4333	47,909	,707	,904

Dikatakan valid apabila  $r$  hitung (kolom *corrected item total correlation*) >  $r$  tabel (0,3). Nomor yang gugur 12

## HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS (STRATEGI COPING)

### Reliability

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,962	55

Dikatakan reliabel apabila nilai *cronbach alpha* lebih besar dari 0,6 hasilnya menunjukkan  $0,962 > 0,6$  = reliabel

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Coping1	172,8333	407,178	,625	,961
Coping2	172,8333	406,833	,498	,962
Coping3	173,6667	400,713	,542	,961
Coping4	172,7667	404,116	,751	,961
Coping5	173,0667	407,168	,448	,962
Coping6	172,9333	406,616	,551	,961
Coping7	173,7000	393,252	,648	,961
Coping8	172,5000	406,879	,480	,962
Coping9	172,9333	398,547	,705	,961
Coping10	173,2000	409,821	,274	,963
Coping11	172,9667	401,895	,558	,961
Coping12	172,7667	405,771	,584	,961
Coping13	174,0333	396,654	,565	,961
Coping14	172,5667	405,495	,660	,961
Coping15	173,0000	405,103	,675	,961
Coping16	172,7667	404,875	,514	,961
Coping17	173,0333	405,068	,625	,961
Coping18	172,7333	416,823	,077	,963
Coping19	172,9333	400,685	,824	,961
Coping20	172,8000	407,269	,602	,961
Coping21	172,9000	410,645	,477	,962
Coping22	172,6667	406,506	,606	,961
Coping23	173,1000	412,024	,211	,963
Coping24	172,8000	402,579	,563	,961
Coping25	172,7000	402,355	,600	,961

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Coping26	173,5333	389,982	,606	,962
Coping27	172,8333	403,937	,620	,961
Coping28	172,9333	398,340	,594	,961
Coping29	174,0333	399,826	,524	,962
Coping30	172,5333	406,051	,640	,961
Coping31	173,2333	395,289	,656	,961
Coping32	172,7333	404,616	,628	,961
Coping33	172,4333	406,047	,531	,961
Coping34	172,8000	401,752	,554	,961
Coping35	172,9333	400,961	,729	,961
Coping36	173,3333	404,437	,584	,961
Coping37	172,8667	405,568	,564	,961
Coping38	172,8667	407,292	,642	,961
Coping39	172,9000	402,231	,728	,961
Coping40	172,9667	403,551	,583	,961
Coping41	172,6000	417,903	,033	,963
Coping42	172,8333	404,489	,668	,961
Coping43	172,8667	407,223	,555	,961
Coping44	172,7333	405,168	,603	,961
Coping45	172,7667	405,495	,680	,961
Coping46	172,6333	404,309	,713	,961
Coping47	172,7667	399,978	,848	,960
Coping48	172,6667	401,126	,700	,961
Coping49	172,9000	413,197	,219	,962
Coping50	172,6000	406,317	,615	,961
Coping51	173,4000	392,041	,649	,961
Coping52	172,8333	406,282	,584	,961
Coping53	172,9667	408,723	,548	,961
Coping54	172,8000	405,269	,707	,961
Coping55	172,7000	406,148	,628	,961

Dikatakan valid apabila  $r$  hitung (kolom *corrected item total correlation*) >  $r$  tabel (0,3). Nomor yang gugur 10, 18, 23, 41, 49

## PERHITUNGAN KELAS INTERVAL

### 1. Dukungan Keluarga

Min	47,0
Max	69
R	22
N	50
K	$1 + 3.3 \log n$
	6,607
≈	7
P	3,14
≈	3,1

No.	Interval			F	%
1	66,2	-	69,3	3	6,0%
2	63,0	-	66,1	6	12,0%
3	59,8	-	62,9	3	6,0%
4	56,6	-	59,7	7	14,0%
5	53,4	-	56,5	15	30,0%
6	50,2	-	53,3	13	26,0%
7	47,0	-	50,1	3	6,0%
Jumlah				50	100,0%

### 2. Strategi Coping

Min	122,0
Max	162
R	40
N	50
K	$1 + 3.3 \log n$
	6,607
≈	7
P	5,71
≈	5,7

No.	Interval			F	%
1	156,8	-	162,5	8	16,0%
2	151,0	-	156,7	6	12,0%
3	145,2	-	150,9	6	12,0%
4	139,4	-	145,1	8	16,0%
5	133,6	-	139,3	12	24,0%
6	127,8	-	133,5	6	12,0%
7	122,0	-	127,7	4	8,0%
Jumlah				50	100,0%

## HASIL UJI DESKRIPTIF

### Frequencies

**Statistics**

		Dukungan_ Keluarga	Strategi_ Coping
N	Valid	50	50
	Missing	0	0
Mean		56,6000	143,5200
Median		55,0000	143,0000
Mode		53,00 <sup>a</sup>	138,00
Std. Deviation		5,18239	11,18899
Minimum		47,00	122,00
Maximum		69,00	162,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

## RUMUS PERHITUNGAN KATEGORISASI

Dukungan Keluarga					
Skor Max	4	x	18	=	72
Skor Min	1	x	18	=	18
Mi	90	/	2	=	45
Sdi	54	/	6	=	9,00
Tinggi	: $X \geq M + SD$				
	: $M - SD \leq X < M + SD$				
Sedang	SD				
Rendah	: $X \leq M - SD$				
Kategori	Skor				
Tinggi	:	X	$\geq$	54,00	
Sedang	:	36,00	$\leq$	X	$< 54,00$
Rendah	:	X	$<$	36,00	

Strategi Coping					
Skor Max	4	x	50	=	200
Skor Min	1	x	50	=	50
Mi	25	/	2	=	125
Sdi	15	/	6	=	25,00
Tinggi	: $X \geq M + SD$				
	: $M - SD \leq X < M + SD$				
Sedang	SD				
Rendah	: $X \leq M - SD$				
Kategori	Skor				
Tinggi	:	X	$\geq$	150,0	
	:	100,0	$\leq$	X	$< 150,0$
Sedang	:	0	$\leq$	X	$< 0$
Rendah	:	X	$<$	100,0	



## HASIL UJI KATEGORISASI

### Frequencies

#### Dukungan\_Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	34	68,0	68,0	68,0
	Sedang	16	32,0	32,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

#### Strategi\_Coping

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	14	28,0	28,0	28,0
	Sedang	36	72,0	72,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

## HASIL UJI NORMALITAS

### NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Dukungan_ Keluarga	Strategi_ Coping
N		50	50
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	56,6000	143,5200
	Std. Deviation	5,18239	11,18899
Most Extreme Differences	Absolute	,166	,099
	Positive	,166	,099
	Negative	-,087	-,090
Kolmogorov-Smirnov Z		1,174	,697
Asymp. Sig. (2-tailed)		,127	,717

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

## HASIL UJI LINIERITAS

### Means

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Strategi_Coping * Dukungan_Keluarga	Between Groups	(Combined)	3817,747	18	212,097	2,838	,005
		Linearity	2465,837	1	2465,837	32,995	,000
		Deviation from Linearity	1351,909	17	79,524	1,064	,426
	Within Groups		2316,733	31	74,733		
	Total		6134,480	49			

## HASIL UJI KORELASI *PRODUCT MOMENT*

### Correlations

Correlations

		Dukungan_ Keluarga	Strategi_ Coping
Dukungan_Keluarga	Pearson Correlation	1	,634**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	50	50
Strategi_Coping	Pearson Correlation	,634**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	50	50

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## HASIL UJI KOEFISIEN DETERMINASI

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,634 <sup>a</sup>	,402	,390	8,74243

a. Predictors: (Constant), Dukungan\_Keluarga



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Dukungan keluarga pada atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten mayoritas berada pada kategori tinggi (68,0%).
2. Strategi *coping* pada atlet bulutangkis di Inti Badminton Club (IBC) Kabupaten Klaten mayoritas berada pada kategori sedang (72,0%).
3. Ada hubungan positif antara dukungan keluarga dengan strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Hal ini dibuktikan dengan nilai  $r_{hitung}$  lebih besar daripada  $r_{tabel}$  ( $0,634 > 0,279$ ) dan signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini berarti semakin tinggi tingkat dukungan keluarga, maka akan semakin tinggi pula tingkat strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Demikian sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan keluarga maka semakin rendah pula tingkat strategi *coping* pada atlet bulutangkis. Hasil uji  $R^2$  pada penelitian ini diperoleh nilai sebesar 0,402. Hal ini menunjukkan bahwa strategi *coping* dipengaruhi oleh variabel dukungan keluarga sebesar 40,2%, sedangkan sisanya sebesar 59,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut.

## 1. Bagi Keluarga Atlet

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dukungan keluarga terbukti berhubungan dengan strategi *coping*, oleh karena itu, keluarga atlet khususnya para orang tua disarankan untuk memberikan motivasi dan perhatian, agar para atlet dapat mengatasi situasi stress, sehingga para atlet tidak mudah menyerah pada tekanan saat bertanding.

## 2. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya agar dapat lebih mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi strategi *coping*, misalnya: *imagery skill* dan dukungan praktis. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode lain dalam meneliti strategi *coping*, misalnya melalui metode wawancara mendalam terhadap atlet, sehingga informasi yang diperoleh lebih bervariasi daripada angket yang jawabannya telah tersedia.