

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah orang yang terikat dan memiliki hubungan dengan perguruan tinggi, seperti Universitas, Institut, atau Akademi. Mahasiswa diharapkan nantinya menjadi orang yang cerdas dan berpengetahuan di masa depan (Azahra, 2017). Menurut Santrock (2012), mahasiswa berada dalam masa transisi dari remaja menuju dewasa awal, yaitu sekitar usia 18 sampai 25 tahun. Sementara itu, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi umumnya berusia antara 21 hingga 25 tahun, yang termasuk ke dalam kategori dewasa awal (Fanani, 2022). Salah satu ciri dari masa dewasa awal adalah masa yang penuh dengan permasalahan, di mana individu sering mengalami kecemasan akibat berbagai tantangan dan tanggung jawab yang mahasiswa hadapi (Hurlock, 1980). Masa kuliah merupakan periode yang penting dalam kehidupan seorang mahasiswa, di mana mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan atau tuntutan akademik.

Menurut Pemdikbud Republik Indonesia Nomor 3 (2020) tentang Standart Nasional Pendidikan Tinggi, peran dan tugas mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi, terdapat tiga tugas utama yang harus dilakukan oleh mahasiswa diantaranya menjalankan tugas akhir secara ilmiah, aktif dalam pengabdian masyarakat, dan memenuhi semua capaian pembelajaran dan SKS sebagai syarat kelulusan. Sebagai syarat kelulusan, tugas akhir atau skripsi harus diselesaikan oleh mahasiswa di akhir kuliah (Tanjung Sari

et al., 2024). Skripsi adalah tulisan ilmiah yang harus dibuat oleh mahasiswa sebagai syarat agar bisa mendapatkan gelar sarjana (Tanjung Sari et al., 2024). Skripsi merupakan bukti bahwa seorang mahasiswa mampu mengevaluasi pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama sekitar empat tahun belajar di Universitas (Medi, 2023).

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan langkah-langkah pembelajaran yang diperlukan dalam proses penyusunan skripsi. Langkah-langkah proses mengerjakan skripsi (Hartono et al., 2021) dimulai dengan penyusunan proposal berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan, referensi pustaka, kerangka konsep, dan metode penelitian, yang kemudian diseminarkan untuk mendapat persetujuan pembimbing. Setelah itu dilakukan pengumpulan dan analisis data, penulisan skripsi secara sistematis dengan bimbingan dan revisi, ujian skripsi, perbaikan jika diperlukan, penyerahan skripsi yang disetujui, hingga yudisium untuk memperoleh gelar mengacu pada pedoman penyusunan skripsi. Dalam proses menuliskan skripsi terkadang dirasa sulit oleh mahasiswa dan memiliki hambatan baik secara internal maupun eksternal. Menurut Fadhillah (2013), mengatakan terdapat faktor yang membuat penulisan skripsi terasa lebih sulit, yaitu hambatan internal maupun eksternal. Hambatan internal (masalah dalam diri) bisa berupa rasa percaya diri terhadap kemampuannya, kesulitan berkomunikasi dengan dosen pembimbing, tuntutan untuk lebih mandiri dan disiplin dalam mengatur waktu agar bisa mencapai target skripsi yang sudah ditetapkan, motivasi yang naik turun, serta perasaan jenuh akibat kesulitan dalam menemukan kejelasan selama proses penulisan. Sementara

itu, tuntutan eksternal berasal dari lingkungan atau orang-orang di sekitar individu, seperti masalah keuangan atau tekanan dari keluarga agar segera menyelesaikan kuliah. Ketika mahasiswa tidak mampu untuk mengatasi hambatan tersebut, maka akan memunculkan stres pada mahasiswa.

Secara umum, stres adalah perasaan atau keadaan di mana seseorang merasa terbebani atau mengalami perubahan yang dirasakan sebagai sesuatu yang menuntut dan sulit dihadapi (dalam Gadzella & Masten, 2005). Stres yang dialami oleh individu dan terjadi di lingkungan pendidikan suatu sekolah atau Universitas dapat diartikan sebagai stres akademik (Ramadhani & Mastuti, 2023). Stres akademik, menurut Gadzella & Masten (2005) adalah bagaimana seseorang merasakan dan menanggapi tekanan. Tekanan ini bisa berupa hal-hal fisik, emosi, perilaku, atau cara berfikir (kognitif).

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir sering kali merasakan langsung dampak negatif dari stres akademik yang mahasiswa alami. Mahasiswa merasa cemas, kesulitan, merasa frustrasi, kerap berfikir negatif, kualitas tidurnya terganggu dalam menghadapi tugas akhir, sehingga mengalami stres akademik. Stres akademik yang dirasakan mahasiswa akhir akan bisa menyebabkan mahasiswa semakin lambat menyelesaikan skripsinya, karena rasa cemas dan stres mengganggu kemampuannya untuk berfikir jernih. Selain itu, perasaan tersebut juga bisa membuat mahasiswa kehilangan semangat untuk menyelesaikan tugas akhir (Azizah & Satwika, 2021). Berdasarkan hasil penelitian Aihie & Ohanaka (2019) yang mengatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir memiliki resiko yang lebih tinggi mengalami tingkat stres akademik

daripada mahasiswa ditahun sebelum-sebelumnya. Biasanya disebabkan oleh kekhawatiran dan kecemasan tentang hasil akhir atau skripsi.

Berdasarkan penelitian oleh Wijayanti (2013) mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa FIP mengalami stres akademik saat mengerjakan skripsi sebanyak 109 mahasiswa 77,9% mahasiswa yang diteliti merasakan stres. Penyebab utama stres akademik adalah rasa frustrasi, dan stress akademik ini terutama berdampak pada kondisi psikologisnya. Untuk mengatasi stres akademik ini, mahasiswa cenderung lebih dekat dengan Tuhan (religuitas) dan perencanaan 100% dan membuat rencana untuk menghadapi masalah (*coping* positif). Namun mahasiswa juga cenderung mengandalkan kontrol diri 52,9% (*coping* negatif), yang artinya kadang mahasiswa terburu-buru dan merasa terbebani dengan skripsi saat mengatasi masalah.

Penelitian Oktafiani & Aliwar (2021) mengungkapkan hasil bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi merasakan stres akademik dengan presentase 52,1%. Didukung oleh penelitian Danu et al., (2024) hasil penelitiannya menunjukkan tingkat stres akademik mahasiswa tingkat akhir, sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres akademiknya tinggi. Mahasiswa mengalami stres akademiknya tinggi disebabkan oleh kesulitan menentukan tema penelitian, bingung untuk memilih bertemu dosen pembimbing dan tekanan dari orang tua. Hasil penelitian dari Ramanda & Sagita (2020) menunjukkan hasil mayoritas mahasiswa (70,9%) mengalami stres akademik yang tinggi dalam menyusun skripsi selama *pandemic Covid-19* berdasarkan faktor penyebabnya frustrasi (39,6%), konflik (37,7%), tekanan (44,8%), perubahan

(54,2%), *self-imposed* (42,7%) dan reaksi terhadap penyebabnya psikologis (35,4%), emosi (33,3%), perilaku (53,1%), kognitif (51%).

Peneliti telah melakukan wawancara awal untuk memperkuat fenomena yang akan diangkat. Peneliti disini melakukan wawancara kepada 12 mahasiswa angkatan 2021 yang sedang mengerjakan skripsi mengenai keadaan psikologis yang berkaitan dengan kedua aspek stres akademik. Dua mahasiswa yang diwawancarai mengatakan ketika mengerjakan skripsi merasa mampu mengelola tekanan selama mengerjakan skripsi dengan baik, kedua mahasiswa mengatakan tidak mengalami gangguan baik secara fisik maupun psikologis. Kedua mahasiswa ini mengatakan ketika ada kesulitan, mahasiswa ini langsung berkomunikasi dengan dosen ataupun teman, sehingga kedua mahasiswa ini tidak menyimpan masalahnya sendiri.

Sepuluh mahasiswa menyatakan bahwa terdapat *stressor* ketika menyelesaikan skripsi yaitu kesulitan mencari referensi yang sesuai secara online, kesulitan menghubungkan variabel x ke y, kesulitan menemukan *grand theory* pada variabel yang akan diteliti. Mahasiswa merasa mengalami stres akademik ketika mendapatkan tekanan dari orang tuanya terkait penyelesaian skripsi yang sedang dikerjakan dan mahasiswa merasakan tekanan ketika mengerjakan skripsi karena dari dirinya sendiri. Reaksi dari *stressor* yang dialami oleh 10 mahasiswa menyatakan bahwa mereka merasa takut dan khawatir tidak bisa menyelesaikan skripsinya, menjadi gampang tersinggung dan merasa sensitif saat membicarakan skripsi. Emosinya menjadi lebih gampang naik turun, mudah merasa marah, dan sulit fokus. Mereka juga cenderung menghindari orang lain, lebih suka

menyendiri, dan pola tidur mereka menjadi tidak teratur. Dari kondisi ini, dapat disimpulkan bawasannya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sedang mengalami stres karena beban akademik.

Taylor (2003) mengatakan stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti kepribadian, optimism, control psikologis, harga diri, dan strategi *coping*. Sementara itu, faktor eksternal seperti waktu dan uang, pendidikan, standart hidup, dukungan sosial, dan *stressor*. Strategi *coping* dipilih sebagai faktor yang memengaruhi stres akademik karena strategi ini merupakan cara yang digunakan individu untuk menghadapi dan mengelola tekanan atau masalah, sehingga dapat membantu individu dalam mengendalikan respons terhadap *stressor*. Dengan adanya strategi *coping* yang efektif, mahasiswa dapat meminimalkan dampak negatif dari stres akademik.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Oktafiani & Aliwar, (2021) menunjukkan bahwa strategi *coping stress* mempengaruhi stres akademik. Terdapat korelasi positif, di mana peningkatan strategi *coping* diikuti oleh meningkatnya persepsi stres akademik yang dirasakan, karena dalam konteks ini *coping* berfungsi sebagai bentuk pengakuan terhadap stres, bukan sebagai cara untuk menghilangkannya secara langsung. Hasil penelitian Tulle et al., (2024) mengatakan adanya hubungan antara strategi *coping* dengan stres akademik mahasiswa Prodi X Universitas Y yang sedang mengerjakan skripsi. Artinya strategi *coping* memiliki pengaruh terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sejumlah 29,9%. Jadi berdasarkan pernyataan tersebut, bisa dipahami bahwa cara seseorang mengendalikan dan mengurangi tekanan atau

situasi yang menekan sangat berpengaruh terhadap tingkat stres yang dirasakan. Berdasarkan hasil penelitian diatas strategi *coping* dapat mempengaruhi stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi

Menurut Lazarus & Folkman (1984) strategi *coping* merupakan cara seseorang menghadapi masalah atau tekanan baik dengan cara berfikir (kognitif) maupun tindakan (perilaku). Strategi *coping* dilakukan untuk mengatasi beban atau stres yang dirasakan dari dalam diri atau dari luar. Strategi *coping* di butuhkan mahasiswa mengerjakan skripsi dalam menghadapi stres akademik (Rosa et al., 2021). Ada dua tipe *coping* yang akan mengurangi *stress* tersebut sebagai menurut Lazarus & Folkman (dalam Apriliana, 2021) yaitu *problem-focused coping* yaitu *coping* yang fokus pada akar masalah dan *emotion-focused coping* yaitu *coping* yang fokus pada emosi. *Problem-focused coping* merupakan upaya yang dilakukan secara langsung untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi (Prameswari et al., 2022). *Emotion-focused coping* merupakan upaya untuk mengelola atau mengurangi dampak emosional dari suatu tekanan tanpa mencoba mengatasi penyebab stres secara langsung (Prameswari et al., 2022). Dengan demikian, secara psikologis kemampuan *coping* yang baik dapat memberikan dampak positif berupa penguatan perasaan terhadap konsep diri dan pandangan hidup, memengaruhi reaksi emosional, menurunkan tingkat depresi atau kecemasan, serta membantu menjaga keseimbangan antara emosi negatif dan positif (Hasan dan Rufaidah, 2013; dalam Prameswari et al., 2022).

Berdasarkan literatur yang telah dijelaskan terkait penelitian-penelitian yang sebelumnya, penelitian ini dirasa perlu dilakukan karena penelitian terdahulu

terdapat hasil yang tidak konsisten sehingga perlu dilakukan penelitian dengan variabel yang sama. Peneliti disini ingin melihat pengaruh strategi coping terhadap stres akademik pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan pada penelitian ini adalah lokasi penelitian di Universitas Muhammadiyah Jember. Karena hal inilah peneliti melakukan penelitian dengan judul pengaruh strategi *coping* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Jember.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada bagian latar belakang, fokus utama dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Strategi *Coping* terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Strategi *Coping* terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat yang bisa diberikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi klinis, terkait dengan bagaimana strategi *coping* memengaruhi tingkat stres akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa memahami pentingnya penerapan strategi *coping* yang tepat dalam menghadapi tekanan akademik, terutama saat menyusun skripsi, sehingga mereka dapat mengurangi tingkat stres yang dialami.

b. Bagi dosen pembimbing

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam memberikan bimbingan atau intervensi psikologis yang lebih efektif kepada mahasiswa yang mengalami stres akademik.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk studi lebih lanjut terkait strategi *coping* dan stres akademik, dengan kemungkinan eksplorasi variabel lain seperti dukungan sosial, kepribadian, atau resiliensi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan tentunya tidak lepas dari penelitian-penelitian sebelumnya, dimana diharapkan peneliti dapat mengidentifikasi persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian terdahulu mengenai fenomena yang akan

dikaji. Berbeda dengan penelitian sebelum-sebelumnya, penelitian ini secara spesifik meneliti pengaruh Strategi *Coping* terhadap Stres Akademik pada Mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember. Sejumlah penelitian yang menjadi rujukan peneliti dalam menyusun penelitian ini antara lain:

1. Penelitian oleh (Oktavia et al., (2019) dengan judul “faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. Penelitian ini menggunakan penelusuran literatur dilakukan pada *database elektronik SAGE Journal, ProQuest, Science Direct, Taylor Francis, Google scholar* dengan menggunakan kata kunci “*stress akademik dan academic stress*”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa stress akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari *self efficacy, hardiness*, motivasi sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial. Perbedaan dari penelitian ini adalah peneliti secara khusus meneliti strategi *coping* sebagai variabel X terhadap stress akademik, serta mengkhususkan subjek pada penelitian ini pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, yang memiliki tekanan akademik lebih spesifik dan intens dibanding mahasiswa pada umumnya. Metode yang digunakan peneliti yaitu kuantitatif korelasional.
2. Penelitian oleh Wijayanti (2013) dengan judul “strategi *coping* menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan” menunjukkan bahwa secara umum mahasiswa FIP

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. Dalam keadaan seperti ini, mahasiswa cenderung untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan agar lebih tenang dan fokus setiap menghadapi masalah dengan hasil yang menunjukkan coping positif dominan pada religuitas dan perencanaan (100%). Sedangkan coping negatif yang dominan adalah kontrol diri (52,9%) keadaan dimana mahasiswa cenderung terburu-buru dalam setiap mengatasi masalah dan merasa sedikit terbebani dengan skripsi. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada lokasi subjek.

3. Penelitian oleh Oktafiani & Aliwar, (2021) dengan judul “Pengaruh Strategi *Coping Stress* terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Jurusan Tadris MIPA FTIK IAIN Kendari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui deskripsi strategi *coping stress* mahasiswa, deskripsi stres akademik mahasiswa, dan pengaruh strategi *coping stress* terhadap stres akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah strategi *coping stress (problem-focused & emotion-focused)* untuk mengukur *strategi coping* dan stres akademik (*stresor* akademik dan reaksi terhadap *stresor*) untuk mengukur stres akademik. Subjek penelitian ini seluruh mahasiswa Jurusan Pendidikan MIPA IAIN Kendari yang sedang mengerjakan skripsi 71 mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi *coping stress* mempengaruhi stres

akademik. Korelasi positif dimana semakin tinggi strategi coping, semakin tinggi persepsi stres akademik yang dirasakan (dalam konteks *coping* mengarah pada pengakuan terhadap stres, bukan eliminasi langsung). Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada lokasi subjek.

4. Penelitian oleh Tulle et al., (2024) dengan judul “Kontribusi Strategi Coping Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat adanya hubungan antara strategi *coping* dengan stres akademik mahasiswa Program Studi X Universitas Y yang sedang mengerjakan skripsi. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur stres akademik pada penelitian ini menggunakan skala stres akademik dari Oktafiani (2020), serta skala strategi *coping* yang diadaptasi dari Sipayung (2016) untuk mengukur strategi *coping*. Sampel penelitian ini adalah 40 mahasiswa Program Studi X Universitas Y, teknik *simple random sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bawasannya ada hubungan antara strategi coping dengan stres akademik mahasiswa Prodi X Universitas Y yang sedang mengerjakan skripsi. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada lokasi subjek.
5. Penelitian oleh Dalimunthe & Daulay, (2024) dengan judul “Perbedaan Strategi Coping Mahasiswa Akhir Dalam Menghadapi Stres Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan strategi *coping* (*Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping*) antara mahasiswa dan mahasiswi akhir dalam menghadapi stres akademik. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur skala

Problem Focused Coping dan *Emotional Focused Coping*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 50 orang yang terdiri dari 25 mahasiswa dan 25 mahasiswi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan strategi *coping* dalam bentuk PFC dan EFC pada mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki dan dengan jenis kelamin perempuan. Mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki memiliki strategi *coping* pada bentuk PFC yang lebih tinggi dari perempuan sedangkan dengan jenis kelamin perempuan memiliki strategi *coping* dengan bentuk EFC yang lebih tinggi. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada lokasi subjek.

6. Penelitian oleh Danu et al., (2024) dengan judul “Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Kesehatan Masyarakat UNDANA”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan gambaran tingkat stres akademik mahasiswa tingkat akhir Program studi Kesehatan Masyarakat. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur stres akademik menggunakan skala stres akademik yang diadopsi dari Azahra, (2017). Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 770 dan jumlah sampel yang digunakan 202 orang mahasiswa dengan menggunakan teknik random sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan berdasarkan tingkat stres akademik mahasiswa tingkat akhir, sebagian besar responden mengalami tingkat stres akademiknya tinggi. Mahasiswa mengalami stres akademiknya tinggi disebabkan oleh kesulitan menentukan tema penelitian, bingung untuk memilih bertemu dosen pembimbing dan tekanan dari orang tua. Berdasarkan faktor penyebab tingkat stres akademik sebagian besar memiliki skor tinggi

yakni frustrasi disebabkan karena sulit menentukan tema penelitian dan sulit untuk mencari sumber sesuai tema penelitian, konflik dikarenakan sulit menentukan pilihannya untuk menyelesaikan tugas akhir, tekanan disebabkan tekanan dari orang tua, dan tekanan dari dosen untuk menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, perubahan disebabkan responden sulit beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang biasanya kuliah sesuai jadwal dari dosen namun saat mengerjakan tugas akhir waktunya tidak teratur, dan pemaksaan diri disebabkan responden mengerjakan tugas akhir dengan terpaksa sehingga mudah lelah dan stres. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada lokasi subjek.

7. Penelitian oleh Prameswari et al., (2022) yang berjudul “Hubungan Strategi Coping dengan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara strategi coping dengan stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Alat ukur yang digunakan adalah skala stres dari Rahman (2009) dan diadopsi oleh Achroza (2013) dengan 45 aitem, dan skala strategi coping milik Rezsuwandi, (2019). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa program studi kedokteran umum universitas malahayati Bandar Lampung angkatan 2017 yang sedang mengerjakan skripsi, jumlah sampel sebanyak 173 mahasiswa dengan menggunakan rumus slovin. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan stres pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi. Nilai koefisien korelasi Pearson sebesar 0.574 dengan signifikansi 0.000, yang berarti secara statistik

hubungan tersebut ada namun arahnya positif, sehingga bertentangan dengan hipotesis bahwa semakin tinggi coping maka stres semakin rendah. Mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres sedang (60,7%) dan memiliki strategi coping dalam kategori sedang (69,9%). Mahasiswa lebih cenderung menggunakan strategi *coping* berfokus pada emosi (*emotional-focused coping*) sebesar 69,4% dibandingkan dengan *problem-focused coping* (30,6%).

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada alat ukur yang digunakan yakni skala stres akademik yang diadaptasi dari alat ukur *Gadzella's Student-Life Stress Inventory* (SLSI) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Jehan Shahnaz Azahra (2017) dan skala *coping stress* yang dibuat oleh Jehan Shahnaz Azahra (2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oktafiani & Aliwar, (2021) dengan judul “Pengaruh Strategi *Coping Stress* terhadap Stres Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Jurusan Tadris MIPA FTIK IAIN Kendari” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping stress* mempengaruhi stres akademik. Korelasi positif dimana semakin tinggi strategi *coping*, semakin tinggi persepsi stres akademik yang dirasakan (dalam konteks *coping* mengarah pada pengakuan terhadap stres, bukan eliminasi langsung). Penelitian yang dilakukan oleh Tulle et al., (2024) dengan judul “Kontribusi Strategi *Coping* Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara strategi coping dengan stres akademik mahasiswa Prodi X

Universitas Y yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Prameswari et al., (2022) yang berjudul “Hubungan Strategi *Coping* dengan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi” hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan stres pada mahasiswa yang sedang menulis skripsi. Nilai koefisien *korelasi Pearson* sebesar 0.574 dengan signifikansi 0.000, yang berarti secara statistik hubungan tersebut ada namun arahnya positif, sehingga bertentangan dengan hipotesis bahwa semakin tinggi *coping* maka stres semakin rendah. Mayoritas mahasiswa mengalami tingkat stres sedang (60,7%) dan memiliki strategi *coping* dalam kategori sedang (69,9%). Mahasiswa lebih cenderung menggunakan strategi *coping* berfokus pada emosi (*emotional-focused coping*) sebesar 69,4% dibandingkan dengan *problem-focused coping* (30,6%).

Berdasarkan literatur yang telah dijelaskan terkait penelitian-penelitian yang sebelumnya diatas, penelitian ini dirasa perlu dilakukan karena penelitian terdahulu terdapat hasil yang tidak konsisten sehingga perlu dilakukan penelitian dengan variabel yang sama. Peneliti disini ingin melihat seberapa besar tingkat stres yang sedang dihadapi oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Perbedaan pada penelitian ini adalah lokasi penelitian di Universitas Muhammadiyah Jember. Peneliti juga ingin melihat jenis strategi *coping* yang dominan digunakan oleh mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Jember untuk mengatasi stres akademik yang muncul. Karena hal inilah peneliti

melakukan penelitian dengan judul pengaruh strategi *coping* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Jember.

