

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
2.1 Regulasi Diri.....	7
A. Pengertian Regulasi Diri.....	7
B. Tahapan Regulasi Diri.....	9
C. Aspek – aspek Regulasi Diri.....	12
D. Faktor – faktor yang mempengaruhi Regulasi Diri.....	13
2.2 Koping Stres.....	14

A. Pengertian Koping Stres.....	14
1. Aspek-Aspek Koping Stres.....	15
2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Koping Stres.....	18
2.3 Dinamika Psikologis.....	20
2.4 Kerangka Penelitian	22
2.5 Hipotesis.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	24
3.1 Identifikasi Variabel.....	24
3.2 Definisi Operasional.....	24
1. Regulasi Diri.....	24
2. Koping Stres.....	25
3.3 Subjek Penelitian.....	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel Penelitian.....	26
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	26
1. Skala Regulasi Diri.....	27
2. Skala Koping Stres.....	27
3.5 Validitas dan Reliabilitas.....	29
1. Validitas.....	29
2. Reliabilitas.....	30
3.6 Metode Analisis Data.....	31
1. Uji Normalitas.....	32

2. Uji Linearitas.....	32
3. Uji Hipotesis.....	32

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN..... 34

4.1 Prosedur Penelitian.....	34
A. Proses Perizinan.....	34
B. Persiapan dan Pelaksanaan Uji Coba.....	34
C. Pelaksanaan Uji Coba (<i>try out</i>).....	34
D. Hasil Uji Coba.....	34
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	37
4.3 Interpretasi Skor Data Penelitian.....	37
4.4 Hasil Analisi Data.....	37
A. Uji Asumsi.....	40
a. Uji Multikoleniaritas.....	40
b. Uji Normalitas.....	41
c. Uji Linearitas.....	41
B. Uji Hipotesis.....	43
4.5 Pembahasan.....	44

BAB V PENUTUP..... 47

5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran.....	47
1. Bagi karyawan Pasca PHK.....	47
2. Kepada Peneliti Selanjutnya.....	48

DAFTAR PUSTAKA.....	49
---------------------	----

LAMPIRAN.....	
---------------	--



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blue Print</i> Regulasi Diri Sebelum <i>Try Out</i>	28
Tabel 3.2	<i>Blue Print</i> Skala Koping Stres Sebelum <i>Try Out</i>	29
Tabel 4.1	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Diri Untuk Penelitian (Setelah <i>Try Out</i>).....	35
Tabel 4.2	<i>Blue Print</i> Skala Koping Stres Untuk Penelitian (Setelah <i>Try Out</i>).....	36
Tabel 4.3	Perbedaan Mean, Standard Deviasi Variabel Regulasi Diri dengan Koping Stres.....	37
Tabel 4.4	Rumus Kategorisasi.....	38
Tabel 4.5	Rentang Nilai Dan Kategorisasi Skor Partisipan Regulasi Diri.....	38
Tabel 4.6	Rentang Nilai Dan Ktegorisasi Skor Partisipan Koping Stres berfokus pada masalah.....	39
Tabel 4.7	Rentang Nilai Dan Ktegorisasi Skor Partisipan Koping Stres berfokus pada emosi.....	39
Tabel 4.8	Hasil Uji Asumsi Multikoleniaritas Koping Stres (berfokus pada masalah dan pada emosi).....	40
Tabel 4.9	Hasil Uji Asumsi Normalitas Regulasi Diri dengan Koping Stres.....	41
Tabel 4.10	Hasil uji Linearitas Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Koping Stres.....	42
Tabel 4.11	Determinan Regresi Regulasi Diri dengan Koping Stres berfokus	43

Tabel 4.12	Hubungan Uji Korelasi dan Regresi Regulasi Diri dengan Koping Stres berfokus pada masalah.....	43
Tabel 4.13	Hubungan Uji Korelasi dan Regresi Regulasi Diri dengan Koping Stres berfokus pada emosi	44



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Regulasi Diri dan Koping Stres sebelum Uji Coba

Lampiran 2 Distribusi Data Uji Coba Regulasi Diri

Lampiran 3 Distribusi Data Uji Coba Koping Stres

Lampiran 4 Skala Regulasi Diri Dan Koping Stres Setelah Uji Coba

Lampiran 5 Distribusi Data Penelitian Regulasi Diri

Lampiran 6 Distribusi Data Penelitian Koping Stres