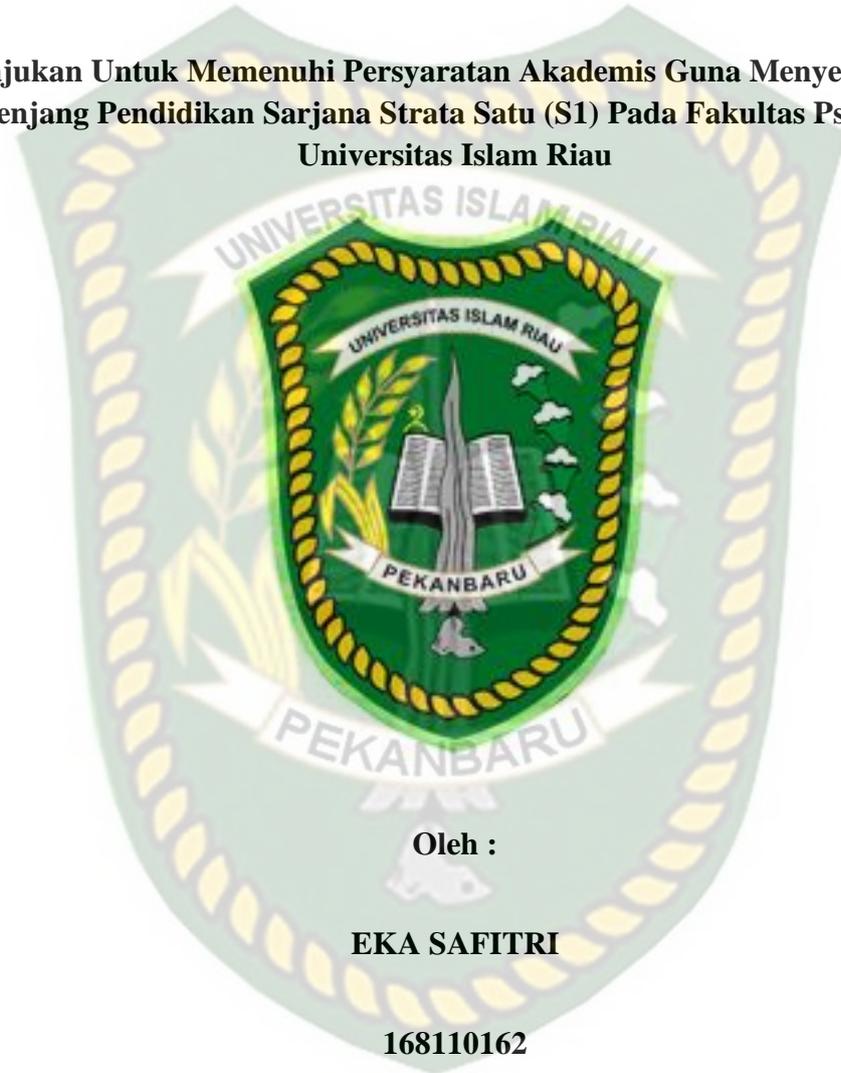


STRATEGI *COPING* MAHASISWA MENGHADAPI PANDEMI

COVID-19

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademis Guna Menyelesaikan
Jenjang Pendidikan Sarjana Strata Satu (S1) Pada Fakultas Psikolog
Universitas Islam Riau**



Oleh :

EKA SAFITRI

168110162

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

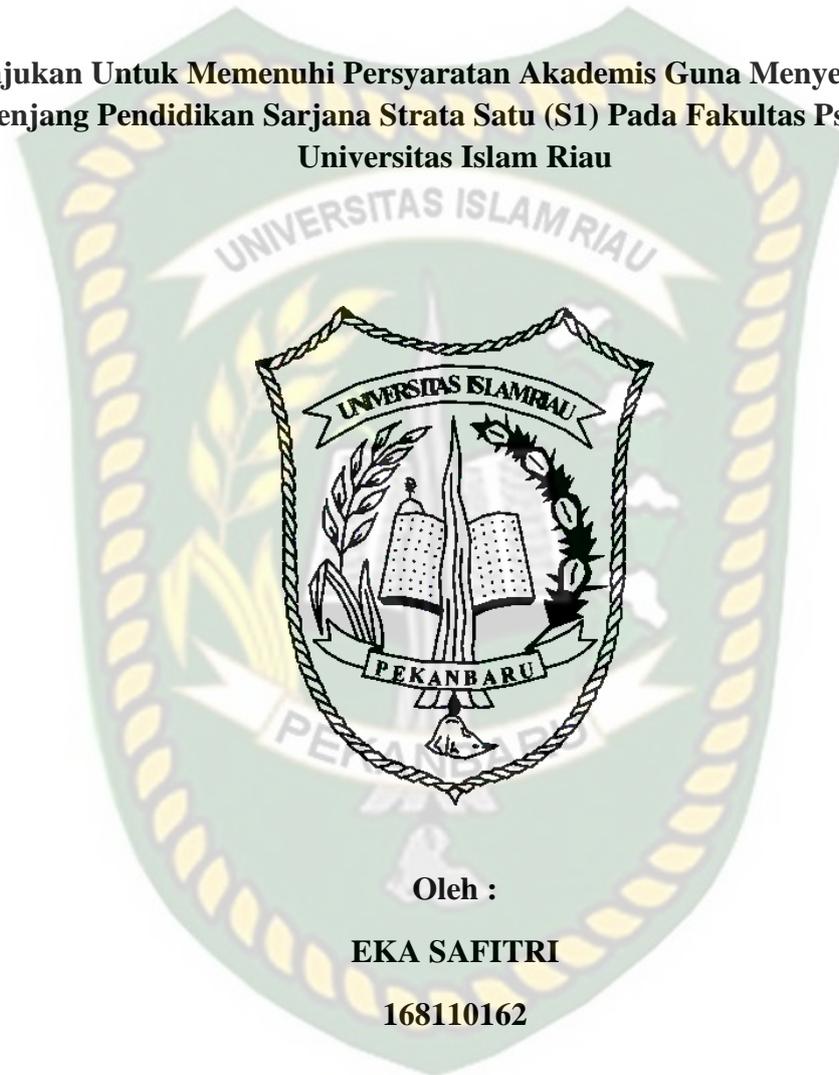
2020

STRATEGI COPING MAHASISWA MENGHADAPI PANDEMI

COVID-19

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Akademis Guna Menyelesaikan
Jenjang Pendidikan Sarjana Strata Satu (S1) Pada Fakultas Psikolog
Universitas Islam Riau**



Oleh :

EKA SAFITRI

168110162

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM RIAU

PEKANBARU

2020

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Safitri

NPM : 168110162

Judul Skripsi : Strategi *Coping* Mahasiswa Menghadapi Pandemi COVID-19

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar kesarjanaan saya dicabut.

Pekanbaru, 17 Desember 2020

Yang menyatakan,

Eka Safitri

168110162

HALAMAN PERSEMBAHAN

BISMILLAHIRRAHMANIRRAHIM

ATAS IZIN ALLAH SWT

KUPERSEMBAHKAN KARYA INI UNTUK KEDUA ORANG TUA YANG
TELAH MEMBESARKAN, MEMBIMBING, MENYAYANGI DAN
MENDOAKANKU

SERTA UNTUK KEDUA ADIK KANDUNGKU

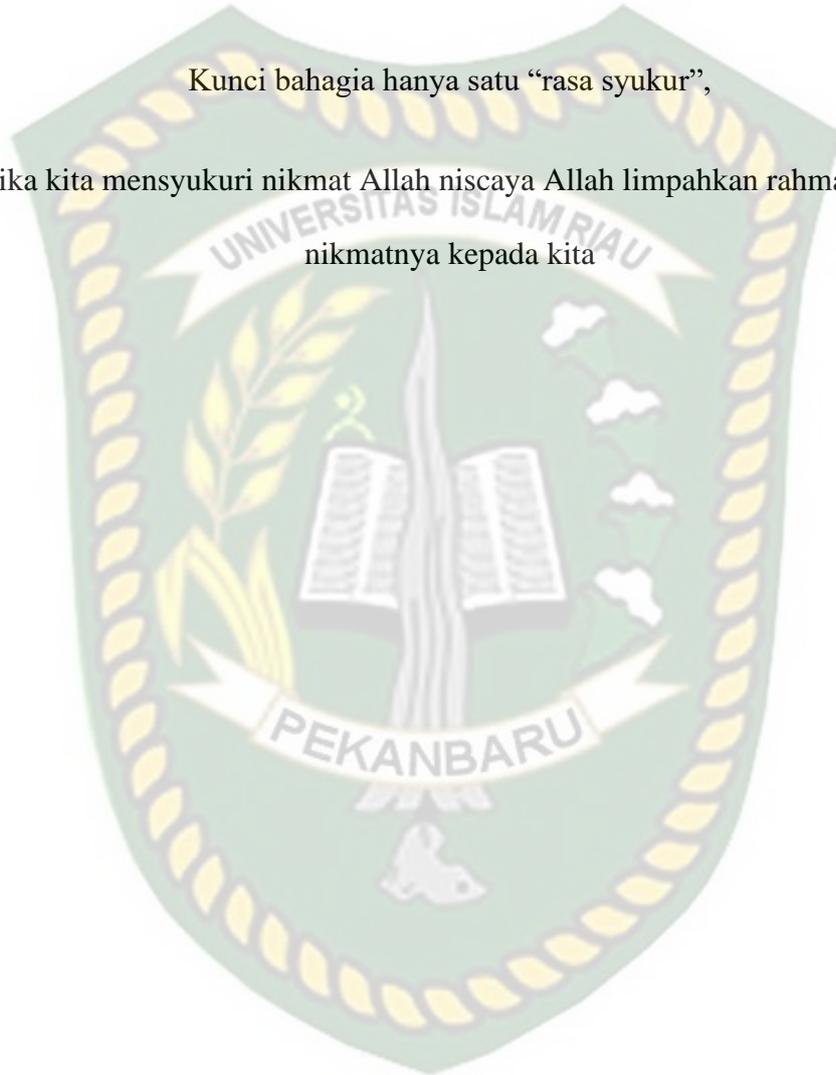
SEMOGA KELULUSAN INI DAPAT MEMBANGGAKAN KALIAN.

MOTTO

Banyak yang mendambakan hidup “bahagia”,

Kunci bahagia hanya satu “rasa syukur”,

jika kita mensyukuri nikmat Allah niscaya Allah limpahkan rahmat dan
nikmatnya kepada kita



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh,

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan Hidayahnya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Salawat serta salam kepada junjungan ulama Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umat manusia dari alam kegelapan ke alam yang berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai tugas akhir di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau untuk memperoleh syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Strata Satu (S1) pada jurusan Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru. Adapun judul skripsi ini adalah **“Strategi Coping Mahasiswa Menghadapi Pandemi Covid-19”**.

Dalam menyelesaikan penulisan dan penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan pengarahan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya terutama kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Syafrinaldi., S.H.,M.C.,L selaku Rektor Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan penulis menimba ilmu pengetahuan di Universitas ini.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau yang telah memberikan kesempatan dan kepercayaan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M.Si, selaku wakil dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil dekan II dan sekaligus sebagai Dosen Pembimbing yang banyak memberikan masukan untuk sempurna skripsi ini.
5. Ibu Yulia Herawati, S.Psi., MA, Selaku wakil dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Uuniversitas Islam Riau.
7. Bapak Didik Widianoro M.Psi., Psikolog Selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
8. Ibu Icha Herawati.,S.Psi.,M.Soc.,Sc dan Irfani Rizal.,S.Psi.,M.Psi selaku dosen yang ramah, selalu memberi semangat dan dosen yang selalu mengarahkan dan memberikan pelajaran lainnya kepada penulis
9. Terima kasih kepada dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Bapak Sigit Nugroho, M.Psi, Bapak Ahmad Hidayat, S.Th.I., M.Psi., Psikolog, ibu Raihanatu Bin Qolbi Ruzain, M.Kes, ibu Syarifah Farradina, S.Psi, M.A, ibu Leni Armayanti, S.Psi, M.Si yang dengan sabar telah memberikan bimbingan dan ilmunya untuk menambah wawasan penulis khususnya dalam bidang psikologi.
10. Kepala tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Bapak Zulkifli Nur, SH, seluruh Karyawan dan tata usah Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Ibu Eka Mailinasari, Ibu Masrifaha, Pak ridho Lesmana, Pak Iwan, Ibu Lliza, Pak Barus, Ibu Endang yang telah membantu dalam menyelesaikan segala kelengkapan administrasi penulis sehingga penulis dapat menyajikan skripsi ini.

11. Ucapan terimakasih khusus di sampaikan penulis kepada kedua orang tua yang selalu memberikan semangat dalam penulisan skripsi
12. kedua adik kandungku Fandy dan Nanda yang menjadi penyemangat bagi penulis
13. untuk para sahabat eka yang selalu ada untuk membantu icut, agus, oja
14. Dan seluruh pihak-pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi yang tidak bisa disebutkan satu persatu, eka ucapkan terima kasih banyak.

Semoga Allah SWT memberi dan melipat gandakan pahala segala amal baik kepada semua pihak yang telah membantu penulis selama penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran berharga dari semua pihak, dan mohon maaf apabila ada kekhilafan atau kesalahan yang penulis lakukan selama ini.

Pekanbaru, Desember 2020

Penulis,

EKA SAFITRI



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau



Dokumen ini adalah Arsip Milik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERNYATAAN.....	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
HALAMAN MOTTO	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumus Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II PERSPEKTIF TEORITIS	
A. Strategi Coping	7
1. Pengertian Strategi Coping	7
2. Factor-faktor yang mempengaruhi Strategi Coping	8
3. Jenis-jenis Strategi Coping	10
B. COVID-19.....	12
C. Kerangka Penelitian	14
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	17
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	17
C. Definisi Operasional	17
D. Subjek Penelitian	18
1. Populasi Penelitian.....	18
2. Sampel Penelitian.....	18
E. Metode Pengumpulan Data.....	19

F. Validitas dan Reabilitas	21
1. Validitas	21
2. Reliabilitas	22
G. Metode Analisis Data.....	22
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	24
B. Hasil Penelitian	24
1. Deskripsi Subjek Penelitian	24
2. Deskripsi Data Penelitian.....	25
C. Pembahasan.....	32
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kerangka Penelitian.....	16
Tabel 3.1	<i>Blue Print</i> Strategi Coping	21
Tabel 4.1	<i>Data Demografi Penelitian</i>	24
Tabel 4.2	<i>Deskripsi Data Empirik dan Data Hipotetik</i>	25
Tabel 4.3	Rumus Kategori.....	26
Tabel 4.4	Hasil Kategori Strategi Coping	26
Tabel 4.5	Kategori Emotional Focused Coping	27
Tabel 4.6	Kategori Problem Focused Coping	27
Tabel 4.7	EFC ditinjau berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 4.8	PFC ditinjau berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 4.9	EFC ditinjau berdasarkan Fakultas.....	29
Tabel 4.10	PFC ditinjau berdasarkan Fakultas.....	30
Tabel 4.11	EFC ditinjau berdasarkan Angkatan.....	31
Tabel 4.12	PFC ditinjau berdasarkan Angkatan.....	31

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	SK PEMBIMBING
LAMPIRAN II	KARTU BIMBINGAN
LAMPIRAN III	HASIL TRY OUT
LAMPIRAN IV	DATA PENELITIAN
LAMPIRAN V	HASIL PENELITIAN



STRATEGI *COPING* MAHASISWA MENGHADAPI PANDEMI COVID-19

Eka Safitri

168110162

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM RIAU

ABSTRAK

Menghadapi pandemi Covid-19 ini sangat menakutkan bagi setiap orang, termasuk dibidang pendidikan juga ikut terdampak pandemic Covid-19 ini. Keputusan pemerintah yang memindahkan proses pembelajaran tatap muka menjadi daring(dalam jaringan) membuat mahasiswa kewalahan, untuk itu mahasiswa perlu melakukan Strategi *Coping* untuk mengurangi tekanan-tekanan akibat permasalahan yang mereka alami. Penelitian ini menggunakan 2 bentuk Strategi *Coping* berdasarkan fungsinya, yaitu *Emotional Focused Coping* (EFC) dan *Problem Focused Coping* (PFC). Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa UIR. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 366 subjek. Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Strategi *Coping* yang disusun oleh peneliti. Koefisien reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*, yaitu sebesar 0,707 untuk skala EFC sedangkan untuk skala PFC sebesar 0,527. Hasil penelitian ini menunjukkan EFC mahasiswa pada kategori sedang (41,66%) dan hasil PFC mahasiswa pada kategori sedang (36,90%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan gambaran *Emotional Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin diperoleh laki-laki 47,16% sedangkan perempuan 39,13% dalam kategori sedang dan *Problem Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin laki-laki diperoleh 35,84% sedangkan perempuan 37,39% dalam kategori sedang.

Kata kunci: Strategi *Coping*, COVID-19, Mahasiswa

Students 'Coping Strategy Towards Covid-19 Pandemic

Eka Safitri

168110162

**FACULTY OF PSYCHOLOGY
OF RIAU ISLAMIC UNIVERSITY**

ABSTRACT

Facing the Covid-19 pandemic is very frightening for everyone, including those in the field of education who have also been affected by the Covid-19 pandemic. The government's decision to move the face-to-face learning process to online (online) overwhelmed students, so students need to carry out a Coping Strategy to reduce pressures due to the problems they experience. This study uses 2 forms of coping strategies based on their function, namely Emotional Focused Coping (EFC) and Problem Focused Coping (PFC). This type of research is descriptive quantitative. The subjects of this study were UIR students. The number of subjects in this study were 366 subjects. The data collection tool used in this study was the coping strategy scale prepared by the researcher. The reliability coefficient used the Cronbach Alpha technique, which was 0.707 for the EFC scale while the PFC scale was 0.527. The results of this study indicate that the EFC students are in the medium category (41.66%) and the students' PFC results are in the moderate category (36.90%). The results of this study also showed that the Emotional Focused Coping based on gender was obtained by men 47.16% while women 39.13% were in the moderate category and Problem Focused Coping based on male gender was obtained 35.84% while women 37.39% in the medium category.

Keywords: Qana'ah, Consumptive Behavior, Students.

استراتيجية مواجهة لطلبة الجامعة التي تواجه الوباء كوفيد-19

ايكا سافيتري

168110162

كلية علم النفس

الجامعة الإسلامية الرياوية

الملخص

مواجهة الوباء كوفيد-19 غير مخيفة جدا بالنسبة للجميع، بما في ذلك في مجال التعليم، ويتأثر أيضا من قبل الوباء كوفيد-19. قرار الحكومة بنقل عملية التعلم وجهاً لوجه إلى طلبة الجامعة عبر الإنترنت (عبر الشبكة) طغى على طلبة الجامعة، لذلك يحتاج طلبة الجامعة إلى تنفيذ استراتيجية المواجهة لتقليل الضغوط بسبب المشكلات التي يرتكبونها. يستخدم هذا البحث شكلين من استراتيجيات المواجهة بناءً على وظيفتها، وهما التأقلم العاطفي المركز (EFC) والتكيف المركز على المشكلة (PFC). هذا النوع من البحث وصفي كمي. كان ذات هذا البحث طلبة الجامعة الإسلامية الرياوية. بلغ عدد الذات في هذا البحث 366 ذاتا. كانت أداة جمع البيانات المستخدمة في هذا البحث هي مقياس استراتيجية المواجهة الذي أعدته الباحثة. يستخدم معامل الموثوقية تقنية ألفا كرونباث، وهي 0,707 لمقياس EFC بينما مقياس PFC هو 0,527. تشير نتائج هذا البحث إلى أن EFC لطلبة الجامعة هم في الفئة المتوسطة (41,66%) ونتائج PFC لطلبة الجامعة في الفئة المتوسطة (36,90%). كما أظهرت نتائج هذا البحث أن صورة التأقلم العاطفي المركز على أساس الجنس حصل عليها الرجال بنسبة 47,16% بينما كانت النساء 39,13% في الفئة المتوسطة التأقلم المركز المشكلات وتم الحصول على أساس الجنس الذكري 35,84% بينما حصل النساء على 37,39% في الفئة المتوسطة.

الكلمات الرئيسية: استراتيجية المواجهة، كوفيد-19، طلبة الجامعة



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peristiwa kematian yang disebabkan oleh suatu penyakit menular di beberapa wilayah kadang-kadang mengakibatkan kejadian yang mengejutkan dan membuat heboh seluruh dunia. Secara umum kejadian ini disebut juga dengan pandemi dan dapat menimbulkan suatu wabah yang menyerang masyarakat luas dalam waktu singkat yang diakibatkan oleh penyakit menular.

Pada tahun 2020 ini masyarakat Indonesia harusnya mengawali tahun baru dengan sesuatu yang baru dan menyenangkan. Namun Pada Januari 2020 lalu Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan terdapat virus baru yang sangat berbahaya yang dikenal dengan COVID-19. Virus ini awalnya berkembang di Wuhan, Cina pada Desember 2019 yang lalu, diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-COV2). Kemudian penyakit ini dikenal dengan *Coronavirus Disease-2019* (COVID-19). Virus ini menyerang tubuh kita dengan beberapa tanda-tanda seperti flu, demam tinggi, batuk hingga gangguan pernafasan (Wibawa, 2020)

Kasus COVID-19 pada akhir Januari lalu belum terdeteksi di Indonesia, sementara kasus pandemic COVID-19 ini pertama kali diberitahukan pertama kali di Singapura, Malaysia, Thailand dan Australia. Menteri Kesehatan Terawan Agus Putranto memberikan tips bagaimana masyarakat agar tetap berfikir positif untuk menghindari COVID-19. Hal ini dapat dilakukan agar masyarakat tidak merasa adanya ancaman dalam menghadapi wabah ini (Wuragil, 2020).

Menurut Sarafino & Smith (2011) isu mengenai COVID-19 ini sudah menjadi permasalahan kesehatan yang cukup luas penyebarannya, tanpa melihat usia dan jenis kelamin. Pengetahuan tentang masalah kesehatan ini merupakan salah satu yang menimbulkan persepsi individu akan merasa terancam atau khawatir mengenai sebuah ancaman.

Pada 24 Maret 2020 data yang diperoleh terdapat 376.399 orang di dunia terinfeksi COVID-19, 16.462 orang meninggal dunia dan 101.510 lainnya sembuh dengan total 196 negara yang terinfeksi. Sedangkan di Indonesia tercatat 579 kasus, 500 orang dalam perawatan (86.356%), 30 orang sembuh (5.181%) dan 49 orang yang meninggal (8.463%). Itu artinya dalam waktu 23-24 Maret terdapat peningkatan 107 orang positif COVID-19. Belum lagi angka statistik dunia yang tidak kalah drastis begitu meningkat dengan cepat. Pencegahan yang dirancang oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) adalah *Physical Distancing*, dan pastinya solusi ini berkaitan dengan perilaku masyarakat (Fathurrahman, 2020).

Menghadapi pandemi COVID-19 ini sangat menakutkan bagi setiap orang. Selain masalah masa inkubasi yang lumayan lama dan terdapat beberapa gejala yang muncul seperti flu kemudian virus ini juga sulit dideteksi secara manual, cara yang membuat agar kita yakin apabila muncul gejala demam tinggi dan sesak nafas atau kita telah mendapatkan hasil uji laboratorium yang menyatakan positif COVID-19 (Taibe, 2020).

Pandemi ini merupakan suatu penyakit menular yang saat ini menyebar diseluruh dunia. Pandemi menyebabkan dimana reaksi psikologis individu

mempengaruhi sejauh mana tekanan emosional dan sosial menjadi terganggu. Ketika individu terancam pandemi, maka setiap orang sangat bervariasi dalam melakukan Strategi *Coping*. Mahasiswa juga perlu mempertimbangkan dan memahami psikologis terhadap pandemi ini. Mahasiswa perlu untuk menilai dan menangani tekanan emosional terkait pandemi (Taylor, 2019).

Bidang pendidikan juga ikut terdampak dalam kebijakan pandemic covid 19 ini. Keputusan pemerintah yang memindahkan proses pembelajaran tatap muka menjadi di rumah membuat keliptungan banyak pihak. Hal ini membuat kondisi menjadi kurang nyaman, perasaan khawatir, tertekan dan cemas karena berubah sistem pembelajaran. Seperti tidak menguasai teknologi, keterbatasan sarana dan prasarana, jaringan internet yang tidak bagus (Berdasarkan fenomena yang terjadi nasib mahasiswa rantau disaat COVID-19, sebagian mahasiswa rantau di Jakarta dan sekitarnya sangat kesulitan untuk mencari makan dan data internet selama kebijakan pembelajaran jarak jauh (PPJ) diberlakukan (Rizal, 2020). Perjuangan mahasiswa di saat kondisi pandemi ini tidaklah mudah, karena seseorang akan semangat dalam mengerjakan tugas apabila adanya dukungan dari keluarga dan sahabat. Ketika dihadapkan dengan situasi seperti ini mahasiswa menjadi sulit untuk berinteraksi sosial dan terkendala dalam aktivitas perkuliahan. Situasi Ini juga berdampak pada kesehatan mental mahasiswa.

Sejak awal maret 2020 dengan diberitakannya pandemi COVID-19, banyak sekali institusi pendidikan menerapkan kuliah sistem daring (dalam jaringa). Hal ini dilakukan karena adanya himbauan untuk *melakukan Social Distance*. *Social Distance* adalah sebuah upaya yang dilakukan untuk

memutuskan rantai penularan penyakit infeksi COVID-19. Kuliah daring merupakan sarana media yang dapat memperpendek interaksi social antar mahasiswa (Hamzah, 2020).

Dengan diberlakukannya metode Daring (dalam jaringan) banyak kendala yang sering terjadi pada mahasiswa. Terhambat oleh jaringan internet, tidak bisa berdiskusi lebih dalam, motivasi rendah karena suasana dirumah, bagi mahasiswa tingkat akhir tidak bisa melakukan penelitian secara langsung, sehingga membuat mahasiswa menjadi gelisah dan tidak nyaman dengan situasi ini.

Berbagai situasi tersebut menimbulkan perasaan tertekan pada mahasiswa. Mereka perlu melakukan sesuatu untuk mengurangi tekanan akibat permasalahan yang mereka alami. Strategi menyelesaikan masalah atau Strategi *Coping* merupakan strategi yang lazim digunakan untuk menyelesaikan permasalahan ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang tidak menyenangkan.

Kuliah daring membuat mahasiswa jadi terhambat. Banyak mahasiswa keluh kesah selama menjalani kuliah online. Dimana komunikasi antara mahasiswa dan dosen mengalami kendala teknis. Mahasiswa mengaku bahwa selama kuliah online ini sedikit sekali ilmu yang diperoleh dan apa yang diajarkan juga tidak benar-benar masuk dalam pemahaman mahasiswa. Masalah jaringanpun dialami oleh mahasiswa yang tinggal di kota besar. Mata kuliah yang bantrok juga menjadi hambatan bagi mahasiswa, seperti dosen mengganti jadwal dilain waktu.

Ada dua bentuk jenis Strategi *Coping* yang dapat dilakukan dari mahasiswa, yaitu *Emotional Focused Coping*, mahasiswa perlu melakukan hal positif seperti olahraga, membaca buku, menambah pengalaman baru, nonton film, mengerjakan tugas kuliah dan mengatur cara berfikir untuk menghilangkan hal-hal yang tidak menyenangkan. Pada *problem focused coping*, individu dapat melakukan kegiatan baru seperti berjualan online atau menawarkan jasa secara daring, melakukan aktifitas keagamaan, membatasi mencari konten tentang COVID-19, dan menjalin komunikasi yang baik dengan orang terdekat (Ismiati, 2015).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengalami permasalahan dengan kondisi pandemic COVID-19 ini menimbulkan beberapa keluhan sehingga memerlukan strategi coping. Strategi *Coping* yang dapat digunakan oleh mahasiswa yaitu *Emotional Focused Coping* dan *Problem Focused Coping*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana Strategi *Coping* Mahasiswa Menghadapi Pandemi COVID-19?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui *Strategi Coping* mahasiswa menghadapi pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Manfaat dalam penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan tentang ilmu psikologi, khususnya ilmu psikologi dibidang psikologi klinis dan psikologi sosial terkait *Strategi Coping* yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi pandemi COVID-19.

b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk mengatasi stres dan jenis *Strategi Coping* yang digunakan pada mahasiswa dalam menghadapi masalah yang dialami

BAB II

PERSPEKTIF TEORITIS

A. Strategi *Coping*

1. Pengertian Strategi *Coping*

Coping merupakan salah satu jenis yang dapat menyelesaikan suatu permasalahan. Proses *Coping* ini melibatkan pengendalian situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan kehidupan dan mencari cara untuk mengalahkan stres atau mengurangnya (King, 2014).

Menurut Lazarus (dalam safaria, 2012) mendefinisikan “*Coping*” merupakan strategi dalam mengatur tingkah laku untuk pemecahan masalah yang paling sederhana, membebaskan diri dari masalah dan *Coping* usaha dalam mengatasi, mengurangi, tahan akan tuntutan-tuntutan dan usaha untuk mencari solusi dari setiap permasalahan yang ada.

Coping adalah usaha, keadaan sehat maupun tidak sehat, positif maupun negatif, usaha sadar maupun tidak sadar, menghilangkan, mencegah, dan memberikan ketahanan diri terhadap stres. Sehingga hasil dari proses *Coping* tersebut dapat menimbulkan kembali aktivitas yang biasa dilakukan oleh individu, (Matheny dkk dalam safaria, 2012).

Menurut Haber dan Runyon (1984) *Coping* adalah cara kita beradaptasi dengan tekanan dalam hidup. *Coping* mencakup seluruh kemampuan manusia dalam perubahan perilaku, pikiran, perasaan

seseorang dalam, pemrosesan informasi, belajar, mengingat dan sebagainya.

Coping adalah proses dimana seseorang mengambil suatu tindakan untuk mengelola tuntutan lingkungan dan internal yang disebabkan karena stres. *Coping* ini melibatkan lima komponen penting. Pertama, *Coping* terus berubah dan dievaluasi karena ini merupakan proses atau strategi. Kedua, melibatkan pengelolaan situasi, tidak harus menekan mereka dibawah kendali penuh. Ketiga, perlu usaha yang keras. Keempat, *Coping* bertujuan untuk mengelola peristiwa kognitif serta perilaku dan akhirnya mengatasi adalah suatu proses dari yang telah dijalani (lefton & lester, 1946).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Strategi Coping* dalam mengatasi stres menurut lazarus & folkman (dalam yusuf, 2018) yaitu:

1. Dukungan sosial, yaitu memberikan bantuan terhadap seseorang yang mengalami stres terhadap orang lain yang memiliki hubungan dekat. House (dalam yusuf, 2018) dukungan sosial memiliki 4 fungsi, yaitu:
 - a. *Emotional support* (dukungan emosi), yaitu memberian perhatian, kasih sayang dan kepedulian.
 - b. *Appraisal support* (dukungan penilaian), yaitu memberikan penilaian dan pengembangan kesadaran terhadap masalah dan memberikan umpan balik tentang apa yang dihadapi.
 - c. *Informational support* (dukungan informasi), yaitu diskusi bagaimana mengtasi masalah.

- d. *Instrumental support* (dukungan instrumental), yaitu memberikan bantuan material seperti meminjamkan uang, memberikan tempat tinggal dan mendatangi biro layanan sosial.

2. Kepribadian

Karakteristik kepribadian individu memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap *Coping* dalam mengatasi stres.

a. Hardiness (ketabahan, daya tahan).

Tipe kepribadian Hardiness ini menunjukkan sikap komitmen, *internal locus control*, dan kesadaran akan sebuah tantangan.

- Komitmen, seseorang mengerti apa yang harus dilakukannya, seperti lingkungan keluarga dan social.
- Internal locus control, kepribadian yang mengerti bahwa kegagalan atau keberhasilannya bukan dikarenakan oleh faktor internal (berasal dari diri sendiri).
- Challenge, persepsi seseorang terhadap situasi yang sulit yang harus dihadapi.

b. Optimism

Menurut Weiten/Lloyd 1994:90 (dalam Yusuf, 2018) optimism merupakan sesuatu yang mengharapkan hasil-hasil yang baik. Sikap seseorang dalam menghadapi stress dengan baik.

c. **Humoris**

Menurut Martin dan Lefcourt 1983 (dalam Yusuf, 2018) humor dapat mengurangi dampak negative stres terhadap suasana hati atau perasaan seseorang.

3. Jenis-jenis *Strategi Coping*

a. *Emotional Focused Coping*:

Folkman dan Lazarus (dalam Safaria, 2012) terdapat beberapa aspek *Emotional Focused Coping* dari penelitiannya yaitu:

1. *Seeking Social Emotional Support* (dukungan emosi), yaitu membutuhkan dukungan secara emosional dari orang terdekat.
2. *Distancing* (menjaga jarak), yaitu berusaha berfikir agar mendapatkan kebebasan dan melepaskan diri dari suatu masalah dan memiliki harapan yang positif.
3. *Escape Avoidance* (menghindarkan diri), yaitu mengharapakan situasi agar dapat terhindar dari ancaman yang tidak menyenangkan. Mencoba untuk lari dan tidak memikirkan masalah tersebut kemudian menghilangkan dengan cara tidur ataupun menggunakan alcohol yang berlebihan.
4. *Self Control* (pengendalian diri), yaitu mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri dan mengambil tindakan untuk menyelesaikan masalah.

5. *Accepting Responsibility* (penekanan pada tanggung jawab), yaitu mencoba menerima semua masalah yang dihadapi kemudian mencari jalan keluarnya.
6. *Positive Reappraisal* (memberi penilaian positif), yaitu membuat suatu kegiatan positive yang bersifat religius.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa individu mampu menyelesaikan masalah pada *Emotional Focused Coping* yaitu seseorang yang mampu menjaga jarak (*Distancing*), dukungan emosi (*Seeking Social Emotional Support*), menghindarkan diri (*Escape Avoidance*), pengendalian diri (*Self Control*), penekanan pada tanggung jawab (*Accepting Responsibility*), dan memberi penilaian positif (*Positive Reappraisal*).

b. *Problem Focused Coping*

Folkman dan Lazarus (dalam Safaria, 2012) terdapat beberapa aspek *Problem Focused Coping* dari penelitiannya yaitu:

1. *Seeking Informational Support* (mencari dukungan informasi), yaitu berusaha untuk memperoleh informasi dari orang lain, seperti psikolog, guru atau dokter.
2. *Confrontive Coping* (menyelesaikan masalah secara konkret), menyelesaikan masalah secara konkret.
3. *Planfull Problem-Solving* (pemecahan masalah), berusaha mencari solusi dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi secara langsung.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* yaitu berusaha untuk mencari dukungan informasi (*Seeking Informational Support*), menyelesaikan masalah secara konkret (*Confrontive Coping*), dan pemecahan masalah (*Planfull Problem-Solving*). kesimpulan

B. COVID-19

World Health Organization (organisasi kesehatan dunia) memberi nama virus ini dengan sebutan *Severe Acute Espiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) dan nama penyakit yang sering disebut sebagai *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Penyakit baru ini telah menjadi pandemi dan penyakit ini sudah tersebar dan menular dengan cepat terhadap tubuh manusia diberbagai tempat (WHO, 2020).

COVID-19 bisa menimbulkan beberapa gejala ringan, sedang atau berat. Gejala klinis yang sering muncul yaitu demam tinggi, batuk dan kesulitan dalam bernafas. Disertai juga dengan sesak yang berat, kelelahan, gejala diare dan lainnya. Pada gejala yang berat terjadi dengan cepat dan progresif, seperti ARDS (kesulitan bernafas), syok septik (kondisi darurat), dan penumpukan virus yang sulit dideteksi dalam beberapa hari. (yuliana, 2020).

Berikut sindrom klinis yang muncul ketika terinfeksi (yuliana, 2020):

- a. Tidak berkomplikasi.

Kasus teringan dengan gejala yang muncul tidak spesifik, seperti demam, batuk, nyeri tenggorokan, hidung tersumbat, perasaan tidak nyaman, sakit kepala, dan nyeri otot.

b. Pneumonia ringan.

Gejala yang sering muncul pada Pneumonia ringan ini seperti sesak, batuk kemudian demam. Akan tetapi tidak ada muncul tanda tanda pneumonia berat. Pada anak pneumonia disertai dengan tanda seperti batuk atau susah bernafas.

c. Pneumonia berat.

Gejala yang muncul pada pasien dewasa seperti demam dan ditandai dengan infeksi saluran pernafasan, dengan frekuensi nafas >30x/menit, saturasi oksigen <90%.

Coronavirus merupakan virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini menginfeksi hewan termasuk kelelawar dan unta. Sebelum terjadi wabah COVID-19, ada 6 jenis *Coronavirus* yang dapat menginfeksi manusia, diantaranya *Alphacoronavirus* 229E, *Alphacoronavirus* NL63, *Betacoronavirus* OC43, *Betacoronavirus* HKU1, *Severe Acute Respiratory Illness Coronavirus* (SARS-CoV), dan *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus* (MERS-CoV) (Susilo dkk, 2020).

Proses perjalanan terinfeksi penyakit ini dimulai dengan waktu kurang lebih 3 sampai 14 hari. Pada masa ini leukosit dan limfosit masih normal atau sedikit menurun dan pasien tidak menimbulkan gejala apapun. Selama 14 hari jika terdapat virus, maka gejala awal yang muncul yaitu virus tersebut menyebar melalui aliran darah, seperti paru-paru, saluran cerna dan jantung. Gejala fase ini umumnya ringan, pada fase kedua terjadi pada hari keempat hingga hari ketujuh setelah gejala awal. Pada masa ini pasien masih demam

dan mulai sesak, paru-paru memburuk dan limfosit menurun (Susilo dkk, 2020)

C. KERANGKA PENELITIAN

Mahasiswa saat ini banyak yang mengalami hambatan pada masa pandemic COVID-19 ini, tidak adanya melakukan perkuliahan tatap muka menjadi daring. Hal ini menyulitkan bagi mahasiswa, selain menguras energi dan biaya, komunikasi yang tidak efektif juga seringkali muncul, terhambat oleh jaringan, dan motivasi yang rendah pada mahasiswa.

Efek dari pandemic COVID-19 ini mempersulit proses penyelesaian tugas mahasiswa. Untuk mengatasi masalah tersebut diperlukan strategi *Coping* yang efektif dalam menyelesaikan tugas perkuliahan dimasa pandemi ini. Setiap orang memiliki cara yang berbeda-beda dalam menyelesaikan masalahnya. Ada yang dapat menyelesaikan masalah secara efektif dan adapula yang kurang efektif sesuai dengan kepribadian masing-masing. Pemahaman mengenai strategi coping yang efektif sangat penting bagi mahasiswa, karena dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk membantu dalam mengatasi dan menghadapi stres selama pandemi ini.

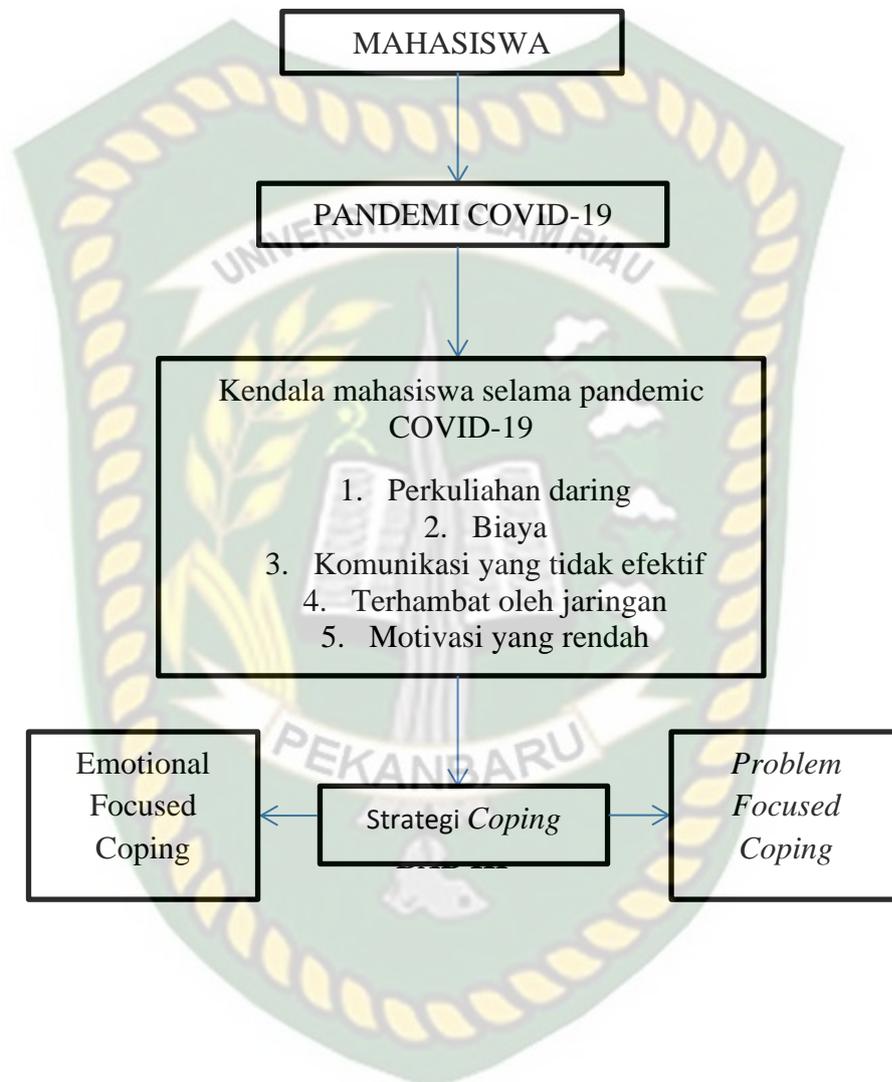
Sebagian mahasiswa membutuhkan cara tertentu untuk dapat mengatasi masalah yang ada, dari masalah yang diatas mengacu pada strategi coping mahasiswa dalam menghadapi pandemi COVID-19. Strategi *Coping* merupakan suatu pengendalian situasi yang berlebihan, meningkatkan usaha

untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan kehidupan dan mencari cara untuk mengalahkan stres atau menguranginya (King, 2014).

Menurut Folkman dan Lazarus (dalam Safaria, 2012) Coping terbagi menjadi 2 jenis yaitu PFC (*Problem Focused Coping*), perilaku yang berorientasi pada masalah dan EFC (*Emotional focused Coping*), perilaku yang berorientasi pada emosi. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian yang baik pada strategi *Problem Focused Coping* dan *Emotional focused Coping*, maka mahasiswa tersebut berhasil mengatasi masalah yang dialami. Oleh karena itu perlu adanya strategi coping yang tepat dalam setiap permasalahan yang dialami mahasiswa.

Tabel 2.1

Kerangka Penelitian



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang menggambarkan suatu permasalahan berdasarkan data yang diperoleh, dan berupaya dalam menganalisa dan menyajikan fakta secara sistematis terhadap populasi atau bidang tertentu dengan menggunakan metode analisis data kuantitatif, data-data yang diperoleh hanya bersifat deskriptif yang bertujuan menyimpulkan berbagai kondisi dengan situasi sesuai dengan apa yang terjadi di masyarakat dan tidak menggunakan uji hipotesis (Bungin, 2011)

B. Identifikasi Variable Penelitian

Menurut Bungin (2011) menjelaskan variable adalah suatu fenomena yang berubah-ubah, akan tetapi ada juga fenomena yang terjadi tidak bisa dijadikan suatu bentuk variabel. Variabel harus dapat diukur dan harus bisa dijelaskan dalam bentuk konsep operasional variabel, maka dari itu variabel perlu diketahui jelas apa saja indikatornya.

Dalam uraian diatas, maka dalam penelitian ini menggunakan satu variabel, yaitu Strategi *Coping*.

C. Definisi Operasional Strategi *Coping*

Strategi *coping* adalah mengatur tingkah laku untuk pemecahan masalah yang paling sederhana, membebaskan diri dari masalah dan *coping* usaha untuk mengatasi, mengurangi, tahan akan tuntutan-tuntutan dan usaha untuk

mencari solusi dari setiap permasalahan yang ada (Lazarus dalam safaria, 2012). Strategi *Coping* diukur dengan menggunakan skala Strategi *Coping* yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan jenis-jenisnya.

D. Subjek penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi menurut Sugiyono (2008) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya. Sedangkan menurut bungin (2011) populasi merupakan sekelompok onjek yang menjadi sasaran dalam penelitian. Oleh karena itu, populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian yang dapat berupa manusia, peristiwa, hewan, sikap dan sebagainya, sehingga objek- objek yang dipergunakan dapat menjadi sumber data penelitian.

Populasi yang diambil pada penelitian penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas Islam Riau yang berjumlah 27.657 orang dari 9 Fakultas, diantaranya sebagai berikut: a) Hukum 2.873, b) Agama Islam 1.132, c) Teknik 4.483, d) Pertanian 2.190, e) Ekonomi 5.015, f) Fkip 5.426, g) Fisipol 3.995, h) Psikolog 1.045, i) Fikom 1.309.

2. Sampel Penelitian

Sampel menurut sugiyono (2008) sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Jadi sampel adalah contoh dari objek yang dipandang dapat menggambarkan maksud keadaan populasi. Sugiyono (2011) mengatakan bahwa sampel dalam penelitian merupakan

suatu objek yang bersifat tunggal dan parsial, berdasarkan gejala yang muncul dalam penelitian kuantitatif dapat menentukan variabel-variabel yang akan diteliti.

Menurut Azwar (2017) sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri tertentu yang diperlukan dalam sebuah penelitian. Apabila populasi besar maka tidak mungkin akan dijadikan semua dalam penelitian, maka penelitian dapat dilakukan dengan sistem perwakilan (sampel) yang diambil dari populasi. Untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti menggunakan tabel penentuan jumlah sampel Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan 5% yaitu 344 orang sampel.

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu menggunakan cara *Simple Random Sampling*. Menurut Sugiyono (2008) *Simple Random Sampling* merupakan pengambilan sampel dari populasi yang diambil secara acak tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi tersebut. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara acak dengan menggunakan random pada setiap Fakultas di Universitas Islam Riau.

E. Metode pengumpulan data

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu dengan metode skala. Skala yaitu sekumpulan atau daftar pertanyaan secara tidak langsung dan responden tidak mengetahui kesimpulan apa yang sebenarnya diungkapkan dari pernyataan tersebut (Azwar,2012)

Menurut Sugiyono (2008) pengukuran suatu skala adalah suatu kesepakatan sebagai pedoman dalam menentukan panjang pendeknya interval yang terdapat pada alat ukur, maka alat ukur apabila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Dalam penelitian ini digunakan skala Strategi *Coping*. Aitem yang digunakan dalam skala ini disusun dengan menggunakan model skala Likert.

Skala Strategi *Coping* menurut (Lazarus dalam Safaria, 2012) terdiri dari 2 jenis, lalu digambarkan dalam bentuk indikator. Indikator tersebut dijadikan pedoman dalam membuat aitem Strategi *Coping*. Skala ini bertujuan untuk mengukur tingkat Strategi *Coping* pada mahasiswa. Skala Strategi *Coping* ini dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan jenis-jenisnya, yaitu:

a. *Emotional Focused Coping*

Emotional Focused Coping memiliki 6 sub aspek yaitu *Seeking social emotional support* (dukungan emosi), *Distancing* (menjaga jarak), *Escape avoidance* (menghindarkan diri), *Self control* (pengendalian diri), *Accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab), *Positive reappraisal* (memberi penilaian positif).

b. *Problem Focused Coping*

Problem Focused Coping memiliki 3 sub aspek yaitu *Seeking informational support* (mencari dukungan informasi), *Confrontive coping* (menyelesaikan masalah secara konkret), *Planfull problem-solving* (pemecahan masalah).

Aitem skala strategi coping disusun menggunakan skala Likert yang terdiri dari kategori jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Apabila jika subjek menjawab SS untuk aitem favorable maka akan diberi skor (5) dan jika S (4), dan N (3), dan TS (2), dan STS (1). Sedangkan unfavorable subjek menjawab SS mendapatkan skor SS (1), S (2), N (3), TS (4), dan STS (5). Peneliti menjabarkan dalam bentuk *blue print* sebagaimana yang tertera pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.1

Blueprint Strategi Coping

Dimensi	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	Jumlah
<i>Emotional Focused Coping</i>	2,3,6,7,8,9,10,12,13,14,15,16,17,19,20,23	1,4,5,11,18,21,22	23
<i>Problem Focused Coping</i>	24,26,28,29,30,31,32	25,27,33	10
Jumlah	23	10	33

F. Validitas dan realibilitas

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang artinya ketepatan atau kecermatan dari suatu alat ukur (Azwar, 2012). Validitas dikatakan tinggi apabila alat ukur dapat menjalankan fungsi ukurnya serta hasil ukurnya sesuai dengan pengukuran. Alat ukur yang validitasnya rendah akan menghasilkan data yang tidak baik. Suatu ala ukur dikatakan valid jika mampu untuk mencapai dari tujuan yang ingin dicapai secara tepat.

2. Reliabilitas

Menurut Azwar (2017) realibilitas bisa menghasilkan data yang tinggi dari suatu pengukuran yang memiliki tingkat reliabilitas yang baik disebut sebagai pengukuran yang reliable (*reliable*). Kata lain reliabilitas adalah konsistensi, keterpercayaan, dan bisa menghasilkan suatu proses pengukuran yang dapat dipercaya.

Menurut Azwar (2017) reliabilitas dari suatu alat ukur sangat erat kaitannya dengan eror pengukuran (*error of measurement*), dimana pengukuran ini menunjukkan sejauh mana inkonsistensi hasil ukur apabila pengukuran pada kelompok yang sama.

Reliabilitas alat ukur sangat erat kaitannya dengan masalah eror pengukuran (*error of measurement*), dimana eror pengukuran sendiri menunjuk sejauh mana inkonsistensi hasil ukur terjadi apabila pengukuran dilakukan pada kelompok subjek yang sama (dalam Azwar, 2017).

Hasil dari reliabilitas berupa angka yang disebut koefisien relibilitas dimana semakin tinggi koefisien korelasinya maka disebut bahwa alat ukur yang reliable, dan begitu juga sebaliknya. Untuk mengetahui reliabilitas alat ukur digunakan koefisien reliabilitas *alpha* dari Cronbach.

G. Metode analisis data

Metode analisis data deskriptif dalam penelitian ini digunakan bertujuan untuk memberikan gambaran tentang subjek yang ingin diteliti pada penelitian

berdasarkan dari variabel yang diperoleh. Pada penelitian ini tidak menggunakan uji hipotesis (Bungin, 2011)

Dari data yang diperoleh hasil analisa deskriptif yaitu berupa deskriptif strategi coping pada mahasiswa yang dapat dijelaskan dalam bentuk grafik atau persentase. Perhitungan analisis menggunakan program computer SPSS 19.00 or windows..



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan dari tanggal 10 juli- 16 agustus 2020, dengan memberikan skala kepada subjek untuk memperoleh data. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa/mahasiswi Universitas Islam Riau. Skala yang diperoleh hanya 366, beberapa yang gugur dikarenakan subjek tidak mengisi skala dengan lengkap. Pada pengisian skala ini tidak ada jawaban yang dianggap benar ataupun salah, semua jawaban diterima dengan keadaan diri. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui google form.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Dari 336 sampel yang diperoleh menggunakan uji deskriptif maka diperoleh gambaran sampel berdasarkan jenis kelamin dengan jumlah sebagai berikut:

Tabel 4.1
Data demografi penelitian

	Detail data demografi	Frekuensi	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	106	31,5
	Perempuan	230	68,5
	Jumlah	336	100
Fakultas	Fisipol	26	7,7
	Hukum	4	7,1
	Psikologi	127	37,8
	Fkip	41	12,2
	Faperta	20	6,0
	Teknik	28	8,3
	Fikom	22	6,5
	Fekon	31	9,2
Fai	17	5,1	

	Jumlah	336	100
Angkatan	2014	5	1,5
	2015	9	2,7
	2016	52	15,5
	2017	121	36,0
	2018	94	28,0
	2019	55	16,4
	Jumlah	336	100,0

Berdasarkan tabel diatas diperoleh sampel yang paling banyak berjenis kelamin perempuan dengan total 68,5%, fakultas psikologi dengan total 37,8%, dan angkatan 2017 dengan total 36,0%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan hasil dari data penelitian, terdapat deskripsi data penelitian yang menunjukkan skor empiric dan skor hipotetik. Skor tersebut meliputi skor minimal, skor maksimal, rata-rata dan standar deviasi. Skor empiric dan skor hipotetik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2
Deskripsi Data Empirik dan Data Hipotetik

Variabel penelitian	Skor X yang diperoleh (Empirik)				Skor X yang dimungkinkan (Hipotetik)			
	X_{max}	X_{min}	Rerata	SD	X_{max}	X_{min}	Rerata	SD
Strategi Coping	143	65	121,02	10,242	165	33	181,5	22

Berdasarkan tabel diatas secara umum strategi coping mahasiswa menghadapi pandemic COVID-19. Rentang skor empiric yang diperoleh 65 sampai 143 dan rentang skor hipotetik 33 sampai 165, memiliki nilai rata-rata empiric 121,02 dan skor rata-rata hipotetik 181,5.

Selanjutnya dari hasil penelitian dari deskripsi data tersebut akan dilakukan untuk mengkategorisasikan skala berdasarkan nilai rata-rata dan standard deviasi. Kategorisasi dibuat menggunakan nilai rata-rata emirik dan standard deviasi empiric dengan lima kategori sebagai berikut:

Tabel 4.3
Rumus Kategorisasi

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

Menggunakan rumus kategorisasi diatas, maka kategorisasi strategi coping yang terdiri dari sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 4.4
Hasil kategori Strategi Coping

Rumus	Kategorisasi
Sangat Tinggi	$X \geq 136,363$
Tinggi	$126,121 \leq X < 136,363$
Sedang	$115,879 \leq X < 126,121$
Rendah	$105,637 \leq X < 115,879$
Sangat Rendah	$X \leq 105,637$

3. Gambaran Strategi Coping Mahasiswa

Tabel 4.5
Kategori Emotional Focused Coping

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 97,017$	20	5,95%
Tinggi	$89,339 > x \leq 97,017$	92	27,38%
Sedang	$81,661 \leq x \leq 89,339$	140	41,66%
Rendah	$73,983 \leq x \leq 81,661$	70	20,83%
Sangat Rendah	$X < 73,983$	14	4,16%
Jumlah		336	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa emotional focused coping dari 336 mahasiswa paling tinggi pada kategori sedang berjumlah 140 orang atau 41,66%.

Tabel 4.6
Kategori Problem Focused Coping

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 40,990$	34	10,11%
Tinggi	$37,343 > x \leq 40,990$	104	30,95%
Sedang	$33,697 \leq x \leq 37,343$	124	36,90%
Rendah	$30,05 \leq x \leq 33,697$	66	19,90%
Sangat Rendah	$X < 30,05$	8	19,64%
Jumlah		336	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa Problem Focused Coping mahasiswa paling tinggi pada kategori sedang berjumlah 124 orang atau 36,90%.

4. Gambaran Strategi Coping ditinjau berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4.7
Emotional Focused Coping ditinjau berdasarkan jenis kelamin

Kategori	Skor	Frekuensi		Persentase	
		Perempuan	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki
Sangat Tinggi	$X > 97,017$	14	6	6,08%	5,66%
Tinggi	$89,339 > x \leq 97,017$	74	18	32,17%	16,98%
Sedang	$81,661 \leq x \leq 89,339$	90	50	39,13%	47,16%
Rendah	$73,983 \leq x \leq 81,661$	44	26	19,13%	24,52%
Sangat Rendah	$X < 73,983$	8	6	3,47%	5,66%
Jumlah		230	106	100%	100%

Berdasarkan tabel 4.7 bisa disimpulkan bahwa emotional focused coping mahasiswa perempuan dan emotional focused coping mahasiswa laki-laki terdapat pada kategori sedang dengan persentase emotional focused coping mahasiswa perempuan 39,13% dan emotional focused coping mahasiswa laki-laki 47,16%.

Table 4.8

Problem Focused Coping ditinjau berdasarkan jenis kelamin

Kategori	Skor	Frekuensi		Persentase	
		Perempuan	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki
Sangat Tinggi	$X > 40,990$	18	16	7,82%	15,09%
Tinggi	$37,343 > x \leq 40,990$	74	30	32,17%	28,30%
Sedang	$33,697 \leq x \leq 37,343$	86	38	37,39%	35,84%
Rendah	$30,05 \leq x \leq 33,697$	48	18	20,86%	16,98%
Sangat Rendah	$X < 30,05$	4	4	1,73%	3,77%
Jumlah		230	106	100%	100%

Berdasarkan tabel 4.8 diatas dapat disimpulkan bahwa Problem Focused Coping mahasiswa perempuan pada kategori sedang dengan

persentase 37,39% dan Problem Focused Coping pada mahasiswa laki-laki juga terdapat pada kategori sedang dengan persentase 35,84%.

5. Gambaran Strategi Coping ditinjau berdasarkan Fakultas

Tabel 4.9
Emotional Focused Coping ditinjau berdasarkan Fakultas

Demografi	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
Fisipol	1 (3,6%)	6(21,4%)	7(25%)	11(39,3%)	1(3,6%)
Hukum	4(16,7%)	4(16,7%)	13(54,2%)	3(12,5%)	0
Psikologi	10(7,8%)	35(27,5%)	55(43,3%)	26(20,5%)	1(0,8%)
Fkip	0	16(39,1%)	19(46,3%)	6(20,5%)	0
Faperta	0	9(45%)	8(40%)	3(15%)	0
Teknik	1(3,6%)	5(17,9%)	14(50%)	8(28,6%)	0
Fikom	2(9,1%)	6(27,3%)	7(31,8%)	4(18,2%)	3(13,6%)
Fekon	2(6,5%)	10(32,3%)	7(22,6%)	8(25,8%)	4(12,9%)
Fai	0	1(58%)	7(41,2%)	4(23,5%)	5(29,4%)

Berdasarkan hasil tabel 4.9 dapat dilihat bahwa Emotional Focused Coping pada mahasiswa berdasarkan dari fakultas Fisipol terdapat pada kategori rendah 39,3%, Hukum pada kategori sedang 54,2%, Psikologi kategori sedang 43,3%, Fkip dengan kategori sedang 46,3%, Faperta pada kategori tinggi 45%, Teknik pada kategori sedang 50%, Fikom pada kategori sedang 31,8%, Fekon pada kategori Tinggi 32,3%, Fai pada kategori sedang 41,2.

Tabel 4.10
Problem Focused Coping ditinjau berdasarkan Fakultas

Demografi	Sangat tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat rendah
Fisipol	1(3,84%)	7(26,92%)	8(30,76%)	10(38,46%)	0
Hukum	2(8,33%)	9(37,5%)	10(41,66%)	3(12,5%)	0
Psikologi	14(11,02%)	31(24,40%)	51(40,15%)	30(23,62%)	1(0,78%)
Fkip	2(4,87%)	1(34,14%)	20(48,78%)	5(12,19%)	0
Faperta	3(15%)	10(50%)	4(20%)	2(10%)	1(5%)
Teknik	6(21,42%)	10(35,71%)	10(35,71%)	2(7,14%)	0
Fekon	3(9,67%)	13(41,93%)	6(19,35%)	7(22,58%)	2(6,45%)
Fikom	0	8(36,36%)	8(36,36%)	5(22,72%)	1(4,54%)
Fai	3(17,64%)	2(11,76%)	2(11,17%)	2(11,76%)	3(17,64%)

Berdasarkan hasil tabel 4.10 dapat disimpulkan bahwa Problem Focused Coping mahasiswa ditinjau dari fakultas fisipol pada kategori rendah 38,46%, hukum pada kategori sedang 41,66%, psikologi pada kategori sedang 40,15%, Fkip pada kategori sedang 48,78%, faperta pada kategori tinggi 50%, teknik sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 35,71%, fekon pada kategori tinggi 41,93%, fikom sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 36,36%, fai pada kategori sangat tinggi 17,64%.

6. Gambaran Strategi Coping ditinjau berdasarkan Angkatan

Tabel 4.11

Emotional Focused Coping ditinjau berdasarkan Angkatan

Demografi	Sangat tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
2014	0	4(80%)	1(20%)	0	0
2015	0	4(44,4%)	1(11,2%)	4(44,4%)	0
2016	1(1,9%)	20(38,5%)	20(38,5%)	9(17,3%)	2(3,8%)
2017	11(91,1%)	38(31,4%)	40(33,1%)	30(24,8%)	2(1,7%)
2018	6(6,4%)	13(13,8%)	52(55,3%)	17(18,1%)	6(6,4%)
2019	2(3,6%)	13(23,6%)	26(47,3%)	10(18,2%)	4(7,3%)

Berdasarkan hasil tabel 4.11 dapat disimpulkan bahwa Emotional Focused Coping mahasiswa berdasarkan angkatan 2014 pada kategori tinggi 80%, 2015 pada kategori tinggi 44,4%, 2016 sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 38,5%, 2017 pada kategori sedang 33,1%, 2018 pada kategori sedang 55,3% dan angkatan 2019 pada kategori sedang 47,3%.

Tabel 4.12

Problem Focused Coping ditinjau berdasarkan Angkatan

Demografi	Sangat tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat rendah
2014	2(40%)	2(40%)	0	1	0
2015	1(11,1%)	3(33,3%)	1(11,1%)	4(44,4%)	0
2016	7(13,469%)	10(19,2%)	24(46,15%)	10(7,69%)	1(1,92%)

)))))
2017	9(7,4%)	51(42,1%)	31(25,6%)	25(20,6%)	5(4,13%)
)))))
2018	7(7,4%)	23(24,4%)	48(51,06%)	16(17,2%)	0
)))))
2019	8(14,5%)	15(27,2%)	20(36,3%)	10(18,1%)	2(3,63%)
)))))

Berdasarkan hasil tabel 4.12 diatas dapat dilihat bahwa problem Focused Coping mahasiswa berdasarkan angkatan 2014 sama sama pada kategori sangat tinggi dan tinggi sebanyak 40%, 2015 pada kategori rendah 44,4%, 2016 sama sama pada kategori sedang 46,15%, 2017 pada kategori tinggi 42,1%, 2018 pada kategori sedang 51,06% dan angkatan 2019 pada kategori sedang 36,3%.

C. Pembahasan

Folkman dan Lazarus (dalam Safaria, 2012) memiliki aspek *Emotional Focused Coping* dan *Problem Focused Coping*. Dari hasil penelitian ini *Emotional Focused Coping* (41,6%) dan *Problem Focused Coping* (36,9%) terdapat pada kategori sedang, artinya mahasiswa sebagian besar bisa merasakan perasaan positif , kondisi emosional yang sedang dan mampu menyelesaikan masalah.

Hasil penelitian gambaran *Emotional Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin diperoleh laki-laki 47,16% sedangkan perempuan 39,13% dalam kategori sedang dan *Problem Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin laki-laki diperoleh 35,84% sedangkan perempuan 37,39% dalam kategori sedang.

Menurut pendapat Billings dan Moos (dalam Hasanah, 2019) perempuan lebih cenderung berorientasi pada emosi sedangkan laki-laki pada menyelesaikan masalah, sehingga perempuan diprediksi akan menggunakan *Emotional Focused Coping* dari pada *Problem Focused Coping*.

Emotional Focused Coping pada mahasiswa berdasarkan dari fakultas Fisipol terdapat pada kategori rendah 39,3%, Hukum pada kategori sedang 54,2%, Psikologi kategori sedang 43,3%, Fkip dengan kategori sedang 46,3%, Faperta pada kategori tinggi 45%, Teknik pada kategori sedang 50%, Fikom pada kategori sedang 31,8%, Fekon pada kategori Tinggi 32,3%, Fai pada kategori sedang 41,2%. Artinya Emotional Focused Coping mahasiswa berdasarkan fakultas tidak terlalu tidak dan tidak terlalu rendah, melainkan lebih tinggi pada kategori sedang.

Problem Focused Coping mahasiswa ditinjau dari fakultas fisipol pada kategori rendah 38,46%, hukum pada kategori sedang 41,66%, psikologi pada kategori sedang 40,15%, Fkip pada kategori sedang 48,78%, faperta pada kategori tinggi 50%, teknik sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 35,71%, fekon pada kategori tinggi 41,93%, fikom sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 36,36%, fai pada kategori sangat tinggi 17,64%. Artinya Problem Focused Coping tidak terlalu rendah, dan rata-rata lebih banyak pada kategori sedang.

Emotional Focused Coping mahasiswa berdasarkan angkatan 2014 pada kategori tinggi 80%, 2015 pada kategori tinggi 44,4%, 2016 sama sama pada kategori tinggi dan sedang sebanyak 38,5%, 2017 pada kategori sedang

33,1%, 2018 pada kategori sedang 55,3% dan angkatan 2019 pada kategori sedang 47,3%. Dengan ini dapat dilihat bahwa Emotional Focused Coping berdasarkan fakultas lebih tinggi pada kategori sedang.

Problem Focused Coping mahasiswa berdasarkan angkatan 2014 sama sama pada kategori sangat tinggi dan tinggi sebanyak 40%, 2015 pada kategori rendah 44,4%, 2016 sama sama pada kategori sedang 46,15%, 2017 pada kategori tinggi 42,1%, 2018 pada kategori sedang 51,06% dan angkatan 2019 pada kategori sedang 36,3%. Dapat dilihat bahwa Problem Focused Coping berdasarkan angkatan lebih tinggi pada kategori sedang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa *Emotional Focused Coping* (41,6%) dan *Problem Focused Coping* (36,9%) terdapat pada kategori sedang, artinya mahasiswa sebagian besar bisa merasakan perasaan positif, kondisi emosional yang sedang dan mampu menyelesaikan masalah. Hasil penelitian ini juga menunjukkan gambaran *Emotional Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin diperoleh laki-laki 47,16% sedangkan perempuan 39,13% dalam kategori sedang dan *Problem Focused Coping* berdasarkan jenis kelamin laki-laki diperoleh 35,84% sedangkan perempuan 37,39% dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa disetiap Fakultas di Universitas Islam Riau mampu meredakan emosi dan memiliki strategi-strategi dalam menghadapi masalah selama masa Pandemi.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa

Diharapkan mahasiswa Universitas Islam Riau mampu mempertahankan dan meningkatkan kemampuan Strategi Coping dalam menghadapi suatu masalah. Hal ini dilakukan untuk memfokuskan diri dengan memperhatikan usaha yang dapat dilakukan dalam berbagai macam emosi dan situasi.

2. Bagi peneliti

Diharapkan dapat mengembangkan dan mampu menggali informasi lebih lanjut yang berkaitan dengan factor-faktor lain yang mampu mempengaruhi Strategi Coping dalam menghadapi masalah.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2017. *Dasar-dasar Psikometrika Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bungin, B. 2011. *Metodologi penelitian kuantitatif*: Jakarta: kencana
- Haber & Runyon. 1984. *Psychology of adjustment*. Library of Congress Catalog Card ISBN 0-256-02859-1
- Hamzah, I. F. 2020. Balada Kuliah Daring: Aplikasi Self-Determination Theory Pada Penerapan Kebijakan Kuliah Daring. Vol 6 no 5. Issn 2477-1686.
- Fathurrahman. 2020. Fenomenologi virus corona (covid-19). <https://www.kompasiana.com/xxxluthfisme/5e799149d541df1cc6705a73/fenomenologi-virus-corona-covid-19>. 09.09.2020
- Ismiati. 2015. *Problematika & coping stress mahasiswa dalam menyusun skripsi*. Vol 20, no 2. Jurnal al-bayan.
- Rizal, J. G. 2020. *Kisah dari rantau:mahasiswa yang bertahan diperantauan saat wabah covid-19*. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/04/19/073200265/kisah-dari-rantau--mahasiswa-yang-bertahan-di-perantauan-saat-wabah-covid?page=all>. 10.09.2020
- King, A. 2014. *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika
- Lefton & lester A. 1946. *Library of congress cataloging-in-publication data*. ISBN 0-205-18995-4
- Maryam, S. (2017). *Strategi coping:teori dan sumbernya*. Journal konseling andi matappa. Vol 1, no 2.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung : alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Statistika untuk penelitian*. Bandung. Alfabeta.
- Safaria. (2012). *Manajemen Emosi*. Jakarta: PT bumi aksara
- Sarafino, E.P & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology (7th ed)*. New Jersey, NJ: Wiley & Sons

- Taibe, Patmawaty. (2020). *Mengatasi kecemasan atas pandemic COVID-19*. Vol.6 No.5
- Taylor, S. 2019. *The psychology of pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease*. Scholars Publishing
- Safaria. 2012. *Manajemen Emosi*. Jakarta: PT bumi aksara
- Susilo. (2020). *Coronavirus disease 2019: tinjauan literature terkini*. Jurnal penyakit dalam Indonesia. Vol 7 no1.
- Wibawa, S. W. 2020. Nama Virus dengan Covid-19. <https://sains.kompas.com/read/2020/02/19/171500923/nama-virus-corona-wuhan-sekarang-sars-cov-2-ini-bedanya-dengan-covid-19?page=all>. 09.09.2020
- Wuragil, Z. 2020. Virus Corona, Menteri Temuan: tak perlu takut & paranoid. <https://tekno.tempo.co/read/1313889/virus-corona-menteri-terawan-tak-perlu-takut-dan-paranoid/full&view=ok>. 09.09.2020
- WHO. (2020). WHO Director-General's remarks at the media briefing on 2019-nCov on 11 February 2020. Available on: <http://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-generals-remarks-at-the-media-briefing-on-ncov-on-11-february-2020>. 09.09.2020
- Yuliana. 2020. *Wellness and healthy magazine*. Vol 2, no 1. Issn 2656-0062
- Yusuf . 2018. *Kesehatan Mental*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.