

**GAMBARAN STRATEGI COPING AKADEMIK MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UIR**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Untuk
Memenuhi Sebagai Syarat-syarat Guna Mencapai Derajat Sarjana Strata
Satu Psikologi**



OLEH:

HENDRI YADI

158110058

**PROGRAM STUDI ILMU PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU
PEKANBARU**

2022

LEMBAR PENGESAHAN

GAMBARAN STRATEGI COPING AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS
PSIKOLOGI UIR

HENDRI YADI

158110058

Telah dipertahankan didepan tim penguji pada tanggal
01 Agustus 2022

DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

Ibu Juliarni Siregar, M.Psi, Psikolog

Yulia Herawati, S.Psi, MA

Didik Widiyanto, M.Psi, Psikolog



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
sarjana Psikologi

Pekanbaru 24 Agustus 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Yanwar Arief, M.Psi Psikolog



HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hendri Yadi

NPM : 158110058

Judul Skripsi : Gambaran Strategi Coping Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi manapun, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya manapun pendapat yang sudah pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Pekanbaru, 8 juli 2022

Yang menyatakan,



HENDRI YADI

158110058

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmannirrahim

Alhamdulillahirobbil'alamin berkat rahmat karunia dan atas izin Allah SWT
skripsi ini saya persembahkan untuk:

Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi dan sangat saya banggakan

“Syafirizal dan Suprianti”

Ayah ibu terima kasih atas kasih sayang yang telah kalian berikan sepanjang masa
dan dukungan semangat yang tak pernah henti-hentinya mendoakan saya dan
kiranya kelak aku dapat membalas semua kebaikan kalian

Amin Ya Robbal Alamin

MOTTO

“Hukum itu ada dan hukuman tidak hanya ada dibumi”

(Hendri yadi)

**“Pulanglah kepada Tuhan, dalam keadaan apapun dan dimanapun kau
nantinya”**

(Hendri yadi)

**“Perlu waktu untuk seseorang menyembuhkan traumanya. Tidak
Semua dari kita punya obat dan rentang waktu yang sama agar luka itu
sembuh dengan sendirinya.**

**Anak-anak broken home, mereka yang ditinggal mati oleh orang
tercintanya, mereka yang punya kisah hampir membunuh dirinya, itu semua
adalah trauma yang cukup menyayat jiwa. Apalagi jika itu berkaitan dengan
cinta.**

**Memang, bagi sebagian orang, masalah adalah gempa. Dan hari ini ingatan
mereka belum berhasil dievakuasi dari reruntuhan..”**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang ditujukan untuk memenuhi syarat dalam untuk memperoleh gelar sarjana strata satu psikologi yaitu menyelesaikan skripsi.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof Dr H Syafrinaldi, SH, MCL Selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
3. Bapak Dr Fikri, S.Psi, Msi Selaku wakil Dekan I fakultas Psikologi Universitas Islam Riau sekaligus dosen pembimbing Akademik (PA) yang telah membimbing dalam proses akademik dan selalu memberikan motivasi terhadap peneliti.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu S, Psi M. Psi Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawati, S.Psi, MA Selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Riau.

6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi, Psikolog selaku ketua Program Studi Ilmu Psikologi Universitas Islam Riau dan Dosen Pembimbing Skripsi.
7. Bapak Didik Widiyanto, M.Psi, Psikolog selaku wakil ketua program studi ilmu Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Bapak dan ibu seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah membekali peneliti dengan segala wawasan, ilmu dan pengetahuan yang bermanfaat.
9. Segenap pengurus Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau, yang telah membantu dalam proses Administrasi serta hal-hal lainnya.
10. Teruntuk Ayah (Syafrizal) dan Ibu (Suprianti) tersayang terima kasih banyak atas doa, semangat. Motivasi, nasihat, kasih sayang sayang tidak pernah ada habisnya serta kepercayaan yang telah diberikan kepada peneliti sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan.
11. Teruntuk kakak dan abang kandung saya (Selvie Efrina) dan (Mairi Afandi) yang selalu mendukung dan memberi semangat dari awal perkuliahan sampai akhir masa skripsi ini.
12. Teruntuk seluruh keluarga besar dan saudara-saudara tersayang, terima kasih banyak atas doa, semangat dan motivasi yang kalian berikan.
13. Teman seperjuangan Maymona Pohan, Annisya Fatany dan Epi Kristina yang banyak berkontribusi dalam pembuatan skripsi ini.
14. Teruntuk sahabat saya Chris Toper Pasaribu yang juga selalu mensupport dan memberikan nasehat-nasehatnya untuk tetap berjuang dalam menyelesaikan masa perkuliahan.

15. Teruntuk diri sendiri yang selalu semangat, pantang menyerah, dan harus selalu tetap bersyukur dalam keadaan apapun dan selalu menjadi baik terhadap semua orang.

16. Teruntuk semua responden serta semua pihak yang sangat berjasa bagi peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu sehingga skripsi ini bisa terselesaikan. Semoga menjadi amal yang baik dan mendapat balasan dari Allah SWT. Peneliti berharap semoga skripsi ini bisa memberi manfaat dan sumbangan pemikiran khususnya dibidang ilmu Psikologi.

Skripsi ini belum sepenuhnya sempurna, oleh sebab itu jika terdapat kekurangan dalam penelitian ini bisa menjadi pertimbangan bagi peneliti-peneliti lainnya supaya menjadi sebuah karya tulisan yang lebih lengkap lagi.

Pekanbaru, 8 Juli 2022

Hendri Yadi
158110058

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN.....	i
PERSEMBAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 <i>Strategy Coping</i>	5
2.1.1. Pengertian <i>Strategy Coping</i>	5
2.1.2. Aspek-aspek <i>Strategy Coping</i>	6
2.1.3. Faktor-faktor <i>Strategy Coping</i>	8
2.1.4. Jenis-jenis <i>Strategy Coping</i>	9
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian.....	13
3.2 Identifikasi variabel Penelitian.....	13
3.3 Definisi Operasional.....	13
3.4 Subjek Penelitian.....	14
3.4.1 Populasi Penelitian	14
3.4.2 Sample Penelitian.....	14
3.5 Metode Pengumpulan Data	15
3.6 Validasi dan Reliabilitas Skala.....	17
3.6.1 Validitas	17
3.6.2 Reliabilitas.....	17
3.7 Metode analisis Data.....	18

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Persiapan Penelitian..... 19
4.2 Pelaksanaan Penelitian 20
4.3 Hasil Penelitian..... 21
4.4 Pembahasan 34

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan..... 38
5.2 Saran 39

DAFTAR PUSTAKA 40

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print skala Strategi Coping Akademik	16
Tabel 4.1 Hasil daya Diskriminasi Aitem	20
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek penelitian berdasarkan Jenis kelamin	21
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Angkatan.....	21
Tabel 4.4 Rentang Skor Penelitian	22
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi	23
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Aproach Strategi Coping Akademik	23
Tabel 4.7 Kategori Skor Aproach pada Mahasiswa Secara Umum	24
Tabel 4.8 Kategori skor Aproach Berdasarkan Jenis Kelamin	25
Tabel 4.9 Kategori Skor Aproach Berdasarkan Angkatan.....	26
Tabel 4.10 Kategori skor Avoidance pada Strategi Coping Akademik	27
Tabel 4.11 Kategori Skor Avoidance pada Mahasiswa Secara Umum	27
Tabel 4.12 Kategori Skor Avoidance Berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 4.13 Kategori Skor Avoidance Berdasarkan Jenis Angkatan	29
Tabel 4.14 Kategori Skor Social Support pada Strategi Coping Akademik	31
Tabel 4.15 Kategori Skor Avoidance pada Mahasiswa Secara Umum	31
Tabel 4.16 Kategori Skor Social Support Berdasarkan Jenis Kelamin.....	32
Tabel 4.17 Kategori Skor Social Support Berdasarkan Jenis Angkatan	33

DAFTAR LAMPIRAN

- LAMPIRAN I : Kuesioner Penelitian
LAMPIRAN II : Hasil Uji Validitas dan Reabilitas
LAMPIRAN III : Data Penelitian
LAMPIRAN IV : Hasil Uji Chi-square
LAMPIRAN V : Kartu Bimbingan Tugas Akhir



**GAMBARAN *STRATEGY COPING* AKADEMIK MAHASISWA
FAKULTAS PSIKOLOGI UIR**

**HENDRI YADI
158110058**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

ABSTRAK

Strategi coping adalah upaya individu untuk mengubah pola kognitif dan perilaku yang mengancam baik fisik maupun psikis. Adapun aspek-aspek dalam strategi *coping* ini adalah: *approach coping*, *avoidance coping* dan *social support*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *strategi coping akademik* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini ialah Skala Strategi *Coping Akademik* pada mahasiswa yang terdiri dari 26 aitem. Populasi pada penelitian ini yaitu Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang berjumlah 870. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 90 sampel. Cara penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan *metode probabilistic sampling*. Dari hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas *Approach* pada mahasiswa berada dikategori sedang yaitu sebanyak 40 orang dengan persentase 44,4%. Kemudian dari hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas *avoidance* pada mahasiswa berada dikategori sedang yaitu sebanyak 39 orang dengan persentase 43,3%. Pada kategori *social support* mayoritas mahasiswa berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 49 orang dengan persentase 54,4%. Dengan begitu, *strategi coping akademik* yang digunakan mahasiswa Fakultas Psikologi UIR mayoritas berada pada kategori sedang.

Kata Kunci: *Strategy coping akademik mahasiswa*.

**DESCRIPTION OF ACADEMIC COPING STRATEGY FOR STUDENTS OF
THE FACULTY OF PSYCHOLOGY UIR.**

HENDRI YADI
158110058

**FACULTY PSYCHOLOGY
RIAU ISLAMIC UNIVERSITY**

ABSTRACT

Coping strategies are individual efforts to change cognitive and behavioral patterns that threaten both physically and psychologically. The aspects of this coping strategy are: approach coping, avoidance coping and social support. The purpose of this study was to determine the description of academic coping strategies in students of the Faculty of Psychology, Islamic University of Riau. The measuring instrument used in this study is the Academic Coping Strategy Scale for students which consists of 26 items. The population in this study were 870 active students of the Faculty of Psychology. The samples used in this study were 90 samples. The method of determining the sample in this study uses the probabilistic sampling method. From the results of the study, it is known that the majority of approaches in students are in the medium category, namely as many as 40 people with a percentage of 44.4%. Then from the results of the study it is known that the majority of avoidance in students is in the medium category, namely as many as 39 people with a percentage of 43.3%. In the social support category, the majority of students are in the moderate category, as many as 49 people with a percentage of 54.4%. That way, all the academic coping methods used by the students of the Faculty of Psychology UIR are mostly in the moderate category.

Keywords: Student Academic Coping Strategy

وصف إستراتيجية *Coping* أكاديمي لدى الطلاب في كلية علم النفس الجامعة الاسلامية

الرياضية

هيندري يادي

158110058

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

كانت إستراتيجية *coping* هي محاولة الشخص لتغيير أنماط الفكر والسلوك التي تتوعد على الجسم أو النفس. وأما أشكال من إستراتيجية *coping* تتكون على : *approach coping*، *social support*، *avoidance coping*. ويهدف هذا البحث إلى معرفة وصف إستراتيجية *coping* أكاديمي لدى الطلاب في كلية علم النفس الجامعة الاسلامية الرياضية. والألة المستخدمة لقياس هذا البحث هي مقياس إستراتيجية *coping* أكاديمي لدى الطلاب في كلية علم النفس الذي يتكون على 26 بنودا. وتكون مجموعة البحث هي كل التلاميذ في كلية علم النفس وعددها 870 طالبا. وتكون عينة البحث 90 طالبا. وأخذهم الباحث باستخدام طريقة *probabilistic sampling*. ومن نتيجة البحث فتعرف بأن معظم مدخل الطلاب في المستوى متوسط وعددهم 40 طالبا بمؤوية 44.4%. ثم من نتيجة معظم *avoidance* لدى الطلاب في المستوى متوسط وعددهم 39 طالبا بمؤوية 43.3%. و *social support* معظمهم في المستوى متوسط وعددهم 49 طالبا بمؤوية 54.4%. ولذلك، إستراتيجية *coping* أكاديمي التي يستخدمها الطلاب في كلية علم النفس في الجامعة الاسلامية الرياضية في المستوى متوسط.

الكلمات الرئيسية: إستراتيجية *coping* أكاديمي لدى الطلاب

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa berada pada masa transisi dari remaja menuju dewasa. Di masa dewasa, siswa perlu mandiri dan tidak lagi bergantung pada orang tua mereka untuk menghadapi tekanan ilmiah. Namun, dalam perjalanan perkuliahan, mungkin ada beberapa kendala yang dapat menghambat produktivitas mahasiswa.

Pada awal tahun 2020, ancaman pandemi COVID-19 akan mulai mempengaruhi para sarjana di kelas, dan beberapa universitas akan belajar secara online dengan harapan meliburkan dan menghindari siswa di kelas tatap muka. Penulis melakukan penelitian ini di saat mahasiswa sedang melakukan kegiatan perkuliahan secara daring guna menghindari penyebaran virus COVID-19. Namun masih ada beberapa kegiatan yang berlangsung salah satunya di Tata Usaha masing-masing fakultas. Tentunya hal ini sangat berpengaruh bagi sebagian mahasiswa dan mempengaruhi produktivitas akademiknya.

Salah satu dampak COVID-19 adalah penulis mendapatkan informasi yang penulis cari tahu melalui teman ke teman sesama mahasiswa UIR bahwa mulai dari awal COVID-19 sampai dengan sekarang (tahun 2020 - 2022) ada sebuah fenomena mahasiswa semester akhir di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau memiliki kendala dalam proses perkuliahan. Salah satunya adalah kurangnya biaya dan tekanan dari orang tua dengan tuntutan

wisuda, ada juga beberapa dari mahasiswa tersebut yang melakukan kesalahan pada semester awal seperti tidak aktif kuliah (alfa study), sehingga menyebabkan banyak tertinggal matakuliah dan mengulang. Tentunya hal ini menjadi pemicu mahasiswa yang gagal wisuda (DO).

Berdasarkan Redapus mahasiswa program pembelajaran UIR Fakultas Psikologi juga menunjukkan adanya keterlambatan akademik di kalangan mahasiswa. Ada 71 pada 2014, 58 pada 2015, dan 58 pada 2016. , 33 di tahun 2017, 25 di 2018, 11 di 2019, dan 256 di angkatan 2020 karena tidak ada siswa yang menunda-nunda. Dengan menggunakan fenomena tersebut, penulis ingin mengetahui bagaimana penjelasan tentang academic coping strategy bagi mahasiswa psikologi di Universitas Islam Riau.

Berdasarkan fenomena di atas dan dipadukan dengan pendapat Kuncharin dan Mohamad (2014), mengemukakan bahwa faktor akademik merupakan penyebab utama stres yang dialami mahasiswa. Ketika tekanan ini dianggap negatif, mereka mempengaruhi motivasi dan kinerja individu (Struthers, Perry, dan Menec, 2000).

Struthers et al (2000) Hal ini juga menunjukkan bahwa siswa yang tidak mampu mengatasi pengalaman akademik negatif cenderung kurang termotivasi dan kurang mampu melaksanakan. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Hill (2014) yang menemukan bahwa coping hanya berfokus pada emosi.

Ini berkorelasi dengan tingkat stres yang tinggi dan kinerja akademik yang rendah. Menurut penelitian lain oleh Thien dan Razak (2013), siswa

yang mengatasi masalah sekolah memiliki korelasi positif dengan kualitas kehidupan sekolah mereka.

Mengingat pentingnya strategi coping untuk pertumbuhan siswa dan keberhasilan akademik, adalah penting bahwa penasihat akademik, tutor, atau pembuat kebijakan menyadari strategi *coping* siswa. Jika penasihat universitas, supervisor, atau pembuat kebijakan dapat melihat strategi mengatasi siswa, informasi yang diperoleh dapat digunakan untuk mengidentifikasi target potensial untuk intervensi seperti: Bagi Metode pengajaran yang lebih adaptif (Sullivan, 2010). Dengan mengetahui strategi *coping* sebelumnya, siswa sendiri dapat lebih mengenali reaksi yang tidak pantas dalam menghadapi stres akademik dan membantu mereka memikirkan kembali reaksi tersebut (Kirikkanat dan Kali Soyer, 2016). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui penjelasan tentang *strategi academic coping* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIR.

1.2. Rumusan Masalah

Menurut pemaparan latar belakang diatas rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, bagaimana gambaran *strategi coping akademik* pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam riau.

1.3. Tujuan Penelitian

Berawal dari uraian masalah, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kerja strategi coping akademik di kalangan mahasiswa psikologi di Universitas Islam Riau.

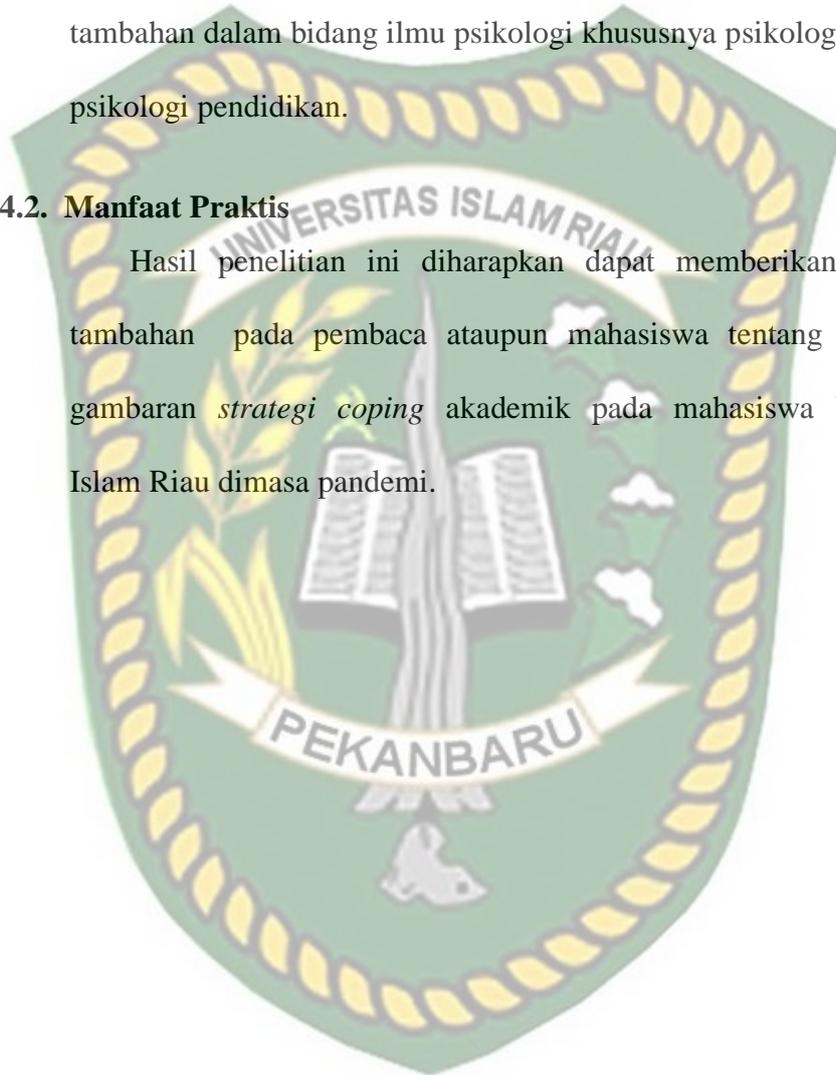
1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan pada penelitian ini dapat memberikan referensi tambahan dalam bidang ilmu psikologi khususnya psikologi klinis dan psikologi pendidikan.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan pada pembaca ataupun mahasiswa tentang bagaimana gambaran *strategi coping* akademik pada mahasiswa Universitas Islam Riau dimasa pandemi.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. *Strategi Coping*

2.1.1 Pengertian *Strategy Coping*

Coping berasal dari kata *coping* yang secara harfiah berarti mengatasi atau mengatasi (*overcoming* = mengatasi, bekerja). Namun, istilah *coping* sudah jamak dalam psikologi dan memiliki makna yang kaya, sehingga penggunaan istilah ini untuk memahami bahwa *coping* tidak semudah arti harfiahnya. Akan dipertahankan dan segera dimasukkan ke dalam bahasa Indonesia. *Coping* sering disamakan dengan adaptasi. Menurut Siswanto (2007), mengatasi sering diartikan sebagai cara untuk memecahkan suatu masalah (*problem solving*).

Rustiana dan Cahyati (2012) menunjukkan bahwa *coping* adalah kemampuan untuk mengatasi masalah, adalah proses yang digunakan manusia untuk mengatasi tuntutan stresor. *Coping* adalah proses dimana seorang individu berusaha untuk mengatur jarak yang ada antara permintaan (baik dari orang dan lingkungan) dan sumber daya yang mereka miliki.

Strategi perilaku *coping* Chaplin (2011) adalah (aksi atau penanggulangan). Tindakan (tugas, masalah) atas nama mereka yang berinteraksi dengan lingkungan untuk tujuan mencapai sesuatu. Reber dan Reber (2010) menyatakan bahwa *coping skills* adalah cara sadar dan rasional untuk menghadapi dan mengatasi kecemasan hidup.

Maryam (2017) menunjukkan bahwa strategi *coping* ditujukan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dianggap mendesak, bermanfaat, stres, dan sumber daya yang berlebihan.

Teori yang paling banyak digunakan untuk menjelaskan *strategy coping* adalah teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Maryam, 2017), *coping* didefinisikan sebagai upaya kognitif dan perilaku yang selalu berubah dari 4.444 orang untuk menghadapi situasi spesifik yang menyebabkan stres.

Berdasarkan pengertian beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi coping adalah upaya individu untuk mengubah pola kognitif dan perilaku yang mengancam baik fisik maupun psikis.

2.1.2. Aspek-Aspek Strategi Coping

Aspek strategi coping yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teori Sullivan (Akhtar dan Helmi, 2017). Aspek ini terdiri dari tiga aspek:

a. Approach Coping

Pendekatan coping mengacu pada upaya aktif untuk mengatasi, mengidentifikasi atau memperbaiki masalah. Menurut Sullivan (2010), pendekatan *coping* sama dengan pendekatan *coping* berbasis masalah yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Ini untuk mengurangi stres dengan mempelajari cara dan keterampilan baru untuk menghadapi situasi, situasi, atau masalah

kritis. mengubah. Individu yang menggunakan *strategy coping* ini cenderung melakukan upaya yang berbeda-beda tergantung dari masalah yang dialaminya. Selain itu, individu juga cenderung mengambil tindakan tegas untuk menjawab tantangan akademik yang dihadapinya.

b. Avoidance Coping

Avoidance coping adalah pikiran dan tindakan yang dirancang untuk menghindari masalah yang mempengaruhi individu, dengan kata lain, untuk sementara melarikan diri dari situasi dan lingkungan yang menyebabkan stres. Salah satu strategi konkrit yang diambil adalah dengan menunda mencari solusi dari permasalahan tersebut. Strategi ini lebih sensitif terhadap faktor lingkungan dan internal. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung menghindari situasi yang mengancam, mengambil tindakan, dan menunda menemukan solusi atas masalah yang dihadapinya.

c. Social support Coping

Coping dukungan sosial adalah dukungan sosial emosional yang bisa didapatkan dari keluarga dan teman. Ini juga merupakan aspek *coping* yang terfokus secara emosional yang diusulkan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Santrock, 2003), mencari dukungan sosial dan emosional, yaitu mencari dukungan emosional dan sosial dari orang lain. Apakah konsisten dengan. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung mencari bantuan dari orang-

orang di sekitar mereka. Berdasarkan pembahasan Sullivan (2010) di atas, aspek coping terdiri dari *approach coping*, *avoidance coping*, dan *social support coping*.

2.1.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Strategy Coping*

Menurut Taylor (2006) bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan strategi coping. Kedua faktor tersebut terbagi ke dalam faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal:

Faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti faktor kepribadian dan metode coping yang digunakan. Taylor (2006) mengemukakan bahwa kepribadian mempengaruhi reaksi seseorang terhadap stress dan strategi coping yang digunakan, dan strategi coping yang digunakan. Seperti kepribadian optimistic yang dapat disosiasikan dengan kecenderungan penggunaan problem focused coping. seorang yang optimis akan lebih berantusias untuk mencari pemecahan masalah, karena mereka yakin bahwa semua masalah pasti ada jalan keluar asalkan mau berpikir dan berusaha untuk mencoba, bukan malah pasrah karena semua yang terjadi dalam hidup seorang memang sudah nasib.

b. Faktor eksternal:

Faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti: waktu, uang, pendidikan, kualitas hidup, dukungan keluarga, dan sosial serta tidak adanya stresor lain. Taylor (2006) strategi coping akan lebih efektif menghadapi konflik apapun bila mendapat dukungan dari saudara,

orang tua, teman, tenaga profesional yang tentu akan lebih mempermudah individu tersebut melakukan coping yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan masalah.

2.1.4. Jenis-jenis *Coping*

Lazarus dan Folkman (dalam Santrock, 2003) membagi *coping* menjadi dua jenis, yaitu:

a. *Problem-Focused coping* atau *coping* berfokus pada masalah

Dengan kata lain, strategi kognitif untuk menghadapi stres. Individu yang menggunakan solusi yang berfokus pada masalah biasanya mengambil upaya atau tindakan segera untuk mengatasi, menyelesaikan, atau menyelesaikan masalah. Strategi *coping* ini memungkinkan individu untuk berpikir logis dan memecahkan masalah secara positif. Berdasarkan pembahasan Sullivan (2010) di atas, aspek coping terdiri dari approach coping, avoidance coping, dan social support coping..

b. *Emosion-focused coping* atau *coping* berfokus pada emosi

Artinya, strategi manajemen stres dengan memberikan respon emosional. Individu yang menggunakan strategi coping yang berfokus pada emosi lebih menekankan pada upaya untuk mengurangi atau mengurangi emosi negatif yang mereka rasakan ketika menghadapi suatu masalah. Misalnya, melarikan diri atau menghindari masalah, menyalahkan diri sendiri dan menyesali apa yang terjadi, meminimalkan menyangkal atau berpura-pura baik-baik saja, menemukan makna adalah kesalahan yang mereka alami.

Harber dan Runyon (dalam Siswanto, 2007) juga menyebutkan jenis-jenis *coping* yang dianggap konstruktif atau sehat, yaitu:

a. Penalaran (*Reasoning*)

Artinya, gunakan keterampilan kognitif Anda untuk mengeksplorasi berbagai solusi alternatif untuk masalah Anda dan pilih salah satu yang Anda anggap paling bermanfaat. Individu secara sadar mengumpulkan berbagai informasi yang relevan terkait dengan masalah yang dihadapi, kemudian membuat alternatif solusi, dan kemudian memilih alternatif yang paling sedikit dan yang paling menguntungkan.

b. Objektivitas

Artinya, kemampuan untuk membedakan antara unsur-unsur emosional dan logis dari pemikiran, penalaran, dan perilaku. Kemampuan ini juga mencakup kemampuan membedakan ide-ide yang berkaitan dengan topik yang tidak relevan. Individu yang terkena dampak memiliki kemampuan untuk mengelola emosinya dan dapat membuat keputusan yang tidak hanya didasarkan pada dampak emosional.

c. Konsentrasi

Artinya, kemampuan untuk fokus sepenuhnya pada masalah. Dengan fokus, individu dapat menghindari pikiran yang mengganggu ketika mencoba memecahkan masalah yang dihadapi. Faktanya, banyak orang yang tidak bisa berkonsentrasi saat berada di bawah tekanan. Perhatian mereka terfragmentasi ke dalam aliran pemikiran yang berbeda, dan masalahnya bahkan lebih kabur dan membingungkan.

d. Humor

Dengan kata lain, ini adalah kemampuan untuk melihat sisi menarik dari masalah, membuat perspektif masalah lebih luas, lebih jelas, dan cenderung tidak merasa sedang menghadapi humor. Humor memungkinkan pasien untuk melihat masalah dari sudut pandang manusia, sehingga masalah tersebut ditafsirkan kembali sebagai masalah yang normal, wajar, dan dialami oleh orang lain.

e. Supresi

Artinya, kemampuan untuk menekan reaksi mendadak terhadap situasi yang ada untuk memastikan waktu yang cukup untuk menjadi lebih sadar dan lebih konstruktif. Menghadapi penindasan juga mengandaikan bahwa individu dapat mengelola emosinya, sehingga ketika tekanan muncul, pikiran sadarnya masih pandai mengendalikannya.

f. Empati

Dengan kata lain, kemampuan untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain. Empati juga mencakup kemampuan untuk menghayati dan merasakan apa yang telah dialami dan dirasakan orang lain. Kemampuan empatik ini memungkinkan individu untuk mengembangkan diri dan menghargai perspektif orang lain, menghasilkan pengayaan batin pasien.

Berdasarkan informasi di atas, ada dua pendapat tentang menangani jenis ini. Artinya, Lazarus dan Folkman berpendapat bahwa *coping* ada dua

jenis yaitu *coping* yang berfokus pada masalah atau *coping* yang berfokus pada masalah dan *coping* yang berfokus pada emosi. menangani. Sedangkan menurut Harber dan Runyon (Siswanto, 2007), ada tujuh cara untuk menghadapinya. Yaitu penalaran, objektivitas, konsentrasi, humor, penindasan, empati.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menentukan nilai-nilai variabel bebas, baik variabel tunggal maupun variabel ganda (variabel bebas), tanpa perbandingan atau hubungan dengan variabel lain (Siregar, 2012). Menurut Siregar (2012), metode ini perlu menjelaskan apa yang sedang diselidiki dalam kaitannya dengan realitas saat ini. Ini karena dianalisis dan dijelaskan pada titik ini. Pengaturan ini dimaksudkan sebagai studi perbaikan.

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Bungin (2011) menjelaskan bahwa variabel adalah fenomena yang dapat berubah, tetapi ada juga kejadian dan fenomena yang tidak dapat dijadikan variabel. Variabel harus dapat diukur dan harus dijelaskan dalam konsep variabel instrumental, kemudian variabel harus dijelaskan oleh indikator.

Dalam uraian di atas, maka dalam penelitian ini menggunakan satu variabel, yaitu *strategi coping*.

3.3. Definisi Operasional

Strategi Coping adalah upaya kognitif atau perilaku seseorang untuk merespons situasi tertentu yang menyebabkan stres. Strategi coping diukur menggunakan skala tiga sisi yang dibuat oleh Sullivan (2010) dan kemudian disusun ulang oleh Akhtar dan Helmi (2017). Semakin tinggi skor skala,

semakin tinggi kemampuan *coping* akademik siswa dan sebaliknya. Skor yang Anda dapatkan akan lebih rendah dan keterampilan *coping* siswa akan lebih rendah.

3.4. Subjek Penelitian

3.4.1. Populasi penelitian

Populasi didefinisikan oleh sekelompok objek atau subjek yang akan diselidiki. Oleh karena itu, populasi yang disurvei adalah subjek atau yang disurvei, seperti gejala, nilai, peristiwa, sikap terhadap kehidupan, tetapi subjek tersebut dapat digunakan sebagai data survei (Bungin, 2011). Populasi pada penelitian ini yaitu Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang berjumlah 870, data ini diperoleh berdasarkan data dari Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Tahun Ajaran 2021/2022.

3.4.2. Sample penelitian

Menurut Siregar (2012), *sampling* adalah suatu metode pengumpulan data yang menggunakan hanya sebagian dari populasi untuk menentukan karakteristik atau karakteristik populasi yang diinginkan. Cara penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan *metode probabilistic sampling*. *Probability sampling* adalah metode pengambilan sampel di mana setiap anggota populasi memiliki kemungkinan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Salah satu bentuk pengambilan sampel stokastik adalah dengan metode *stratified proporsional random sampling*. *Stratified*

proporsional random sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan lapisan atau lapisan tergantung pada rasio ukuran (Siregar, 2012), sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Jumlah sampel penelitian ini berdasarkan teknik menentukan ukuran sampel yang menggunakan rumus Slovin dimana tingkat kesalahan umumnya digunakan 1% atau 0,01, 5% atau 0,05, dan 10% atau 0,1 (Noor, 2016). Penulis memilih tingkat kesalahan sebesar 10%. Atau 0,1 (Dibulatkan menjadi 90).

Keterangan :

N = Jumlah Populasi

e = *Error level* (tingkat kesalahan)

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka diperoleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 90 orang mahasiswa aktif Fakultas Psikologi UIR.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala respon. Menurut Spector (Azwar, 2012), skala respons adalah teknik yang menempatkan lima pilihan respons dalam ruang kuantitatif yang berkesinambungan, memosisikan setiap pilihan respons, dan menggunakannya sebagai nilai atau skor. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert. Ada dua jenis skala likert, yaitu *favourable* (F) dan *unfavorable* (UF). Ada lima kategori skala Likert. Yaitu tidak pernah,

jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu. Skala penelitian ini menggunakan lima klasifikasi.

Penelitian ini menggunakan skala *strategi coping akademik* berdasarkan teori coping akademik dari Sullivan (2010) kemudian dikembangkan oleh Akhtar dan Helmi (2017) dan kemudian diadaptasi oleh penulis. Skala ini berdasarkan tiga aspek menurut Sullivan (2010) yaitu *Approach*, *Avoidance*, dan *Social Support*. Berikut *blue print* skala *strategi coping akademik* dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini.

Tabel 3.1 Blue Print Skala Strategi Coping Akademik

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah item	Bobot
		Favorable	Unfavorable		
<i>Approach</i>	Mencari informasi, Mengatur jadwal, Berpikir hal positif	1,4,7,10,13,16,19,22,25,28		10	33,3%
	Melakukan pencegahan				
<i>Avoidence</i>	Menyalahkan diri sendiri, Mencari kegiatan pengalihan, Menghindari tugas, Menarik diri		2,5,8,11,14,17,20,23,26,29	10	33,3%
	Berdiskusi dengan teman, Bercerita kepada teman,	3,6,9,12,18,21,24,27,30	15		
<i>Social Support</i>					

3.6. Validasi Dan Reliabilitas Skala

3.6.1. Validitas

Menurut Siregar (2012), validitas adalah rentang di mana alat ukur dapat mengukur apa yang coba diukur (pengukuran yang valid jika fenomena tersebut berhasil diukur). Dalam penelitian ini validitas instrumen diuji oleh peneliti sebelumnya yaitu Akhtar dan Helmi (2017), dan penulis Tidak menguji ulang validitas penelitian yaitu mahasiswa Psikologi UIR .

3.6.2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan nilai yang mengungkapkan seberapa besar sebuah alat ukur dapat dipercaya. Reliabilitas mengungkapkan seberapa konsisten hasil alat ukur. Alat ukur dikatakan bagus dan layak digunakan apabila saat digunakan untuk mengukur berkali-kali akan tetap memiliki hasil yang konsisten, dalam keadaan yang sama pula (Noor,2016).

Koefisien reliabilitas dimulai dari 0,0 hingga 1,0. Apabila hasil uji reliabilitas mendekati angka 1,0 maka alat ukur tersebut semakin tinggi reliabilitasnya (Azwar, 2012). Teknik uji reliabilitas pada penelitian ini telah dilakukan oleh Akhtar dan Helmi (2017) menggunakan teknik *alpha cronbach*. Skala *strategi coping akademik* yang dikembangkan oleh Akhtar dan Helmi (2017) memiliki *koefisien reliabilitas Alpha* sebesar 0,808 untuk dimensi

Approach, 0,818 untuk dimensi *Avoidence*, dan 0,868 untuk dimensi *Social Support*.

3.7. Metode Analisis Data

Analisis data deskriptif digunakan dalam penelitian ini. Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk memberikan gambaran atau penjelasan tentang subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek penelitian, bukan untuk menguji hipotesis (Bungin, 2011).

Hasil analisa deskriptif dari data yang diperoleh adalah berupa gambaran *strategi coping* akademik mahasiswa Fakultas Psikologi UIR yang dapat disajikan dalam bentuk grafik atau presentase. Perhitungan analisis dilakukan dengan program komputer *SPSS 21.00 For Windos*.

Aitem yang baik memiliki nilai daya diskriminasi item diatas 0,3 atau sekurang-kurangnya 0,25 (Azwar,2012). Hasil uji daya diskriminasi item melihat nilai *correted item totally* yang menunjukkan terdapat 4 aitem yang harus digugurkan diantaranya ialah aitem 14, 26, dan 29 pada faktor *approach* dan aitem 15 pada faktor *social support*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Persiapan Penelitian

4.1.1. Persiapan Administrasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Sebelumnya, penulis terlebih dahulu mempersiapkan data jumlah populasi mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Tahun Ajaran 2021/2022. Data tersebut didapat dari Tata Usaha (TU) Fakultas Psikologi UIR. Berdasarkan data, jumlah populasi mahasiswa Psikologi UIR Tahun Ajaran 2021/2022 sebanyak 870 mahasiswa dan dari jumlah populasi tersebut diambil sampel sebanyak 90 mahasiswa.

4.1.2. Persiapan Alat Ukur

Sebelum dilakukannya pengambilan data, penulis terlebih dahulu melakukan uji coba alat ukur tersebut. Tujuan pengujian alat ukur adalah menetapkan validitas dan reliabilitas alat ukur yang digunakan, dan pada penelitian ini menggunakan *try out terpakai*. *Try out terpakai* adalah teknik untuk menguji validitas dan reliabilitas dengan mengumpulkan data dan hasil tes langsung digunakan untuk menguji hipotesis atau gambaran (Hadi, 2012). Pengambilan data dilakukan di Fakultas Psikologi ,Universitas Islam

Riau T.A 2021/2022. Setelah dilakukan uji coba pada skala diperoleh hasil sebagai berikut.

4.1 Hasil Daya Diskriminasi Aitem

Faktor	Aitem	Corrected Item-Total Correlation	Jumlah Aitem Tersisa
Approach			10
	14	-0,054	7
	20	0,133	
Avoidance	29	0,017	
	15	0,112	9
Social_Support			26
		Total	

Teknik uji reliabilitas pada penelitian ini telah dilakukan oleh Akhtar dan Helmi (2017) menggunakan teknik *alpha cronbach*. Skala *strategi coping akademik* yang dikembangkan oleh Akhtar dan Helmi (2017) memiliki *koefisien reliabilitas Alpha* sebesar 0,808 untuk dimensi *Approach*, 0,818 untuk dimensi *Avoidence*, dan 0,868 untuk dimensi *Social Support*.

4.2. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama 13 hari dimulai dari tanggal 5 April 2022 sampai dengan 18 April 2022 dengan jumlah sampel sebanyak 90 mahasiswa dari angkatan 2015 hingga angkatan tahun 2021. Penelitian ini dilakukan dengan cara membagikan skala melalui *Google form* yang dikirim kepada subjek penelitian.

4.3. Hasil Penelitian

4.3.1. Data Demografi Subjek Penelitian

Jumlah keseluruhan subjek penelitian yaitu sebanyak 90 sampel.

Peneliti menguraikan data demografi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin yang mana hasil tersebut dapat dilihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

Tabel 4.2. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
laki-laki	31	34,4 %
perempuan	59	65,6 %
Total	90	100,0 %

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa apabila subjek dibedakan berdasarkan jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan, maka diperoleh jumlah sampel tertinggi ialah berjenis kelamin laki-laki dengan presentase 65,6%. Jumlah subjek yang dibedakan berdasarkan angkatan dapat dilihat pada tabel 4.3.berikut:

Tabel 4.3. Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Jumlah	Pesentase
2016	7	7,8%
2017	19	21,1%
2018	30	33,3%
2019	7	7,8%
2020	18	20,0%
2021	9	10,0%
Total	90	100,0%

Berdasarkan data demografi diatas dapat diketahui bahwa sampel yang dimiliki terdiri dari angkatan 2016 sebanyak 7,8 %, angkatan 2017 sebanyak 21,1 %, angkatan 2018 sebanyak 33,3 %, angkatan 2019 sebanyak 7,8% , angkatan 2020 sebanyak 20,0 %, dan angkatan 2021 sebanyak 10%

4.3.2. Deskripsi Data Penelitian

Data yang diperoleh dari hasil penelitian disajikan dalam bentuk skor empirik dan skor hipotetik kemudian peneliti menguraikan berdasarkan skor maximum, minimum, mean dan standar deviasi. Berikut ini adalah uraian lengkap mengenai skor empirik dan skor hipotetik pada tabel 4.4:

Tabel 4.4 Rentang Skor Penelitian

Variabel Penelitian	Skor X yang diperoleh (<i>Empirik</i>)				Skor X yang diperoleh (<i>Hipotetik</i>)			
	Xmax	Xmin	Mean	SD	Xmax	Xmin	Mean	SD
Aproach	50	10	30	6.666667	20	45	35.29	4.950
Avoidance	35	7	21	4.666667	15	42	26.80	4.931
Social Support	45	9	27	6	14	44	28.12	5.859

Berdasarkan dari tabel diatas dapat dilihat bahwa setiap faktor memiliki mean yang berbeda-beda. Pada faktor *Aproach* memiliki mean tertinggi dengan nilai 35,29 dan mean terendah pada faktor *Avoidance*.Selanjutnya hasil dari deskripsi data penelitian tersebut

akan digunakan untuk mengkategorisasikan skala berdasarkan nilai rata-rata (*Mean*) dan standar deviasi (SD). Kategorisasi yang dibuat menggunakan nilai rata-rata *empirik* dan standar deviasi (SD) *empirik* yang diuraikan pada tabel 4.5 sebagai berikut :

Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,5 SD$
Tinggi	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$
Sedang	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$
Rendah	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 SD$

*Keterangan : M = Mean empirik
SD = Standar Deviasi*

Berdasarkan hasil data dengan menggunakan rumus di atas, klasifikasi Skala Strategi Coping Akademik Mahasiswa UIR Fakultas Psikologi meliputi lima klasifikasi yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

4.3.3. Analisis Deskriptif Terhadap Faktor Approach

1) Deskripsi Faktor *Approach* secara umum.

Kategori penilaian faktor *Approach* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.6.berikut.

Tabel 4.6 Kategorisasi Skor Approach Pada Strategi Coping Akademik

Kategorisasi	Hasil
Sangat Tinggi	$X > 40$
Tinggi	$33,33 < x \leq 40$
Sedang	$26,66 < x \leq 33,33$
Rendah	$20 < x \leq 26,66$
Sangat Rendah	$X < 20$

Tabel 4.7. Kategori skor Approach pada Mahasiswa Secara Umum

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X > 40$	5	5,6
Tinggi	$33,33 < x \leq 40$	14	15,6
Sedang	$26,66 < x \leq 33,33$	40	44,4
Rendah	$20 < x \leq 26,66$	27	30,0
Sangat Rendah	$X < 20$	4	4,4
Total		90	100

Dari tabel 4.7 diatas, diketahui bahwa mayoritas skor Approach mahasiswa berada dikategori sedang yaitu sebanyak 40 orang dengan persentase 44,4% .

Gambar 4.1. Grafik Kategorisasi Approach Secara Umum



Pada grafik tersebut dapat dilihat dari 90 sampel bahwa terdapat 44,4% berada dikategori rata-rata atau sedang untuk faktor Approach.

2) Deskripsi Faktor Approach berdasarkan jenis kelamin.

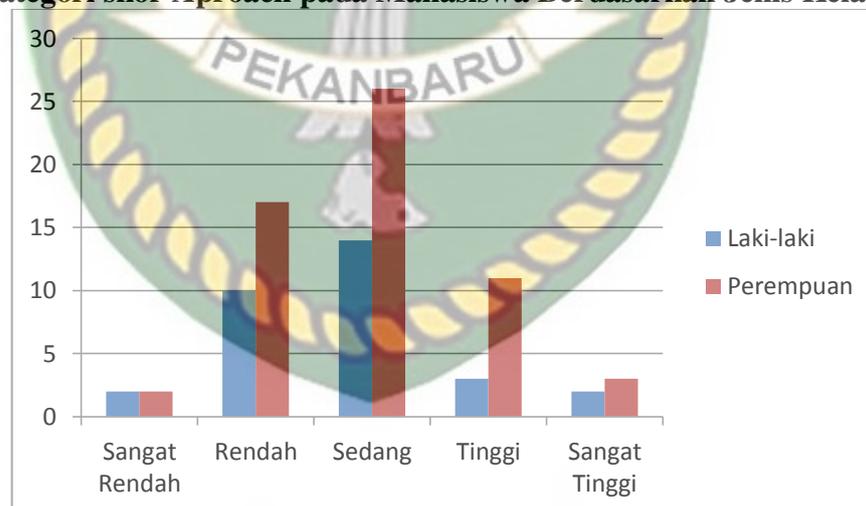
Kategori penilaian faktor Approach pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.8.berikut.

Tabel 4.8. Kategori skor Approach berdasarkan jenis kelamin

Kategori	Laki-laki		Perempuan		Asymp.sig (2-sided)
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	
Sangat Tinggi	2	6,4	3	5	0,803
Tinggi	3	9,6	11	18,6	
Sedang	14	45,3	26	44	
Rendah	10	32,2	17	28,8	
Sangat Rendah	2	6,4	2	3,3	
Total	31	100	59	100	

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *approach* dengan kategori terbanyak berada pada kategori sedang ialah pada perempuan dengan presentasi 44% dengan nilai signifikansi 0,803.

Gambar 4.2.
Kategori skor Approach pada Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin



Dari grafik diatas didapati bahwasanya jumlah tertinggi pada kategori sedang dengan laki-laki dengan presentasi 45,16% dan perempuan dengan presentasi 44,06%.

3) Deskripsi Faktor *Approach* berdasarkan angkatan.

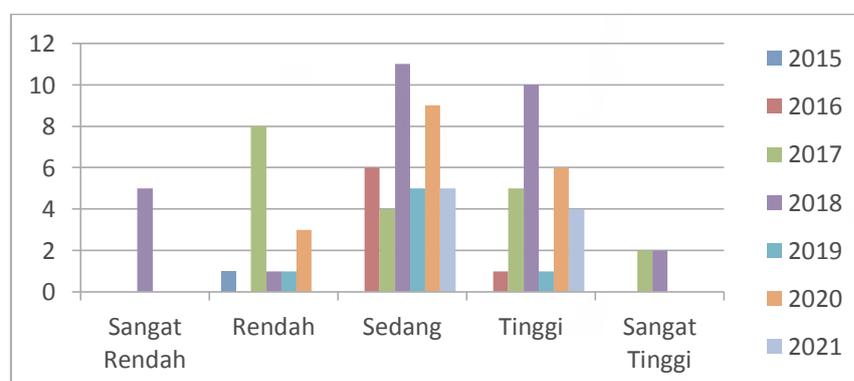
Kategori penilaian faktor *Approach* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.9.berikut.

Tabel 4.9.Kategori skor *Approach* berdasarkan jenis Angkatan

Kategori	2015		2016		2017		2018		2019		2020		2021		Asymp.sig (2-sided)
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Sangat Tinggi	0	0	0	0	2	10,5	2	6,8	0	0	0	0	0	0	0,149
Tinggi	0	0	1	14,3	5	26,1	10	34,4	1	14,3	6	33,3	4	44,4	
Sedang	0	0	6	85,7	4	21,1	11	37,0	5	71,4	9	50,0	5	55,6	
Rendah	1	10,0	0	0	8	42,1	1	3,4	1	14,3	3	16,7	0	0	
Sangat Rendah	0	0	0	0	2	10,5	2	6,8	0	0	0	0	0	0	
Total	1	10,0	7	70,0	19	19,0	29	10,0	7	10,0	18	10,0	9	10,0	

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *approach* dengan kategori sangat tinggi ialah pada angkatan 2017 dan 2018 dengan presentasi 5,% dengan nilai signifikansi 0,803.

Gambar 4.3.Kategori skor *Approach* pada Mahasiswa Berdasarkan Angkatan



Dari grafik diatas didapati bahwasanya jumlah tertinggi pada kategori sedang pada angkatan 2019 dengan presentasi 37,9% dan perempuan dengan presentasi 44,06%.

4.3.4. Analisis Deskriptif Terhadap Faktor *Avoidance*

1) Deskripsi Faktor *Avoidance* secara umum.

Kategori penilaian faktor *Avoidance* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.10,berikut.

Tabel 4.10 Kategorisasi Skor *Avoidance* Pada *Strategi Coping Akademik*

Kategori	Hasil
Sangat Rendah	$X > 28$
Rendah	$23,33 < x \leq 28$
Sedang	$18,66 < x \leq 23,33$
Tinggi	$14 < x \leq 18,66$
Sangat Tinggi	$x \leq 14$

Tabel 4.11 .Kategori skor *Avoidance* pada Mahasiswa Secara Umum

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X > 28$	5	5,6
Tinggi	$23,33 < x \leq 28$	24	26,7
Sedang	$18,66 < x \leq 23,33$	39	43,3
Rendah	$14 < x \leq 18,66$	16	17,8
Sangat Rendah	$x \leq 14$	6	6,7
Total		90	100

Gambar 4.4. Grafik Kategorisasi *Avoidance* Secara Umum

Pada grafik tersebut dapat dilihat dari 90 sampel bahwa terdapat 43,3% berada dikategori rata-rata atau sedang untuk faktor *Avoidance*.

2) Deskripsi Faktor *Avoidance* berdasarkan jenis kelamin.

Kategori penilaian faktor *Avoidance* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.12. berikut.

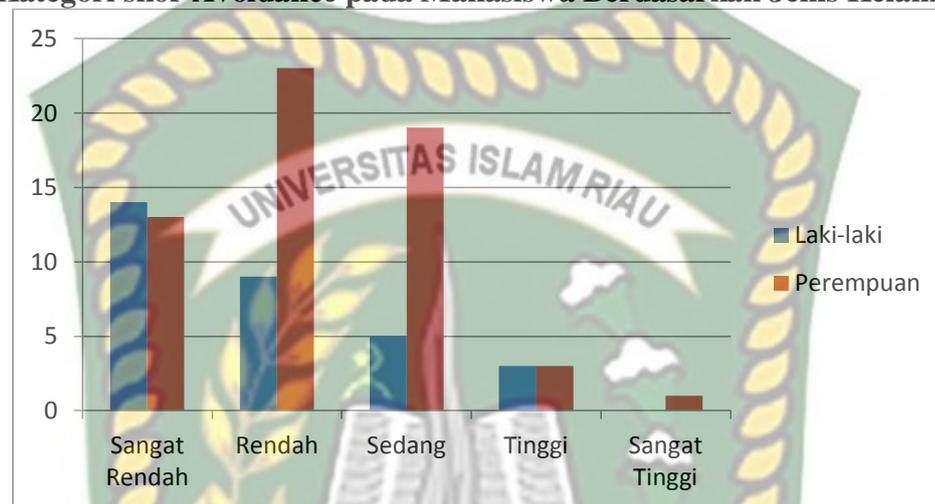
Tabel 4.12 .Kategori skor *Avoidance* berdasarkan jenis kelamin

Kategori	Laki-laki		Perempuan		Asymp.sig (2-sided)
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	
Sangat Rendah	14	45.2	13	22.03	0,397
Rendah	9	29	11	18.64	
Sedang	5	16.1	26	44.07	
Tinggi	3	9.68	17	28.81	
Sangat Tinggi	0	0	2	3,39	
Total	31	100	59	100	

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *avoidance* mayoritas beraa dalam kategori sedang ialah

pada perempuan dengan presentasi 44,07% dengan nilai signifikansi 0,397.

Gambar 4.5.
Kategori skor Avoidance pada Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin



Dari grafik diatas didapati bahwasanya jumlah tertinggi pada kategori sangat rendah pada laki-laki dengan presentasi 45,2% dan kategori sedang pada perempuan dengan presentasi 44,07%.

3) Deskripsi Faktor *Avoidance* berdasarkan angkatan.

Kategori penilaian faktor *Avoidance* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.13.berikut.

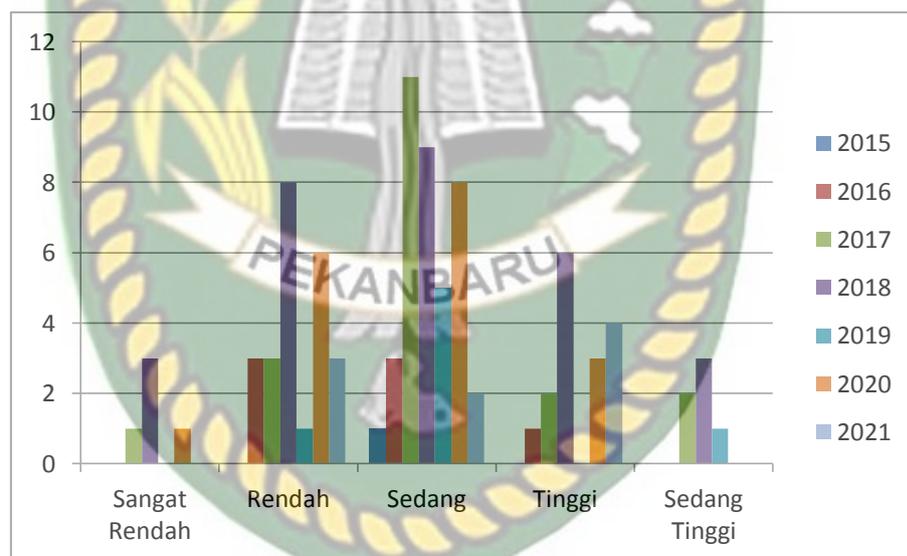
Tabel 4.13 . Kategori skor *Avoidance* berdasarkan jenis Angkatan

Kategori	2015		2016		2017		2018		2019		2020		2021		Asymp.sig (2-sided)
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Sangat Rendah	0	0	0	0	1	5	3	10	0	0	1	6	0	0	0,707
Rendah	0	0	3	43	3	16	8	28	1	14	6	33	3	33.3	
Sedang	1	10	3	43	11	58	9	31	5	71	8	44	2	22.2	

Tinggi	0	0	1	14	2	11	6	21	0	0	3	17	4	22
														44.4
Sangat Tinggi	0	0	0	0	2	11	3	10	1	14	0	0	0	0
Total	1		7	100	19	100	29	100	7	100	18	100	9	100

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *avoidance* dengan kategori sangat tinggi ialah pada angkatan 2017 dan 2018 dengan presentasi 11% dan 10% dengan nilai signifikansi 0,707.

Gambar 4.6.
Kategori skor *Avoidance* pada Mahasiswa Berdasarkan Angkatan.



Dari grafik diatas diketahui bahwa frekuensi *avoidance* mayoritas terdapat dikategori sedang pada angkatan 2017.

4.3.5. Analisis Deskriptif Terhadap Faktor *Social Support*

1) Deskripsi Faktor *Social Support* secara umum.

Kategori penilaian faktor *Social Support* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.14. berikut.

Tabel 4.14 Kategorisasi Skor *Social Support* Pada Strategi Coping Akademik

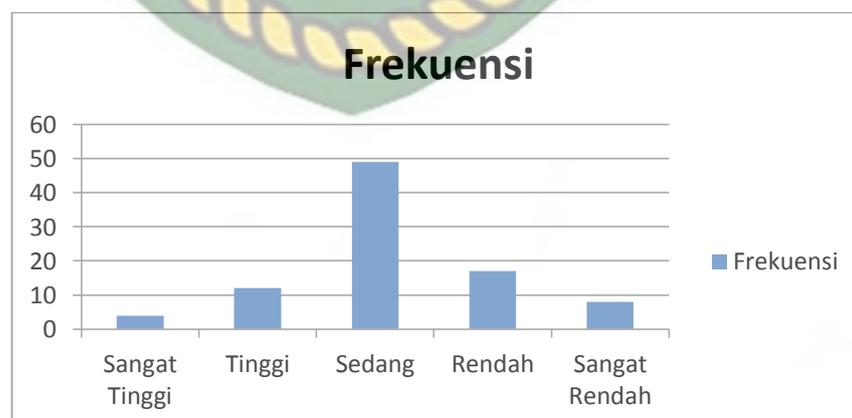
Kategori	Hasil
Sangat Tinggi	$X > 34,92$
Tinggi	$29,24 < x \leq 34,92$
Sedang	$23,55 < x \leq 29,24$
Rendah	$17,87 < x \leq$
Sangat Rendah	$x \leq 17,87$

Tabel 4.15 .Kategori skor *social support* pada Mahasiswa Secara Umum

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	$X > 34,92$	4	4,4
Tinggi	$29,24 < x \leq 34,92$	12	13,3
Sedang	$23,55 < x \leq 29,24$	49	54,4
Rendah	$17,87 < x \leq$	17	18,9
Sangat Rendah	$x \leq 17,87$	8	8,9
Total		90	100

Dari tabel 4.15 diatas diketahui bahwa mayoritas berada dikategori sedang yang artinya mahasiswa psikologi rata-rata memiliki tingkat avoidance dengan presentase 54,4 % dalam strategi *coping* akademik yang sedang.

Gambar 4.7.
Grafik Kategorisasi *Social Support* Secara Umum



2) Deskripsi Faktor *Social Support* berdasarkan jenis kelamin.

Kategori penilaian faktor *Social Support* pada mahasiswa Psikologi

UIR dapat dilihat pada tabel 4.16. berikut.

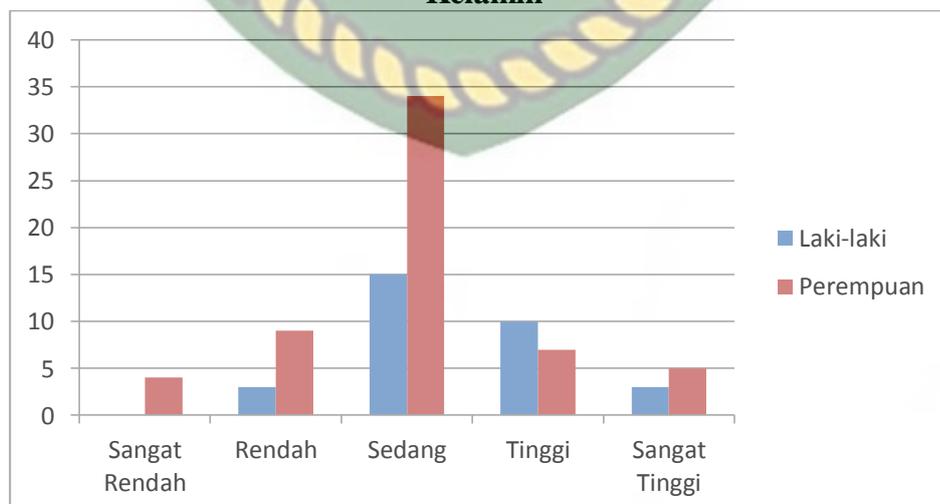
Tabel 4.16 .Kategori skor *Social Support* berdasarkan jenis kelamin

Kategori	Laki-laki		Perempuan		Asymp.sig (2-sided)
	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	
Sangat Rendah	0	0	4	7	0,116
Rendah	3	10	9	15	
Sedang	15	48	34	58	
Tinggi	10	32	7	12	
Sangat Tinggi	3	10	5	8	
Total	31	100	59	100	

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *Social Support* dengan kategori sangat tinggi terbanyak ialah pada perempuan dengan presentasi 8,0 % dengan nilai taraf signifikansi 0,116.

Gambar 4.8.

Grafik Kategori skor *Social Support* pada Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin



Dari grafik diatas didapati bahwasanya jumlah tertinggi pada kategori sedang pada laki-laki dengan presentasi 48% dan perempuan dengan presentasi 54%.

3) Deskripsi Faktor *Social Support* berdasarkan angkatan.

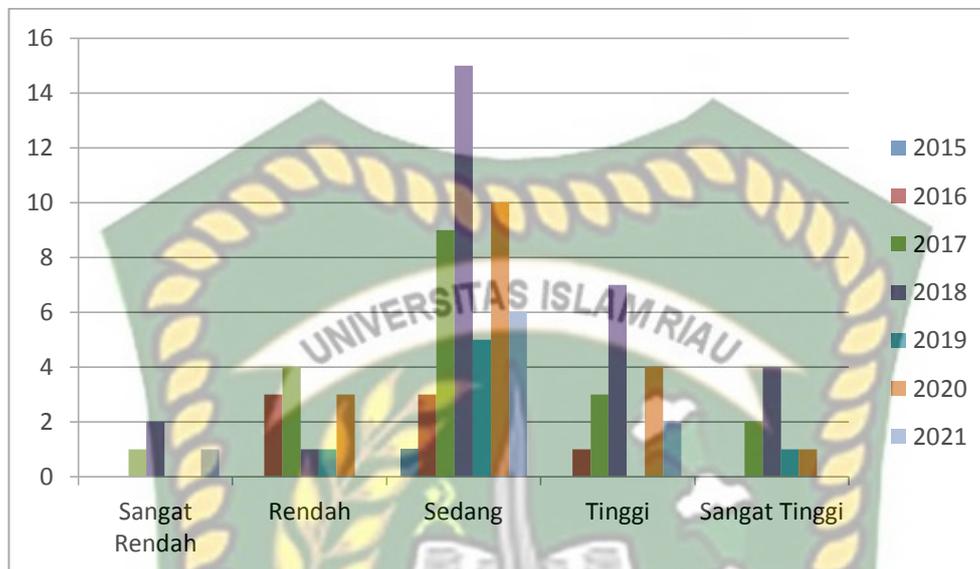
Kategori penilaian faktor *Social Support* pada mahasiswa Psikologi UIR dapat dilihat pada tabel 4.17.berikut.

Tabel 4.17. Kategori skor *Social Support* berdasarkan jenis Angkatan

Kategori	2015		2016		2017		2018		2019		2020		2021		Asymp.sig (2-sided)
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Sangat Rendah	0	0	0	0	1	5	2	7	0	0	0	0	1	11	0,789
Rendah	0	0	3	43	4	21	1	3	1	14	3	17	0	0	
Sedang	1	100	3	43	9	47	15	52	5	71	10	56	6	67	
Tinggi	0	0	1	14	3	16	7	24	0	0	4	22	2	22	
Sangat Tinggi	0	0	0	0	2	11	4	14	1	14	1	6	0	0	
Total	1	100	7	100	19	100	29	100	7	100	18	100	9	100	

Berdasarkan tabel diatas didapati bahwa yang memiliki faktor *Social support* dengan kategori sangat tinggi ialah pada angkatan 2017, 2018 dan 2019 dengan presentasi 11% dan 14% dengan nilai signifikansi 0,789.

Gambar 4.9. Kategori skor *Social Support* pada Mahasiswa Berdasarkan Angkatan.



Dari grafik diatas diketahui bahwa frekuensi *Social Support* tertinggi terdapat dikategori sedang pada angkatan 2017.

4.4. Pembahasan

Dalam penelitian ini menggambarkan hasil *strategi coping akademik* Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR dengan subjek 90 orang mahasiswa menunjukkan hasil bahwa mahasiswa UIR mayoritas menggunakan semua *strategi coping* akademik (*Approach*, *Avoidance* dan *social support*) yang berada dalam kategori sedang dengan persentase 38%. Artinya Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR Sebagian besar memiliki *strategi coping akademik* yang sedang dimana berarti Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR dapat mengatur dan menentukan atau memperbaiki masalah akademik, dapat menghindari permasalahan mengenai akademik serta mendapatkan dukungan sosial dari orang sekitar dikategori sedang.

Rustiana dan Cahyati (2012) telah menunjukkan bahwa kemampuan *coping*, atau kemampuan memecahkan masalah, adalah proses yang digunakan orang untuk menghadapi tuntutan stres. *Coping* adalah proses dimana seorang individu berusaha untuk mengatur jarak yang ada antara permintaan (baik dari individu dan lingkungan) dan sumber daya yang mereka miliki. Chaplin (2011) kemudian menunjukkan bahwa strategi *coping* adalah tindakan atau tindakan yang mengatasi semua tindakan ketika seorang individu berinteraksi dengan lingkungan untuk tujuan menyelesaikan suatu tugas atau masalah.

Dari hasil penelitian didapat bahwa *strategi coping* akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR dengan jumlah subjek 90 orang mahasiswa, Sebagian besarnya memiliki *strategi coping* akademik yang sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriliana (2021) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mulawarman dengan jumlah subjek sebanyak 85 mahasiswa dimana hasil penelitiannya menyebutkan bahwa *strategi coping* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mulawarman berada pada tingkat sedang yaitu sebesar 76,5%. Artinya, mahasiswa dapat atau mampu menghadapi permasalahan akademik dan kemudian mahasiswa dapat menghindari permasalahan-permasalahan akademik dengan baik serta mahasiswa juga mendapatkan dukungan sosial yang baik dari orang sekitarnya.

Strategi coping akademik yang dijelaskan oleh Sullivan (dalam Akhtar dan Helmi, 2017) memiliki tiga aspek yaitu *Approach coping*, *Avoidance*

coping, serta *Social support coping*. Dari hasil penelitian gambaran *strategi coping* akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR terdapat pada kategori sedang, artinya mahasiswa Sebagian besarnya dapat melakukan tindakan yang tegas untuk mengatasi tantangan-tantangan akademiknya, menghindari permasalahan, serta mendapatkan dukungan positif dari orang lain.

Hasil penelitian gambaran *strategi coping* akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIR dilihat berdasarkan aspek *Approach coping* menunjukkan bahwa sampel paling banyak yaitu pada kategori sedang 44,4% dengan jumlah 40 orang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengatasi masalahnya dengan baik. Kemudian dilihat berdasarkan aspek *Avoidance Coping* menunjukkan bahwa sampel paling banyak yaitu pada kategori tinggi 43,3% dengan jumlah 39 orang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu melepaskan diri dari permasalahan akademiknya, terakhir berdasarkan aspek *Social Support Coping* menunjukkan bahwa sampel paling banyak yaitu pada kategori sedang 54,4% dengan jumlah 49 orang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mendapat dukungan sosial yang baik dari orang sekitarnya.

Pemeriksaan gender berikut menunjukkan bahwa baik pria maupun wanita berada dalam kategori sedang. Artinya, 45,3% adalah laki-laki dan 44% adalah perempuan. Kemudian ditinjau berdasarkan tahun angkatan dapat dilihat bahwa dari angkatan 2015 hingga angkatan 2021 *strategi coping* akademik mahasiswa juga berada pada kategori sedang yaitu 85,7% pada

angkatan 2016, 21% pada angkatan 2017, 37,9% pada angkatan 2018, 71,4% pada angkatan 2020, serta 55,5% pada angkatan 2021.

Penelitian ini tentu belum sempurna, penelitian ini merupakan penelitian dasar yang menjelaskan gambaran *strategi coping* akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR sehingga tidak menjelaskan secara mendalam mengenai apa saja hal-hal yang berperan dalam mewujudkan *strategi coping* akademik yang baik bagi mahasiswa. Kemudian secara teknis pengambilan data juga masih belum sempurna, dimana peneliti tidak dapat secara langsung berinteraksi dengan subjek penelitian.



BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan seperti berikut:

1. Gambaran *Strategi Coping Akademik* Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR tergolong pada kategori sedang yaitu sebesar 38%. Artinya Mahasiswa Fakultas Psikologi UIR memiliki *strategi coping* akademik akan tetapi tidak tergolong tinggi ataupun rendah namun berada pada kategori sedang.
2. Berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat bahwa *strategi coping* akademik mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan termasuk dalam kategori yang sedang, yaitu 50% untuk laki-laki dan 44,4% untuk perempuan.
3. Berdasarkan tahun Angkatan dapat dilihat bahwa dari Angkatan 2015 hingga Angkatan 2021 mahasiswa Fakultas Psikologi memiliki *strategi coping* akademik yang sedang yaitu, 60% pada angkatan 2015, 42,9% pada angkatan 2016, 41,7% pada angkatan 2017, 46,5% pada angkatan 2018, 35,9% pada angkatan 2020, serta 50% pada angkatan 2021.
4. Berdasarkan aspek dapat dilihat bahwa pada aspek *Approach coping* mahasiswa termasuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 44,4%, kemudian pada aspek *Avoidance coping* berada pada kategori sedang

5. pula yaitu sebesar 43,3%, terakhir berdasarkan aspek *Social Support Coping* berada pada kategori sedang yaitu 54,4%.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil temuan dari penelitian ini, maka ada beberapa hal yang perlu di sarankan oleh peneliti:

1. Bagi Mahasiswa

Dari hasil survey dapat diketahui bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi UIR memiliki *strategy coping* yang sedang, dan diharapkan dapat meningkatkan *strategy coping* akademik dengan cara lebih dapat mengatur, menentukan atau memperbaiki masalah akademik, lebih dapat menghindari masalah, dan lebih mendapat dukungan positif dari lingkungannya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Kajian *strategi coping* akademik yang hanya menggunakan teknik deskriptif analitis mendorong peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian serupa dengan menggunakan metode yang berbeda, termasuk penelitian kualitatif dan kuantitatif. Variabel yang dapat dikorelasikan adalah kecemasan dan stres akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangan*. Yogyakarta: ANDI
- Rustiana, E. R., Cahyati, W.H. (2012). Stres Kerja dengan Pemilihan Strategi Coping. *Jurnal kesehatan masyarakat*. No 2 (7). 150-155
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Reber, S.A., dan Reber, S.E. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal konseling Andi Matappa*. No 2(1).
- Lazarus, R.S dan Folkman, S. (1984). *Stres Appraisal and Coping*. Newyork: Springer Publishing Company.Inc
- Siregar, S. (2012). *Metode penelitian kuantitatif dilengkapi dengan perbandingan perhitungan manual dan SPSS*. Jakarta: Kencana
- Bungin, B. (2011). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Noor, J. (2016). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi: Edisi kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Apriliana, D. N. (2021). Strategi Coping Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. No 1(9). 89-96
- Struthers, C. W., Perry, R. P., dan Menec, V. H. (2000) An examination of the relationship among academic stres, coping, motivation, and performance in collage. *Research in higher education*, 41(5), 581-592.
- Thien, L. M., Razak, N. A., (2013). Academic coping, friendshipquality and student engagement associated with student quality of school life: a partial least square analysis, *social indicatrs research*, 112(3), 679-708.
- Sullivan, J, R., (2010). Preliminary psychometric data for the academic coping strategies scale. *Assessment for effective intervection*, 35(2). 114-127.

Hill, C. (2014). School stress, academic performance , and coping in collage freshmen. *Ufsidae : the undergraduate research journal at the university of northern colorado*, 4(2), 90-97

Kirikkanat, B., dan Kali soyer, M. (2016). Adaptation of the academic coping strategies scale in turkey: a study wuth undergradutes. *Internasional journal of teaching and education* , IV (1), 26-44.

Kuncharin, B., dan Mohamad, A. R, B. (2014). Coping strategies on academic performance among undergraduate students in thailand. *The standard internasional journal trasactions on industrial, financial dan bussines management*, 2(3), 58-61.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau