

**PENGARUH STRATEGI *COPING* TERHADAP STRES AKADEMIK
PADA MAHASISWA YANG MENGERJAKAN SKRIPSI DI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Sindi Lestari¹, Nurlaela Widyarini², Maulana Arif Muhibbin³

lestarisindi939@gmail.com

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Jember

INTISARI

Stres akademik saat mengerjakan skripsi merupakan kondisi yang umum dialami oleh mahasiswa di Indonesia. Strategi *coping* merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres akademik mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh strategi *coping* terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 253 mahasiswa yang mengerjakan skripsi angkatan 2021 di Universitas Muhammadiyah Jember dan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua alat ukur yakni *Gadzella's Student-Life Stress Inventory* (SLSI) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Azahra (2017) sebanyak 21 aitem dengan nilai koefisien korelasi validitas (r_{xy}) = 0.414 hingga 0.813, nilai reabilitas sebesar 0.943 dan *coping stress* yang dibuat oleh Azahra (2017) sebanyak 29 aitem dengan nilai koefisien korelasi validitas (r_{xy}) = 0.186 hingga 0.542, nilai reliabilitas sebesar 0,851 dengan bantuan SPSS 25 for Windows. Penyebaran kuesioner melalui *google form*. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa Strategi *coping* secara simultan tidak berpengaruh terhadap stres akademik ($F=2.759$; $p>0,05$) yang artinya H_0 diterima dan H_1 ditolak, serta berdasarkan hasil uji deskriptif statistik diperoleh nilai strategi *coping* sebesar 54,5% mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember memiliki strategi *coping* dalam kategori tinggi, serta mahasiswa ketika menghadapi stres akademik lebih banyak menggunakan strategi *coping* secara *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dan untuk kategori stres akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi masuk kedalam kategori tinggi 54,9%.

Kata kunci: Mahasiswa, Skripsi, Strategi *Coping*, Stres Akademik.

1. Peneliti
2. Dosen Pembimbing I
3. Dosen Pembimbing II

**THE EFFECT OF COPING STRATEGIES ON ACADEMIC STRESS
AMONG STUDENTS WRITING THESES AT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITY JEMBER**

Sindi Lestari¹, Nurlaela Widyarini², Maulana Arif Muhibbin³

lestarisindi939@gmail.com

Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Jember

ABSTRACT

Academic stress when working on a thesis is a common condition experienced by students in Indonesia. Coping strategies are one of the factors that can influence students' academic stress when working on a thesis. This study aims to determine the effect of coping strategies on academic stress among students working on a thesis at Muhammadiyah University Jember. This study employs a quantitative approach with a sample of 253 students working on their theses from the 2021 cohort at Muhammadiyah University of Jember, using simple linear regression analysis. Data collection was conducted using two measurement tools: Gadzella's Student-Life Stress Inventory (SLSI), which has been adapted into Indonesian by Azahra (2017) with 21 items and a validity correlation coefficient (r_{xy}) ranging from 0.414 to 0.813, a reliability value of 0.943, and the stress coping scale developed by Azahra (2017) with 29 items, yielding validity correlation coefficients (r_{xy}) ranging from 0.186 to 0.542, and a reliability value of 0.851, using SPSS 25 for Windows. The questionnaire was distributed via Google Forms. The results of the hypothesis test indicate that coping strategies do not simultaneously affect academic stress ($F=2.759$; $p > 0.05$), meaning H_0 is accepted and H_1 is rejected. Additionally, based on the results of the descriptive statistical test, 54.5% of students working on their theses at Muhammadiyah University of Jember have coping strategies in the high category, and when facing academic stress, students more often use problem-focused coping and emotion-focused coping strategies. For the category of academic stress, students working on their theses fall into the high category at 54.9%.

Keywords: Students, Thesis , Coping Strategies, Academic Stress.

-
1. Researcher
 2. Supervisor 1
 3. Supervisor 2