

**DAFTAR ISI**

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
ABSTRACT .....	vii
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Identifikasi Masalah.....	6
1.3    Rumusan Masalah .....	8
1.4    Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1    Tujuan .....	8
1.4.2    Manfaat .....	9
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1    Stres.....	10
2.1.1    Pengertian Stres.....	10
2.1.2    Jenis Stres.....	12
2.1.3    Sumber Stres .....	13
2.3.1    Faktor Yang Memengaruhi Stres .....	14
2.2    Tingkat Stres .....	15
2.3    Koping Stres.....	16
2.3.1    Pengertian Koping Stres.....	16
2.3.2    Jenis Strategi Koping Stres .....	18

2.3.3	Mekanisme Koping .....	21
2.3.4	Faktor yang Memengaruhi Koping Stres .....	22
2.4	Transactional Model of Stress and Coping .....	24
BAB III	.....	27
KERANGKA KONSEP	.....	27
3.1	Kerangka Konsep .....	27
BAB IV	.....	29
METODE PENELITIAN	.....	29
4.1	Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	29
4.2	Populasi Penelitian .....	29
4.3	Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel.....	30
4.4	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	32
4.5	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data .....	33
4.6	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	36
4.7	Teknik Analisis Data.....	38
BAB V	.....	39
HASIL PENELITIAN	.....	39
5.1	Gambaran Umum Universitas Airlangga.....	39
5.2	Karakteristik Responden .....	41
5.3	Tingkat Stres Mahasiswa .....	42
5.3.1	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Usia .....	43
5.3.2	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
5.3.3	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Fakultas .....	44
5.3.4	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Tahun Angkatan.....	45
5.3.5	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Status Tinggal .....	45
5.4	Sumber Stres Mahasiswa .....	45
5.5	Strategi Koping Stres .....	47
5.5.1	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Usia.....	48
5.5.2	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Jenis Kelamin .....	49
5.5.3	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Fakultas ..	50
5.5.4	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Tahun Angkatan .....	51
5.5.5	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Status Tinggal .....	52
BAB VI	.....	53

PEMBAHASAN .....	53
6.1    Karakteristik Responden .....	53
6.2    Tingkat Stres Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya .....	54
6.3    Sumber Stres Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya .....	57
6.4    Strategi Koping Stres Mahasiswa Universitas Airlangga .....	62
BAB VII .....	71
SIMPULAN DAN SARAN .....	71
7.1    Simpulan .....	71
7.2    Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA .....	73
LAMPIRAN.....	82

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
4.1	Jumlah Sampel Per Fakultas	32
4.1	Definisi Operasional	33
5.1	Karakteristik Demografi Pada Mahasiswa Universitas Airlangga	41
5.2	Distribusi Tingkat Stres Pada Mahasiswa Universitas Airlangga	42
5.3	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Usia	43
5.4	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	43
5.5	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Fakultas	44
5.6	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Tahun Angkatan	45
5.7	Sebaran Tingkat Stres Berdasarkan Status Tinggal	45
5.8	Sumber Stres yang Dirasakan Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya	46
5.9	Distribusi Frekuensi Strategi Koping Stres yang Digunakan Pada Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya	47
5.10	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Usia	48
5.11	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Jenis Kelamin	49
5.12	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Fakultas	50
5.13	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Tahun Angkatan	51
5.14	Sebaran Penggunaan Strategi Koping Stres Berdasarkan Status Tinggal	52

**DAFTAR GAMBAR**

Nomor	Judul Gambar	Halaman
2.1	Transactional Model of Stress and Coping	26
3.1	Kerangka Konsep Penelitian	27

**DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan	82
2.	<i>Informed Consent</i>	85
3.	Kuesioner	86
4.	Uji Validitas dan Reliabilitas	92
5.	Etik Penelitian	95
6.	Surat Ijin Penelitian	96
7.	Hasil Analisis Data SPSS	97
8.	Dokumentasi Kuesioner Online	117
9.	Poster Koping Stres	118