

**STRATEGI *COPING* MENGHADAPI STRES DALAM PENYUSUNAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM SI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

Oleh
Nindya Wijayanti
NIM. 08104244039

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat, sumber, jenis stres mahasiswa dan strategi *coping* menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi yang dilakukan mahasiswa FIP UNY angkatan 2008.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif deskriptif dengan jenis survei. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa FIP UNY angkatan 2008. Penelitian ini merupakan penelitian sampel dengan jumlah 140 mahasiswa yang diambil dengan teknik *purposive proportional random sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner berbentuk skala stres dan strategi *coping* menghadapi stres. Hasil Uji validitas dan reliabilitas kuesioner menggunakan uji validitas eksternal yang hasilnya dapat dipercaya (reliabel) dengan menggunakan *Alpha Cronbach* dengan koefisien alpha sebesar 0,8443, 0,8790, dan 0,8211. Analisis data menggunakan analisis kuantitatif deskriptif. Data yang diperoleh selanjutnya dihitung menggunakan teknik persentase dengan perhitungan melalui SPSS.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa FIP angkatan 2008 mengalami stres dalam penyusunan skripsi pada kategori sedang yaitu 109 mahasiswa (77,9%). Sumber stres yang paling dominan yaitu frustrasi dengan mean 13,50 dan jenis stres yang dominan yaitu stres psikologis dengan mean 26,61. Strategi *coping* yang umumnya dilakukan mahasiswa untuk menghadapi stres adalah *coping* positif pada kategori tinggi (58,6%) seperti membuat rencana aksi dan berusaha selalu berpikir positif. Sedangkan strategi *coping* negatif pada kategori sedang (60,7%) seperti mengatasi masalah dengan terburu-buru dan kurang dapat berpikir dengan tenang. *Coping* positif yang paling dominan yaitu religiusitas dan perencanaan (100%) artinya mahasiswa cenderung untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan agar lebih tenang dan fokus setiap menghadapi masalah, sedangkan *coping* negatif yang dominan yaitu kontrol diri (52,9%) artinya mahasiswa cenderung terburu-buru dalam setiap mengatasi masalah dan merasa sedikit terbebani dengan skripsi.

Kata kunci: *stres, strategi coping, mahasiswa*