

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA COPING STRES DENGAN
RESILIENSI PADA MAHASISWA RANTAU YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS COPING AND
RESILIENCE IN OVERSEAS STUDENTS WORKING ON
THESIS AT MUHAMMADIYAH UNIVERSITY KALIMANTAN
TIMUR***

Muhammad Miftah Syakir¹, Dian Putriana², Rahmawati Pratiwi³



Oleh :

Muhammad Miftah Syakir

1911102433109

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

Naskah Publikasi

**Hubungan antara *Coping Stres* dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau
yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah
Kalimantan Timur**

*The Relationship Between Stress Coping and Resilience in Overseas Students
Working on Thesis at Muhammadiyah University Kalimantan Timur*

Muhammad Miftah Syakir¹, Dian Putriana², Rahmawati Pratiwi³



Oleh :

Muhammad Miftah Syakir

1911102433109

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA *COPING STRES* DENGAN RESILIENSI PADA
MAHASISWA RANTAU YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

Oleh :

Muhammad Miftah Syakir

1911102433109

Samarinda, 17 Juli 2023

Pembimbing



Dian Putriana, M.Psi., Psikolog

LEMBAR PENGESAHAN

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA *COPING STRES* DENGAN RESILIENSI PADA
MAHASISWA RANTAU YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Muhammad Miftah Syakir

NIM : 1911102433109

Fakultas : Psikologi

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 18 Juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Penguji 1 : Dian Putriana, M.Psi., Psikolog

(.....)

Penguji 2 : Rahmawati Pratiwi, M.Psi., Psikolog

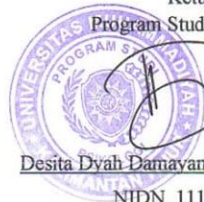
(.....)



Dekan
Fakultas Psikologi

Kumaidi
Prof. Drs. Kumaidi, M.A., Ph.D.

NIDN. 8993050022



Ketua
Program Studi Psikologi

Desita Dyah Damayanti
Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog

NIDN. 1111129301

HUBUNGAN ANTARA COPING STRES DENGAN RESILIENSI PADA MAHASISWA RANTAU YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

The Relationship Between Stress Coping And Resilience In Overseas Students Working On Thesis At Muhammadiyah University Kalimantan Timur

Muhammad Miftah Syakir¹ Dian Putriana² Rahmawati Pratiwi³

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email: miftahsyakir12@gmail.com¹, dp958@umkt.ac.id², rp230@umkt.ac.id³

Abstrak: Mahasiswa rantau perlu beradaptasi dengan lingkungan baru dan keadaan baru yang jauh dari orang tua. Selain itu mahasiswa rantau juga perlu memiliki daya juang yang lebih baik dari biasanya terlebih saat mengerjakan tugas akhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan coping stres dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di UMKT. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di UMKT. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah snowball sampling dengan sampel sebanyak 100 responden. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala coping stres dan skala resiliensi. Alat ukur Coping stres menggunakan skala Ways Of Coping yang telah diadaptasi dan alat ukur resiliensi menggunakan skala The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) yang telah diadaptasi. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu uji korelasi pearson product moment. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara coping stres dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Semakin tinggi coping stres maka semakin tinggi resiliensi. Coping stres memberikan pengaruh sebesar 54,7% terhadap resiliensi, sisanya 45,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci: *Coping stres, Mahasiswa rantau tingkat akhir, Resiliensi*

Abstract: *Overseas students need to adapt to a new environment and new circumstances far from their parents. In addition, overseas students also need to have a better fighting spirit than usual, especially when working on their final project. This study aims to determine the relationship between stress coping and resilience in overseas students who are working on their thesis at UMKT. The subjects in this study were overseas students who were working on their thesis at UMKT. The technique used in sampling is snowball sampling with a sample of 100 respondents. The data collection tools in this study are the stress coping scale and the resilience scale. The stress coping tool uses the adapted Ways of Coping scale and the resilience measurement tool uses the adapted The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). The data analysis technique in this study is the pearson product moment correlation test. The results of this study are that there is a positive and significant relationship between coping with stress and resilience in overseas students who are working on their thesis at Muhammadiyah University, East Kalimantan. The higher the stress coping, the higher the resilience. Coping stress has an effect of 54.7% on resilience, the remaining 45.3% is influenced by other factors.*

Keywords: *Stress coping, Final year overseas students, Resilience*

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang belajar di perguruan tinggi (Retnoningsih, 2009). Hudori (2013) menjelaskan bahwa mahasiswa berperan sebagai agen perubahan atau unsur perubahan di lingkungan sosial. Tidak sedikit mahasiswa yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asal mereka agar dapat menuntut ilmu setinggi mungkin di tempat perantauan (Istanto & Engry, 2019). Sehingga tercipta keadaan dari mahasiswa yang taraf intelektualitasnya tinggi, cerdas dalam berpikir, pemikiran kritis, cepat dan tepat dalam bertindak (Papilaya dan Huliselin, 2016).

Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang berasal dari sebuah lingkungan yang berbeda secara budaya dengan tempat daerah perantauan, individu datang dengan maksud menuntut ilmu di perguruan tinggi dan tinggal dalam waktu yang lama (Devinta, 2016). Mahasiswa rantau selama di lingkungan yang baru tentunya akan lebih banyak menghadapi sebuah permasalahan dan tantangan, perlunya sebuah proses di tempat yang baru, mahasiswa cenderung merasa tertekan dan tidak mampu untuk beradaptasi (Shaputra, 2021). Adyani, dkk (2019) menjelaskan mahasiswa rantau akan menyesuaikan diri dengan masalah dan tantangan baru yang mengakibatkan mahasiswa rantau mengalami stres.

Peneliti telah melakukan wawancara kepada mahasiswa rantau untuk mendapatkan informasi permasalahan apa saja yang sedang dihadapi sebagai mahasiswa rantau. Beberapa masalah yang dijelaskan adalah adanya beberapa perubahan dalam kehidupan dan harus beradaptasi dengan perubahan lingkungan yang baru seperti memiliki teman yang baru, aturan yang baru, harus lebih mandiri dan juga kurangnya dukungan sosial yang mengakibatkan mahasiswa rantau mengalami stres.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani, Nirmalasari (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa rantau yang mengalami stres berat sejumlah 10,64% sedangkan yang tidak merantau mengalami stres berat sejumlah 3,19%. Hal ini menunjukkan mahasiswa rantau lebih banyak mengalami stres berat dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau. Hal tersebut juga dijelaskan oleh Shaputra (2021) bahwa mahasiswa rantau saat menempuh pendidikan di perguruan tinggi tentunya memiliki tekanan yang berbeda dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau, belum lagi ketika sedang mengerjakan tugas akhir tentunya tekanan yang dirasakan mahasiswa bertambah.

Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang telah menyelesaikan hampir seluruh mata kuliah dan sedang mengerjakan skripsi (Sungko, 2020). Usia rata-rata mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi biasanya berusia 22-24 tahun (Marliani, 2013). Mahasiswa untuk mendapatkan gelar Sarjana wajib menyelesaikan tugas akhir yaitu berupa penelitian karya ilmiah skripsi (Sari dan Indrawati, 2016). Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur memiliki 1.374 mahasiswa yang berstatus sebagai mahasiswa tingkat akhir.

Muslimin (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa beranggapan skripsi merupakan sebuah tekanan, tekanan tersebut berasal dari tuntutan orang tua, tuntutan dari dosen pembimbing skripsi, dan kurangnya referensi yang menyebabkan kesulitan untuk menentukan tema, judul dan subjek. Saputri dan Sugiharto (2020) menjelaskan bahwa tekanan yang terjadi karena perbedaan antara kemampuan dan tuntutan disebut stres.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zakaria (2017) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori sedang dengan persentase sejumlah 86,5%, hal itu menunjukkan bahwa skripsi membuat tekanan penyebab terjadinya stres. Widuri (2012) menjelaskan agar dapat bertahan dari sebuah tekanan maka mahasiswa harus menanamkan sikap resiliensi atau ketahanan diri pada

dirinya.

Resiliensi adalah sebuah pola pikir yang dapat membuat individu ketika melihat sebuah pengalaman hidup sebagai bagian dari sebuah proses kehidupan yang harus dijalani (Reivich dan Shatte, 2002). Mahasiswa rantau tingkat akhir yang memiliki kemampuan resiliensi membuat individu dapat mengatasi berbagai permasalahan dan tekanan, individu juga mampu mengambil keputusan yang tepat dalam kondisi sulit, mahasiswa rantau tingkat akhir seringkali dihadapkan dengan berbagai masalah selama proses mengerjakan skripsi (Muslimin, 2021). Mahasiswa rantau yang tidak memiliki resiliensi akan sulit untuk dapat keluar dari tekanan dan tantangan untuk mencapai sebuah tujuan (Shaputra, 2021).

Kemampuan resiliensi sangat dibutuhkan oleh semua orang seperti mahasiswa akhir yang menghadapi sebuah tekanan yang timbul selama proses mengerjakan skripsi (Muslimin, 2021). Mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan resiliensi cenderung menunda-nunda dalam proses penyusunan tugas akhir yang menyebabkan masa studinya semakin lama (Khusniatun, 2014). Muniroh (2010) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan resiliensi mampu mencari jalan keluar ketika ada masalah, lebih cepat bangkit dari situasi yang tidak nyaman dan lebih kuat bertahan dalam menghadapi konflik begitupun sebaliknya mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan resiliensi akan membutuhkan waktu yang lama agar dapat menerima situasi yang tidak menyenangkan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wijianti dan Purwaningtyas (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang memiliki sikap resiliensi yang tinggi sebanyak 62,37% dari 101 subjek. Sehingga ketika mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang tinggi seharusnya ia akan lebih mudah menyelesaikan masalah perkuliahan seperti tugas akhir tersebut.

Pada saat proses menangani, mengurangi dan mengendalikan stres, individu membutuhkan strategi yang tepat, strategi tersebut dapat dikatakan sebagai *coping stres* (Wijiyanti, 2013). Menurut Sarafino dan Smith (2014) *coping* adalah sebuah proses seseorang saat mengatur perbedaan dengan tuntutan dan kemampuan yang dimiliki saat keadaan stres. Menurut Smet (1994) *coping stress* merupakan sebuah proses ketika seseorang mengontrol jarak antara paksaan baik di dalam maupun di luar diri individu.

Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping stres* adalah sebuah teknik dimana seseorang berupaya untuk menyelesaikan kondisi stres yang menindas akibat masalah yang sedang dilalui dengan melakukan sebuah perubahan cara berpikir dan perilaku agar mendapatkan rasa aman dalam dirinya. Lazarus dan Folkman (1984) membagi *coping* menjadi dua yaitu *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Pada *emotion-focused coping* individu berjuang untuk mengurangi dampak dari penyebab stres dengan mencegah adanya stresor. Sedangkan *problem-focused coping* adalah individu yang akan menilai stressor yang dihadapi dan melakukan tindakan untuk mengubah stressor mereka agar memudahkan dampak dari stressor.

Berdasarkan hasil wawancara mengenai *coping stres* yang dilakukan pada mahasiswa rantau tingkat akhir yaitu lebih kepada *emotion-focused coping* dimana individu lebih memilih meluapkan emosi dengan cara *me time*, jalan-jalan dan membeli makanan dibandingkan mengatasi *problem* secara langsung dan menyelesaikannya atau *problem-focused coping*. Berbeda dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Iqramah, Nurhasanah dan Bustamam (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir sebagian besar menggunakan *problem-focused coping* sebanyak 56% dan 44% yang menggunakan *emotion-focused coping* dari 100 subjek, perbedaan dari hasil tersebut membuat perlunya penelitian lebih lanjut mengenai *coping stres*.

Yenjeli (2010) menjelaskan bahwa strategi *coping* yang efektif untuk digunakan

tergantung situasi dan kondisi *problem* yang sedang dialami. Pengetahuan terkait *coping* sangat penting, jika memahami strategi *coping* yang baik dan efektif maka akan dapat menolong mahasiswa ketika menghadapi *problem* sesuai dengan *personality* (Wijiyanti, 2013). Mahasiswa ketika merasakan stres saat mengerjakan skripsi diharapkan perlu memahami terkait pentingnya melaksanakan strategi *coping* yang efektif agar ketika terjadi sumber stres mahasiswa dapat mengatasinya (Wijiyanti, 2013).

Lazarus & Folkman (1984) mengatakan bahwa individu ketika menjalani kehidupannya sehari-hari menggunakan dua jenis penindakan stres, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Coping stres* yang efektif yaitu *coping* yang tidak dominan ke salah satu melainkan melakukan keduanya.

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat *gap* hasil dari asesmen dan jurnal riset tentang *coping stres* yang paling banyak digunakan sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat sebuah penelitian tentang “Hubungan antara *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur”, agar mengetahui *coping stres* yang paling banyak digunakan dan apakah terdapat hubungan *coping stres* dan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi, sehingga penelitian ini akan memberikan hasil yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

2. METODE

2.1. Kriteria Subjek Penelitian

1. Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur;
2. Mahasiswa rantau
3. Mengerjakan tugas akhir
4. Menetap di Samarinda selama kuliah

Teknik pengambilan sampel memakai *Snowball sampling*. *Snowball sampling* yaitu teknik pengumpulan data melalui subjek gelombang pertama yang dipilih, kemudian subjek gelombang pertama memilih subjek gelombang kedua dan sampel akibatnya mengembang oleh gelombang seperti bola salju yang membesar saat menggelinding menuruni bukit (Etikan, Alkassim dan Abubakar, 2015).

2.2. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan peneliti adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang didasari pada korelasional digunakan agar mempelajari populasi atau sampel tertentu, alat penelitian dipakai dalam mengumpulkan data, analisis data bersifat kuantitatif, bertujuan untuk mengetes hipotesis yang sudah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Penelitian korelasional merupakan penelitian yang meneliti hubungan antar variabel atau satu variabel dengan variabel lainnya (Winarni, 2011).

2.3. Metode Pengumpulan Data

Penelitian dalam mengumpulkan data membagikan dua skala yaitu skala *coping stres* dan skala resiliensi. Skala resiliensi diukur berdasarkan skala *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang telah diadaptasi dan diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh ahli bahasa berdasarkan teori Connor-Davidson yang telah dikembangkan oleh Connor & Davidson (2003) dan skala *coping stres* diukur berdasarkan skala *Ways of coping* yang telah diadaptasi oleh Rahmadanti (2023) dari teori Lazarus & Folkman (1984).

2.4. Teknik Analisis Data

Ketika data berdistribusi normal maka analisis yang dipakai adalah uji statistik parametrik yaitu uji korelasi *pearson product moment* yaitu teknik korelasi yang selalu dipakai dari semua teknik korelasi yang ada dan teknik ini memiliki tujuan untuk menghitung kedekatan hubungan antara dua variabel penelitian dimana kedua variabel penelitian tersebut memiliki skala interval (Setiasih dan Setianingrum, 2018).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Analisis Data Subjek Penelitian

Pada penelitian ini terdapat 100 subjek mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Subjek pada penelitian ini memiliki kategorisasi berdasarkan usia, jenis kelamin dan fakultas.

Tabel 1. Distribusi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
20-23	95	95%
24-27	5	5%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas, disimpulkan bahwa rata-rata usia subjek penelitian yang telah dilakukan adalah berusia 20-23 (95%) dan usia 24-27 (5%).

Tabel 2. Distribusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	34	34%
Perempuan	66	66%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas, disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini adalah mayoritas perempuan dengan jumlah 66 orang (66%) dan laki-laki sejumlah 34 orang (34%).

Tabel 3. Distribusi Subjek Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Jumlah	Persentase
Psikologi	15	15%
Hukum	1	1%
Kesehatan Masyarakat	25	25%
Ilmu Keperawatan	10	10%
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	6	6%
Teknik	14	14%
Ekonomi, Bisnis dan Politik	28	28%
Farmasi	1	1%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 3 diatas, responden terbanyak berasal dari Fakultas Ekonomi, Bisnis dan Politik sebanyak 28 responden (28%).

3.2. Hasil Uji Hipotesis

Uji Korelasi *pearson product moment* bertujuan untuk mencari hubungan antar variabel. Peneliti melakukan uji korelasi Variabel (X) *Coping Stres, Problem Focused Coping, Emotion Focused Coping* kepada variabel (Y) Resiliensi.

Tabel 4. Uji Korelasi

Variabel X	Variabel Y	Koefisien Korelasi	Signifikansi
<i>Coping Stres</i>	Resiliensi	0,740	0,000
<i>Problem Focused Coping</i>	Resiliensi	0,687	0,000
<i>Emotion Focused Coping</i>	Resiliensi	0,658	0,000

Berdasarkan dari hasil hipotesis didapatkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan yaitu 0,000 ($p < 0,05$). Nilai $R = \text{coping stres}$ dan resiliensi 0,740. Nilai $R = \text{problem focused coping}$ dan resiliensi 0,687. Nilai $R = \text{emotion focused coping}$ dan resiliensi 0,658. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antar dua variabel. Hubungan positif merupakan hubungan yang sejalan.

3.3. Hasil Kategorisasi

Pada penelitian ini, kategorisasi *coping stres* berdasarkan jenis kelamin dan usia, resiliensi berdasarkan jenis kelamin dan usia, pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi, ditinjau dengan tiga kategorisasi pengelompokan yaitu rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 5. Kategorisasi *Coping Stres*

Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 110$	13	13%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$110 \leq X < 134$	70	70%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 134$	17	17%
Total			100	100%

Keterangan

X = Rata-rata.

M= Mean

SD= Standar Deviasi

Berdasarkan tabel 5 kategorisasi *coping stres* menunjukkan bahwa subjek paling banyak berada pada kategori sedang sebanyak 70 orang (70%).

Tabel 6. Kategorisasi Jenis *Coping Stres*

Aspek	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase
<i>Problem Focused Coping</i>	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 45$	6	6%
	Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$45 \leq X < 57$	76	76%
	Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 57$	18	18%
Total				100	100%
<i>Emotion Focused Coping</i>	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 64$	13	13%
	Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$64 \leq X < 79$	74	74%
	Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 79$	13	13%
Total				100	100%

Berdasarkan pada tabel 6 diatas, dapat disimpulkan bahwa strategi coping *problem focused coping* dan *emotion focused coping* berada pada kategori sedang.

Tabel 7. Kategorisasi Jenis *Coping Stres* Berdasarkan Usia

Jenis	Kategori	Jumlah	Usia	
			20-23	24-27
<i>Problem Focused Coping</i>	Rendah	6	5	1
	Sedang	76	73	3
	Tinggi	18	17	1
	Total	100	95	5
<i>Emotion Focused Coping</i>	Rendah	13	12	1
	Sedang	74	70	4
	Tinggi	13	13	0
	Total	100	95	5

Berdasarkan pada tabel 7 di atas, rentan usia 20-23 berada pada kategori sedang.

Tabel 8. Kategorisasi *Problem Focused Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin

Aspek	Jenis Kelamin	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase
<i>Problem Focused Coping</i>	Laki-laki	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 44$	3	9%
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$44 \leq X < 59$	24	71%
		Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 59$	7	21%
Total					34	100%
	Perempuan	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 46$	10	15%
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$46 \leq X < 56$	46	70%
		Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 56$	10	15%
Total					66	100%

Berdasarkan tabel 8 diatas, *problem focused coping* pada jenis kelamin laki-laki lebih dominan dengan kategori sedang sebanyak 71%.

Tabel 9. Kategorisasi *Emotion Focused Coping* Berdasarkan Jenis Kelamin

Aspek	Jenis Kelamin	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase
<i>Emotion Focused Coping</i>	Laki-laki	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 65$	6	18%
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$65 \leq X < 80$	23	68%
		Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 80$	5	15%
Total					34	100%
	Perempuan	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 64$	8	12%
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$64 \leq X < 78$	47	71%
		Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 78$	11	17%
Total					66	100%

Berdasarkan tabel 9 diatas, diketahui bahwa *emotion focused coping* pada jenis kelamin perempuan lebih dominan dengan kategori sedang sebanyak 71%.

Tabel 10. Kategorisasi Resiliensi

Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase
Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 71$	17	17%
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$71 \leq X < 87$	63	63%
Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 87$	20	20%
Total			100	100%

Berdasarkan tabel 10 kategorisasi resiliensi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek yang memiliki resiliensi dalam penelitian ini berada pada kategori sedang sebanyak 63%.

Tabel 11. Kategorisasi Resiliensi Berdasarkan Usia

Kategori	Jumlah	Persentase	Usia	
			20-23	24-27
Rendah	17	17%	16	1
Sedang	63	63%	60	3
Tinggi	20	20%	19	1
Total	100	100%	95	5

Berdasarkan tabel 11, pada kategori sedang rentan usia 20-23 tahun sebanyak 60 responden.

Tabel 1. Kategorisasi Resiliensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	Kategori	Pedoman	Skor	Jumlah	Persentase	
Resiliensi	Laki-laki	Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 71$	5	15%	
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$71 \leq X < 88$	24	71%	
		Tinggi	$M + 1SD \leq X$	$X > 88$	5	15%	
					Total	34	100%
Perempuan		Rendah	$X < M - 1SD$	$X < 70$	7	11%	
		Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$70 \leq X < 87$	46	70%	

1SD				
Tinggi	$M + 1SD \leq X < 87$	$X > 87$	13	20%
X				
Total			66	100%

Berdasarkan tabel 12 kategorisasi resiliensi berdasarkan jenis kelamin dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek laki-laki yang memiliki resiliensi dalam penelitian ini laki-laki dan perempuan berada di kategori sedang.

3.4. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, ditemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *coping stres* dengan resiliensi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Shaputra, 2021; Pratiwi dan Hirmaningsih, 2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara strategi *coping* dengan resiliensi, yang artinya semakin baik strategi *coping* maka akan semakin tinggi dan baik resiliensi. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Bastian, 2012; Wijiyanti dan Purwaningtyas, 2020) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *coping* dengan resiliensi, artinya semakin tinggi kemampuan individu dalam mengatasi stres maka semakin tinggi resiliensi.

Pada penelitian ini ditemukan juga bahwa terdapat hubungan yang positif antara *problem focused coping* dengan resiliensi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2019) bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan *problem focused coping*, artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin tinggi penggunaan *problem focused coping*. Hal ini sesuai dengan pernyataan Susanto (2013) yang mengatakan bahwa jika individu yang memiliki resiliensi maka langsung mengambil keputusan. Hal ini sesuai dengan karakteristik *problem focused coping* oleh Lazarus dan Folkman (1984) yang menyatakan bahwa individu akan langsung mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah dan mengurangi tekanan yang dirasakan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Iqramah, Nurhasanah dan Bustamam (2018), yang menjelaskan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi cenderung menggunakan *problem focused coping* dibandingkan *emotion focused coping*.

Selain itu, penelitian ini juga mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *emotion focused coping* dengan resiliensi. Sejalan dengan pernyataan Mustikasari (2019) bahwa seseorang yang memiliki resiliensi meskipun berada dalam tekanan akan berusaha tetap tenang dan mengelola emosinya. Sejalan dengan penelitian Efendi dan Kusuma (2018) yang menunjukkan hasil bahwa resiliensi memiliki hubungan dengan *emotion focused coping* pada mahasiswa yang sedang menempuh program skripsi. Individu yang cenderung menggunakan *emotional focused coping* adalah individu yang beranggapan bahwa masalah tidak mudah dikendalikan, sehingga ketika mengatasi stres individu akan mengelola reaksi emosi agar dapat menyesuaikan diri dalam keadaan penuh tekanan (Lazarus dan Folkman, 1984). Carver dkk (1989) menjelaskan jika *emotion focused coping* dapat efektif karena dapat menahan seseorang agar tidak terus berada dalam emosi negatif dan menolong individu untuk dapat memilih tindakan yang lebih aktif untuk mengatasi emosi.

Lazarus dan Folkman (1984) berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penentuan *coping* yaitu kepribadian, situasi, kebudayaan, peran dan konfigurasi kognitif. Yenjeli (2010) mengatakan bahwa strategi *coping* yang efektif untuk digunakan tergantung situasi dan kondisi masalah yang sedang dialami. Lazarus dan

Folkman (1984) juga mengatakan bahwa *problem focused coping* dan *emotion focused coping* tidak semua bisa tepat digunakan dalam segala kondisi. Semua tergantung siapa, bagaimana dan kapan strategi *coping* digunakan (Wijianti dan Purwaningtyas, 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian Susanto (2013) bahwa seseorang yang memiliki kemampuan *coping* yang lebih tinggi akan memiliki resiliensi yang tinggi.

Yusuf (2021) mengemukakan bahwa dari beberapa penelitian dapat diketahui bahwa resiliensi dipengaruhi sebagaimana individu dalam mengatasi stres serta memecahkan masalah. Faktor lain yang dapat memengaruhi resiliensi yaitu gaya ataupun strategi *coping* serta kepribadian individu (Mancini & Bonano, 2006). Selain itu pada penelitian Steinhardt dan Dolber (2008) menemukan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi maka memiliki strategi *coping* yang akan lebih efektif ketika menghadapi stres. Hal ini sependapat dengan penelitian MacDermott (2010) bahwa resiliensi yang tinggi menjadi faktor pelindung dari *coping* negatif untuk menghadapi sebuah tekanan.

Responden dalam penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan pada penelitian ini rata-rata usia responden 20-23 sebesar 95% dan usia 24-27 sebesar 5%. Selain itu, penelitian ini ditemukan bahwa *coping stres* berada pada kategori sedang sebesar 70% dengan rentang usia 20-23 tahun sebanyak 66 responden sedangkan resiliensi pada kategori sedang sebesar 63% dengan rentang usia 20-23 sebanyak 60 responden. Santrock (2011) mengatakan bahwa dewasa awal merupakan sebuah masa perkembangan seseorang dengan rentang usia 18-25 tahun, transisi dari masa remaja menuju masa dewasa ditandai dengan perubahan yang berkesinambungan. Pada proses dewasa awal ini akan banyak menghadapi berbagai macam situasi dan harus dapat mengambil keputusan, keputusan menyelesaikan pendidikan, pekerjaan dan keputusan untuk kesiapan menikah (Santrock, 2011).

Berdasarkan angka koefisien determinasi diperoleh nilai *r square* sebesar 0,547, artinya variabel *coping stres* memberikan pengaruh terhadap variabel resiliensi sebesar 54,7% dan sisanya 45,3% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini sejalan dengan penelitian Muhlisa dan Aeni (2021) bahwa strategi *coping* memberi sumbangan efektif terhadap resiliensi akademik. Pada penelitian Rahmadanti (2023) ditemukan bahwa *coping stres* memberikan sumbangan terhadap perilaku konsumtif.

Penelitian ini memiliki keterbatasan tidak mengetahui jumlah populasi mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di UMKT, dari total 116 responden yang mengisi skala penelitian, 16 responden terpaksa dieliminasi karena tidak sesuai kriteria subjek penelitian. Penelitian ini juga disebarluaskan secara online melalui group *Whatsapp* sehingga terdapat kemungkinan subjek mengisi skala dengan jawaban kurang serius.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara *coping stres* dengan resiliensi dan terdapat hubungan antara *problem focused coping* dengan resiliensi. Selain itu terdapat pula hubungan antara *emotion focused coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di UMKT. Artinya semakin tinggi kemampuan atau teknik individu dalam *coping stres* yang dimiliki maka semakin tinggi pula resiliensi yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, L; Suzzana, E; Safuwan , S; Muryali, M;. (2019). Perceived social support and psychological well-being among interstate students at Malikussaleh University. *Jurnal Indigenus*.
- Bastian, S. D. (2012). Hubungan antara resiliensi dan coping pada istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. *Skripsi. Universitas Indonesia, Depok*.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of personality and social psychology*, 56(2), 267.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Devinta, M. (2016). Fenomena culture shock (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di Yogyakarta. *E-Societas*, 5(3).
- Efendi, M. Z., & Kusuma, D. (2018). Hubungan antara Resiliensi dengan Strategi Koping pada Mahasiswa yang Menempuh Program Skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(3).
- Etikan, I., Alkassim, R., & Abubakar, S. (2015). Comparison of snowball sampling and sequential sampling technique. *Biometrics and Biostatistics International Journal*, 3(1), 55.
- Ghozali, Imam. (2018). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang.
- Handayani, E., & Nirmalasari, N. (2020). Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Perantauan dan Bukan Perantauan. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 11, 63-66.
- Hudori, M. (2013). Peranan mahasiswa dalam mewujudkan wawasan multikultural di lingkungan kampus. Disampaikan di orientasi multikultural mahasiswa lintas agama Provinsi Bengkulu pada tanggal, 5-7.
- Iqramah, N., Nurhasanah, N., & Bustamam, N. (2018). Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 3(4).
- Istanto, T. L., & Engry, A. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan homesickness pada mahasiswa rantau yang berasal dari luar pulau Jawa di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Kampus Pakuwon City. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 19-30.
- Khusniatun, (2014). Hubungan antara resiliensi dan prokratinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi fakultas ilmu sosial dan humaniora universitas islam negeri sunan kalijaga Yogyakarta. *Skripsi*.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lestari, D. A. (2019). *Hubungan Antara Resiliensi Dengan Problem Focused-Coping Pada Pedagang Sunmor Pasca Relokasi*, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- MacDermott, D. (2010). Psychological hardiness and meaning making as protection against sequelae in veterans of the wars in Iraq and Afghanistan. *International Journal of Emergency Mental Health*, 12(3), 199-206.
- Mancini, A. D., & Bonanno, G. A. (2006). Resilience in the face of potential trauma: Clinical practices and illustrations. *Journal of clinical psychology*, 62(8), 971-985.

- Marliani, R. (2013). Hubungan antara religiusitas dengan orientasi masa depan bidang pekerjaan pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal psikologi*, 9(2), 130-137.
- Muhlisa, N., & Aeni, N. (2021). The correlation between coping strategy and academic resilience in medical faculty students. *Psimphoni*, 2(1), 75-84.
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika resiliensi orang tua anak autis. *Jurnal penelitian*, 7(2).
- Muslimin, Z. I. (2021). Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1).
- Mustikasari, D. S. (2019). Personality To Resilience: a Systematic Review. *PSIKOVIDYA*, 23(1), 1-21.
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi gaya belajar mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1), 56-63.
- Pratiwi, A. C., & Hirmaningsih, H. (2017). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 68-73.
- Rahmadanti, L. (2023). Hubungan antara coping stres dengan perilaku konsumtif mahasiswa universitas muhammadiyah kalimantan timur. *Skripsi*.
- Retnoningsih, S. A. (2009). *Kamus besar bahasa indonesia*, Semarang: CV. Widya karya.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Santrock, J. W. (2011). Life-Span Development Perkembangan Masa-Hidup, jilid 1, Terj. *Benedictine Wisdyasinta, Jakarta, Erlangga*.
- Saputri, K. A., & Sugiharto, D. (2020). Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di fip unnes tahun 2019. *KONSELING EDUKASI" journal of Guidance and Counseling*, 4(1).
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, P. K. P., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan x fakultas teknik universitas diponegoro. *Jurnal Empati*, 5(2), 177-182.
- Setiasih, & Setianingrum, I. (2018). *Statistik Psikologi : Solusi Masalah Psikologi dengan Statistik*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Shaputra, A. W. (2021). Hubungan Antara Strategi Coping dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Skripsi*.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*, PT. Grasindo, Jakarta.
- Sugiyono;. (2018). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sungko, E. (2020). Pengaruh resiliensi terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi*.
- Susanto, M. (2013). *Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan, Kemampuan Coping Dengan Resiliensi Remaja Yang Ibunya Sebagai Tenaga Kerja Wanita* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Steinhardt, M., & Dolbier, C. (2008). Evaluation of a resilience intervention to enhance coping strategies and protective factors and decrease symptomatology. *Journal of American college health*, 56(4), 445-453.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Humanitas: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 245-31.
- Wijianti, D. K. A., & Purwaningtyas, F. D. (2020). Coping stres, resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, 1(2), 11-17.
- Wijayanti, N. (2013). Strategi coping menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan. *Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*.

- Winarni, E. W. (2011). *Penelitian pendidikan bahan ajar statistika*. Bengkulu: Putri Media.
- Yenjeli, L. (2010). Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai.
- Yusuf, K. I. (2021). *Hubungan Strategi Coping dengan Resiliensi pada Aparatur Sipil Negara di Kantor Camat Medan Amplas Universitas Medan Area*.
- Zakaria, D. (2017). *Tingkat stres mahasiswa ketika menempuh skripsi*. University of Muhammadiyah Malang.

LAMPIRAN

Surat Keterangan Publikasi



Kampus 1 : Jl.Ir.H. Juanda, No.15, Samarinda
Kampus 2 : Jl.Pelita, Pesona Mahakam, Samarinda
Telp: 0541-748511 Fax: 0541-766832

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SURAT KETERANGAN ARTIKEL PUBLIKASI

Assalamu'alaiikum Warahmatullahi wabarakatuh

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

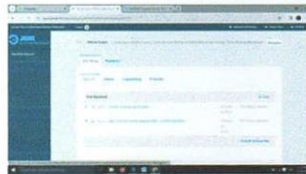
Nama	: Dian Putriana, M.Psi., Psikolog
NIDN	: 1131079501
Nama	: Muhammad Miftah Syakir
NIM	: 1911102433109
Fakultas	: Psikologi
Program Studi	: S1 Psikologi

Menyatakan bahwa artikel ilmiah yang berjudul "Hubungan antara *Coping Stres* dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur" telah di submit pada Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaiikum Warahmatullahi wabarakatuh

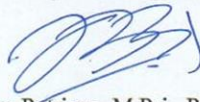
Bukti Submit:



Mahasiswa

Samarinda, Kamis, 28 Desember 2023


Muhammad Miftah Syakir


Dian Putriana, M.Psi., Psikolog

Bukti Submit Jurnal

The screenshot shows the author dashboard for the journal 'Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia'. The user is logged in as 'miftah'. The submission ID is 119, and the article title is 'Hubungan Antara Coping Stres Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Rantau Yang Sed'. The dashboard includes a sidebar with 'Naskah Masuk' and a main area with tabs for 'Alur Kerja' and 'Publikasi'. Under 'Alur Kerja', there are sub-tabs for 'Naskah', 'Ulasan', 'Copyediting', and 'Produksi'. The 'Naskah' tab is active, displaying a table of manuscript files.

File Naskah				Q Cari
▶	458-1	miftah, Penulis (2023).docx	Oktober 4, 2023	File Utama Naskah
▶	461-1	eka, 119-File Utama Naskah-458-1-2-20231004.docx	Oktober 22, 2023	File Utama Naskah

[Unduh Semua File](#)

Activate Windows
Go to Settings to activate Windows.