

**HALAMAN JUDUL**

**“PERBEDAAN STRATEGI *COPING* DALAM MENGHADAPI SKRIPSI  
ANTARA MAHASISWA PROGAM STUDI BAHASA INGGRIS DAN  
MAHASISWA PROGAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA DI  
UNIVESITAS WIDYA DHARMA KLATEN”.**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Guna Mencapai Derajat Sarjana Strata Satu (S-1)  
Fakultas Psikologi



**Oleh :**

**ROHMANA FITHROTIN**

**NIM. 1161100541**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN**

**2015**

## HALAMAN PERSETUJUAN

PERBEDAAN STRATEGI *COPING* DALAM MENGHADAPI SKRIPSI  
ANTARA MAHASISWA PROGAM STUDY BAHASA INGGRIS DAN  
MAHASISWA JURUSAN TEKNIK INFORMATIKA

Diajukan Oleh :

Rohmana Fithrotin

1161100541

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada :

Hari : Rabu

Tanggal : 29 April 2015

Pembimbing 1

Pembimbing 2



Drs. H. Jajang Susatya, M.Si

NIP. 196112091991031001



Dra. Hj. Nandiyah Abdullah, M.Si

NIP. 195411061982031002

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN

2015


## HALAMAN PENGESAHAN

Diterima dan Disetujui oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada :

Hari : Selasa  
Tanggal : 5 Mei 2015  
Waktu : 08.00 WIB  
Tempat : Ruang Sidang Fakultas Psikologi

Dewan Penguji Skripsi

Ketua



Winarno Heru Murjito, M.Psi., Psikolog

NIK. 690 811 318

Sekretaris



Yulinda Erma Suryani, M.Si

NIK. 690 208 291

Penguji I



Drs. H. Jajang Susatya, M.Si

NIP. 196112091991031001

Penguji II



Dra. Hj. Nandiyah Abdullah, M.Si

NIP. 195411061982031002

Mengesahkan :



Dekan Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten



Drs. H. Jajang Susatya, M.Si

NIP 196112091991031001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Rohmana Fithrotin  
Nim : 1161100541  
Jurusan / Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa karya skripsi yang berjudul **“PERBEDAAN STRATEGI *COPING* DALAM MENGHADAPI SKRIPSI ANTARA MAHASISWA PROGAM STUDY BAHASA INGGRIS DAN MAHASISWA PROGAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA”** adalah benar-benar karya saya sendiri dan bebas dari plagiat. Hal-hal yang bukan merupakan karya saya dalam skripsi ini telah diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh dari skripsi ini.

Klaten, 5 Mei 2015

Yang membuat pernyataan


Rohmana Fithrotin

## MOTTO

- ❖ Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah SWT bersama orang-orang yang sabar (Q.S. Al Baqarah : 153).
- ❖ Lakukan sesuatu dengan keikhlasan hati untuk orang-orang yang membutuhkan pertolongan kita, tapi jangan pernah kita mengharapkan imbalannya.
- ❖ Hidup memang keras dan tak seindah yang kita bayangkan, tapi jalani kehidupan ini dengan hati yang ikhlas dan tergantung bagaimana kita menyikapinya dan membuat kehidupan ini menjadi indah dan penuh kebahagiaan.
- ❖ Bila banyak yang menyakitimu itu artinya kamu orang baik ingat, hanya yang berbuah yang diliempari batu.

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segenap hati dan cinta, karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

- ✚ Bapak dan ibu tercinta yang telah memberikan semangat dan doa untukku.
- ✚ Kakakku tersayang Mbk Isti, Mas Arif.
- ✚ Adekku tersayang Ridho, idam.
- ✚ Semua keponakanku.
- ✚ Sahabat – sahabatku yang selalu ada untukku disaat sedih maupun bahagia.

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji dan syukur senantiasa tercurah kehadiran ALLAH SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kekuatan dan ketabahan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan. Sholawat serta salam semoga senantiasa terwasilahkan kepada Uswatun Khasanah kita nabi Agung Muhammad Saw, beserta keluarga, sahabat dan seluruh umatnya yang selalu setia menjaga dan mengamalkan ajaran serta sunah-sunah Beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar Sarjana Strata Satu (S1) Jurusan Program Studi Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten. Judul Skripsi "PERBEDAAN STRATEGI *COPING* DALAM MENGHADAPI SKRIPSI ANTARA MAHASISWA PROGAM STUDY BAHASA INGGRIS DAN MAHASISWA PROGAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA".

Skripsi ini tidak akan terwujud tanpa ada bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu, terutama kepada :

1. Bpk. Prof. Dr. Triyono, M.Pd., selaku Rektor Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Bpk. Drs. Purwo Haryono, M.Hum., selaku Wakil Rektor I Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bpk. Drs. H. Jajang Susatya, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten, yang telah memberikan bantuan kepada penulis selama belajar di Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.
4. Bpk. Winarno Heru Murjito, M.Psi., selaku ketua jurusan Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten yang telah memberikan persetujuan judul penelitian ini dan telah menentukan dosen-dosen pembimbing dalam skripsi ini.
5. Bpk. Drs. H. Jajang Susatya, M.Si., selaku pembimbing I yang telah berkenan memberikan bimbingan dan masukan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Dra. Nandiyah Addullah, M.Si selaku pembimbing 2 yang telah berkenan memberikan bimbingan dan masukan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Rekan – rekan Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan mahasiswa TI yang sudah bersedia menjadi responden dan telah banyak membantu pelaksanaan penelitian ini.
8. Teman – temanku seperjuangan Anggoro, Juni, Maul, Desi, Okta, Dika, Umi



9. Teman – temanku Endang, Mbak Duwi, Mas Faan, Irma, Aswan, Nisa, Yudi, Mas Duwi, Bayu, Apri, Taufik yang selalu memberi dukungan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini, serta selalu setia membantu selama ini.
10. Semua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten.

Semoga Allah SWT memberikan jasa dan amal baik Bapak, Ibu, Saudara, dan Sahabat semua dan membalas semua kebaikan kalian. Secara khusus penulis menyampaikan terimakasih kepada Bpk. Drs. H. Jajang Susatya, M.Si., dan Ibu Dra. Nandiyah Addullah, M.Si. kendatipun beliau sibuk dalam tugas-tugas pokok sebagai dosen pengajar namun beliau telah berkenan menjadi pembimbing skripsi ini. Beliau dengan tulus ikhlas dan penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan kepada penulis sehingga terwujudnya skripsi ini.

Tegur sapa yang bersifat membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan. Harapan terbesar penulis karya sederhana ini yang masih banyak kekurangan, semoga dapat bermanfaat bagi perkembangan dunia psikologi dan tentunya tidak hanya berhenti pada penelitian ini saja. *Amin Ya Robbal'Alamin*

Klaten, 5 Mei 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR TABEL .....	xvi
ABSTRAK .....	xvii

BAB I	PENDAHULUAN	
	A. Latar Belakang Masalah .....	1
	B. Rumusan Masalah .....	11
	C. Tujuan Penelitian .....	11
	D. Manfaat Penelitian .....	11
BAB II	LANDASAN TEORI	
	A. Strategi <i>Coping</i> .....	13
	B. Mahasiswa .....	25
	C. Skripsi .....	26
	D. Perbedaan Strategi <i>Coping</i> Antara Mahasiswa Progam Study Bahasa Inggris dan TI .....	29
	E. Kerangka Pikir .....	30
	F. Hipotesis .....	30
BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Jenis Penelitian .....	31
	B. Identifikasi Variabel .....	31
	C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	32
	D. Populasi, Sampel, dan Pengambilan Sampel .....	34
	E. Metodologi Pengumpulan Data .....	36
	F. Validitas dan Reliabilitas .....	38
	G. Teknik Analisis Data .....	39

BAB IV	PEMBAHASAN	
	A. Persiapan Kancan Penelitian .....	41
	B. Lokasi Penelitian .....	41
	C. Pelaksanaan Penelitian .....	43
	D. Hasil Analisis Data .....	45
	E. Pembahasan .....	51
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan .....	55
	B. Saran .....	55
	DAFTAR PUSTAKA .....	57
	LAMPIRAN .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Skala Regulasi Stategi Coping Try Out .....	59
Lampiran 2 Skala Strategi Coping Penelitian .....	64
Lampiran 3 Data Try Out dan Penelitian Analisis Butir .....	68
Lampiran 4 Analisis Data Penelitian .....	81
Lampiran 5 Surat Ijin dan Keterangan Penelitian .....	92

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Kerangka Pikir .....	30

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1. <i>Blue Print</i> .....	37
Tabel 4.1. Pelaksanaan Penelitian .....	43
Tabel 4.2. Deskripsi Data Penelitian .....	46
Tabel 4.3. Kategori Skor Strategi <i>Coping</i> Bahasa Inggris .....	46
Tabel 4.4. Kategori Skor Strategi <i>Coping</i> Teknik Informatik .....	47
Tabel 4.5. Hasil Uji Normalitas .....	48
Tabel 4.6. Hasil Uji Homogenitas .....	49

## ABSTRAK

**Rohmana Fithrotin. NIM. 1161100541. Jurusan Psikologi Program Studi Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten. 2015. Judul : Perbedaan Strategi *Coping* dalam Menghadapi Skripsi Antara Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Program Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika. Penelitian yang dilakukan ini mempunyai tujuan untuk mengetahui perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Program Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini adalah strategi *coping*. Penelitian ini dilakukan dengan subyek mahasiswa dengan jumlah Subyek penelitian 52 orang setiap jurusan dari mahasiswa Bahasa Inggris dan TI, yang terbagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok Progam Study Bahasa Inggris dan mahasiswa TI. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala strategi *coping* yang disusun sendiri berdasarkan penelitian terdahulu dan sudah dimodifikasi oleh penulis yang terdiri dari 50 aitem. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *kolomogrov samirnov test* yaitu tes statistik yang menggunakan bantuan komputer program *SPSS (Stastitical Product and Service Solution for Windows)* versi 18.0. Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa ada perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi dengan hasil nilai  $p = 0,000$  pada taraf signifikansi 5%. Karena  $p < 0,05$  maka signifikan. Artinya ada perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi antra Mahasiswa Program Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika.

**Kata Kunci : *strategy coping***



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Bangku kuliah merupakan mediasi yang tepat bagi mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan serta sebagai wadah untuk bereksplorasi yang seluas-luasnya. Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, mereka dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Baik tuntutan dari orang tuanya yang ingin segera putra-putrinya memperoleh gelar yang dapat dibanggakan, tuntutan dari akademik, dorongan dari teman, dosen, maupun dari keinginan sendiri. Setelah beberapa tahun dilalui dengan menerima beberapa teori dan beberapa buku yang di jadikan *literature* secara tekun, seorang mahasiswa akan mencapai jumlah SKS yang menjadi persyaratan utama untuk menempuh tahap selanjutnya.

Tahap terakhir dalam masa kuliah tersebut adalah masa penyelesaian tugas akhir atau skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir dimana mahasiswa melakukan sebuah penelitian pada kasus-kasus atau fenomena yang ada kemudian diteliti dengan menggunakan teori-teori yang relevan yang sudah di pelajari selama masa perkuliahan dan akhir di analisis untuk mendapatkan hasil dari penelitian. Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami masalah ketika menulis skripsi. Masalah tersebut bervariasi pada masing-masing individu, yang berdampak pada timbulnya gangguan dalam pikiran dan kejiwaan, seperti depresi, dan stres.

Bagi sebagian mahasiswa akhir, menyusun skripsi merupakan suatu tugas yang dapat dengan mudah dilakukan dan mampu diselesaikan dalam waktu relatif pendek yaitu pada satu semester saja. Namun dari sebagian besar mahasiswa semester akhir yang lainnya, skripsi bisa merupakan momok yang menakutkan dan bahkan bisa menjadi beban karena menyita waktu, biaya dan energi dalam proses penyusunannya hingga sulit untuk lulus tepat waktu. Dalam proses penyusunan skripsi, maka seringkali mereka mengalami kesulitan memilih topik skripsi, mencari literatur yang sesuai, keterbatasan dana, merasa takut menemui dosen pembimbingan yang dinilai sibuk dan kurang kooperatif.

Dari survei yang pernah dilakukan oleh majalah (no. 20 / XXII. 1999) terhadap 100 orang mahasiswa tingkat akhir di Perguruan Tinggi Jakarta dan Jawa Barat menunjukkan bahwa para mahasiswa merasa tertekan dengan skripsi, diantaranya disebabkan oleh ketakutannya akan mengecewakan orang tua apabila gagal dalam menyelesaikan studi dan merasa cemas pada saat menyusun skripsi dan saat melakukan sidang skripsi. Bahwa kerumitan proses penyusunan skripsi merupakan salah satu sumber yang potensi menimbulkan stres pada mahasiswa.

Terlihat beberapa mahasiswa cenderung menunda menyerahkan topik skripsi, tidak datang bimbingan sesuai jadwal dan bahkan ada beberapa mahasiswa yang tidak datang bimbingan selama satu semester tanpa memberi tahu. Berdasarkan data di atas tersebut dapat disimpulkan bahwa skripsi dapat dinamakan sebagai *stressor* (sumber stres) bagi mahasiswa semester akhir

menjalani skripsi. Kurangnya kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan studi tepat waktu antara lain dipengaruhi oleh faktor psikologis mahasiswa yang terkait dengan kemampuannya untuk berupaya mengatasi beban skripsi yang sedang dihadapi. Baik itu dalam bentuk beban fisik, beban psikologis seperti depresi, stres, emosional maupun beban sosial.

Ada berbagai upaya yang dilakukan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi antara lain dengan jalan pintas dan cepat melalui biro jasa skripsi, menjalani bimbingan intensif secara terjadwal, tetapi ada juga yang tidak bertahan lama menjalani bimbingan dan akhirnya melarikan diri beberapa semester karena merasa belum siap dan bahkan menyibukkan diri dengan berkerja. Berbagai upaya baik, dalam bentuk kognitif dan perilaku tersebut di atas bertujuan untuk mengurangi, mengatasi ataupun menghilangkan beban (*stressor*) skripsi dirasakan sebagai tuntutan yang memberatkan. Usaha atau upaya seseorang yang dilakukan secara terus menerus dalam langkah mengatasi tuntutan yang di nilainya memberatkan (*stressfull*).

Mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di tuntut mampu mengelola sumberdaya yang dimiliki baik dalam kemampuan intelektual, keterampilan menulis, kemampuan sosial selama melakukan proses bimbingan skripsi, maupun tuntutan untuk lulus tepat waktu, dan memenuhi harapan orang tua yang semuanya dapat dipersepsikan memberatkan (*stressfull*).

Fenomena yang terjadi di lingkup Perguruan Tinggi Universitas Widya Dharma dapat diklasifikasikan menjadi beberapa pokok permasalahan dari

beberapa interview mahasiswa baik program studi Teknik Informatika maupun Program *Study* Bahasa Inggris sebagai berikut ini.

Mahasiswa 1 berinisial WD mengatakan mengeluh ketika membuat skripsi yaitu mengalami kesusahan dalam menentukan topik, setelah saya dapat menemukan judul lalu saya mengajukannya kepada Pembimbing Akademik, setelah beberapa minggu kemudian judul saya di *acc* dan dilanjutkan untuk membuat proposal. Ketika menyusun proposal saya mengalami kesulitan merangkai kata-kata dan mencari landasan teori yang relevan dengan topik yang ingin saya angkat, hal ini membuat saya semakin tertekan/stres. Setelah proses pembuatan proposal selesai, saya segera bimbingan dengan dosen pembimbing tetapi dosen saya tidak datang selama beberapa hari membuat saya malas untuk mengerjakan maupun melakukan bimbingan.

Situasi lain yaitu menghadapi rasa takut dalam diri sendiri dalam menghadapi dosen pembimbing, namun akhirnya saya memberanikan diri untuk bimbingan. Pada waktu itu dosen pembimbing saya ada di kantor lalu saya menghadap ke dosen, perasaan saya benar-benar takut dengan pertanyaan dari dosen yang mungkin tidak dapat saya jawab. Setelah beberapa menit dosen memeriksa proposal saya, dan ternyata banyak revisi yang membuat semakin tertekan/ stres. Setelah beberapa kali bimbingan tiba-tiba salah satu dosen pembimbing saya meminta saya untuk berganti judul, padahal teman-teman saya sudah maju skripsi membuat saya semakin *down*,. Selama beberapa minggu saya tidak mengerjakan proposal saya dan tidak

dapat tidur, tidak berselera makan. Namun, semangat saya kembali lagi karena mendapat dukungan dari keluarga, teman, bahkan salah satu dosen pembimbing saya memberi semangat dan mengerjakan skripsi.

Mahasiswa ke 2 berinisial IM, mahasiswa jurusan Teknik Informatika, mengaku kesulitan dalam pembuatan skripsi yaitu ketika menentukan topik, setelah saya dapat menemukan judul lalu saya mengajukannya kepada PA setelah beberapa minggu judul saya di *acc* dan melanjut membuat proposal. Ketika menyusun proposal saya mengalami kesulitan merangkai kata-kata dan mencari teori-teori membuat saya semakin tertekan/stres. Setelah selesai membuat proposal saya takut untuk maju bimbingan selama beberapa minggu tidak bimbingan, suatu hari saya memberanikan diri untuk bimbingan ketika bertemu dengan dosen pembimbing saya diberi banyak pertanyaan membuat saya pusing, takut menjawab dan akhirnya proposal saya di revisi, setelah empat kali bimbingan akhirnya proposal saya di *acc*.

Kemudian saya pergi ke perpustakaan untuk mengerjakan skripsi, banyak kesulitan dalam mengerjakan terutama membuat program ditambah dengan perbedaan pendapat antara dosen pembimbing membuat saya pusing banget karena mereka tetap bertahan dengan pendapatnya masing-masing. Tentu saja hal ini membuat saya menjadi bingung mengerjakan dan menjadi *down* sehingga beberapa hari tidak mengerjakan skripsi.

Adapun testimoni dari Mahasiswa Program *Study* Bahasa Inggris yang disampaikan oleh mahasiswa berinisial EN adalah ia mengeluh kesulitan dalam menentukan judul, bahkan setelah judul di *acc* oleh dosen pembimbing.

Selain itu ia mengalami kesulitan dalam menggunakan kata-kata yang tepat untuk membuat skripsi karena terikat dengan *grammar* dalam bahasa Inggris. Ditambah dengan waktu bimbingan yang mengharuskan untuk berangkat pagi dan harus pulang sore ketika menunggu dosen pembimbing. Namun, ketika saat bertemu dengan dosen pembimbing seringkali beliau meminta untuk meletakkan skripsinya di ruangan beliau dan diminta untuk mengambilnya esok hari. Hal ini membuat ia malas karena tidak cepat dikoreksi supaya segera dapat direvisi.

Hal yang seperti itu tentu saja justru membuat malas. Belum lagi perbedaan pendapat antara dosen pembimbing yang membuat saya semakin bingung dan tidak tahu harus ikut pendapat yang mana. Belum lagi jika dosen suasana hatinya sedang tidak bagus dan suka marah-marah. Ditambah lagi dengan teman-teman subjek yang sudah sampai Bab III dan hal ini membuatnya jadi kecil hati karena proposal belum kunjung selesai. Pengarahan salah satu dosen dalam memberikan arahan lama dan berputar-putar tidak jelas. Semua ini membuat subjek semakin stress dan tertekan.

Dari beberapa testimoni dapat diambil beberapa hal yang menjadi permasalahan mahasiswa baik Jurusan Teknik Informasi ataupun Mahasiswa Program *Study* Bahasa Inggris yaitu ; 1. Kesulitan dalam menentukan judul, pengolahan kata-kata dan penentuan teori dalam skripsi; 2. Ketakutan dan merasa terbebani dari revisi oleh dosen pembimbingan atas skripsinya; 3. Kesulitan dalam melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing baik waktu dalam menemui dosen pembimbing; 4. Perubahan judul oleh dosen

pembimbing maupun perbedaan pendapat dari masing-masing dosen pembimbing; 5. Faktor-faktor tekanan dari keluarga, biaya, teman – teman yang lebih dahulu menyelesaikan skripsi.

*Coping* adalah merupakan usaha sadar individu untuk mengelola situasi yang menekankan atau intensitas kejadian yang di tanggap sebagai situasi yang menekankan menurut Folkman (Saparia, 2006).

Menurut Sarafino (2006) *coping* merupakan sesuatu proses yang dilakukan individu dalam usahanya untuk mengatasi kesenjangan antara tuntutan yang di persiapkan dan sumber-sumber yang dimilikinya dalam menghadapi situasi *stressfull*.

*Coping* ini secara bahasa mempunyai makna menanggulangi, menerima menguasai segala sesuatu yang bersangkutan dengan diri kita sendiri. Dalam hal ini untuk mengendalikan emosi dapat dilakukan dengan banyak cara, diantaranya dengan model penyesuaian, pengalihan, dan *coping*.

Menurut Wikipedia, strategi adalah pendekatan secara keseluruhan yang berkaitan dengan pelaksanaan gagasan, perencanaan, dan eksekusi sebuah aktifitas dalam kurun waktu tertentu. Di dalam strategi yang baik terdapat koordinasi tim kerja, memiliki tema, mengidentifikasi faktor pendukung yang sesuai dengan prinsip-prinsip pelaksanaan gagasan secara rasional, efisien dalam pendanaan dan memiliki taktik untuk mencapai tujuan secara efektif. Strategi dibedakan dengan taktik yang memiliki ruang lingkup yang lebih sempit dan waktu yang lebih singkat.

Pengertian strategi *coping* lebih dahulu merujuk pada kesimpulan total dari metode personal, dapat digunakan untuk menguasai situasi yang penuh

dengan stres. Strategi *Coping* termasuk dalam rangkaian dari kemampuan untuk bertindak pada lingkungan dan mengelola gangguan emosional kognitif, serta reaksi psikis.

Menurut Lazarus pemilihan cara mengatasi masalah ini disebut dengan istilah proses strategi *coping*, *coping* dipandang sebagai faktor yang menentukan kemampuan manusia untuk melakukan penyesuaian terhadap situasi yang menekan (*stressfull life events*). Pada dasarnya *coping* menggambarkan proses aktivitas kognitif, yang disertai dengan aktivitas perilaku (Folkman, 1984).

Kondisi itu menuntut adanya strategi *coping* yang sesuai dapat mempengaruhi perilaku mahasiswa untuk mencapai target lulus tepat waktu. Setiap mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi memiliki strategi *coping* berbeda dengan sifat individu, yang sangat tergantung pada penilaian dan penghayatan mahasiswa terhadap situasi *stress* atau tuntutan penyelesaian skripsi yang sedang dihadapi.

Mahasiswa yang menggunakan strategi *coping problem focused coping* cenderung menilai atau mempersiapkan bahwa sumber daya yang dimilikinya mampu mengarahkannya untuk melakukan tindakan langsung dan konstruktif yang berdasarkan masalah yang dihadapi yang terkait dengan menyelesaikan skripsi, baik dengan cara mempertahankan tingkah laku maupun mengubah penilaian terhadap masalah yang sedang dihadapinya.

Mahasiswa yang menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada *emotion focused coping* cenderung merasa atau mempersiapkan bahwa



sumberdaya yang dimilikinya tidak cukup adekuat (memadai) untuk melakukan tindakan konstrutif dengan cara mengatur, mengurangi, meredakan tekanan emosional atau mengatasi *stress* yang terkait dengan situasi penyelesaian skripsi yang sedang dihadapi.

Seperti ketika bimbingan dosen pembimbingnya tidak datang bisa mengatur emosi agar tetap semangat atau ketika bimbingan banyak materi-materi yang belum tepat kita tetap bisa mengontrol emosi agar mengurangi stress dengan cara : 1. mengurangi masalah dengan pelarian dari masalah yang ada dengan cara berkhayal atau membayangkan seolah-olah tidak ada revisi skripsi, dan menghindari dari pemikiran masalah dengan makan, tidur; 2. meredakan masalah dengan usaha untuk menolak masalah yang ada dengan cara menganggap seolah-olah masalah skripsi sudah selesai dan maju ke BAB selanjutnya.

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan beberapa kajian pustaka yang berdasarkan strategi *coping* sebagai objek peneliti. Langkah ini untuk memastikan keaslian peneliti yang akan dilakukan. Dari penyelusuran yang telah dilakukan, beberapa hasil penelitian yang terkait dengan manfaat strategi *coping*, di antaranya adalah sebagai berikut : Penelitian yang dilakukan oleh beberapa pihak dari pusat dan lanyanan difabel UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 2012 yang berjudul, problem pembelajaran dan strategi *coping* mahasiswa Tuna Rungu / wicara di PTAIN : Studi fenomenologi mahasiswa UIN Sunan Kalijaga dalam penelitian ini mejeleskan tentang; apa problem yang di alami mahasiswa tuna

rungu/ wicara di perguruan tinggi Agama Islam, dan apa jenis strategi *coping* mahasiswa tuna rungu/ wicara dalam menghadapi permasalahan dalam pembelajaran.

Skripsi karya Sohlihah Mahdiah Falkutas Ilmu Sosial dan Humaniora jurusan psikologi 2012 “*Strategi Coping* pada Lanjut Usia Pascastroke Di Desa Alasabuloh Bayuwangi” skripsi ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* yang di gunakan oleh lajut usia pascastroke di Desa Alasabuloh Bayuwangi, serta mengetahui faktor-faktor yang berperan terhadap Strategi *Coping* yang dilakukan pada objek Lanjut Usia Pascastroke di Desa Alasaduloh Bayuwangi.

Penelitian yang dilakukan oleh Factahiah Kertamuda dan Haris Hardiansyah, “Pengaruh Strategi *Coping* Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru” tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana strategi *coping* yang di pilih dalam penyesuaian diri mahasiswa baru.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik ingin mengetahui apakah ada Perbedaan Strategy *Coping* dalam Menghadapi Skripsi Antara Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika di Univesitas Widya Dharma Klaten. Berangkat dari penglihatan penulis terhadap perkembangan mahasiswa ketika mengerjakan skripsi, berbagai masalah yang timbul, dan bagaimana mereka mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada mahasiswa di atas, maka penulis melakukan penelitian “Perbedaan Strategi *Coping* dalam Menghadapi

Skripsi Antara Mahasiswa Progam *Study* Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Study Teknik Informatika di Univesitas Widya Dharma Klaten”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu perbedaan strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika di Univesitas Widya Dharma Klaten.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk perbedaan strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika di Univesitas Widya Dharma Klaten.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan keilmuan khususnya bagi Fakultas Psikologi di Univesitas Widya Dharma Klaten dalam mata kuliah perkembangan dalam penggunaan perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Progam Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Progam Studi Teknik Informatika di Universitas Widya Dharma Klaten.

## 2. Secara praktis

- a. Bagi penulis menjadi pengalaman luar biasa karena dengan dilaksanakannya penelitian langsung akan menambah wawasan pengetahuan penulis dan penerapan disiplin ilmu yang telah penulis terima selama berada di bangku kuliah.
- b. Memberikan informasi dan pengetahuan kepada para pembaca tentang bentuk-bentuk strategi *coping* ketika menghadapi skripsi sehingga dapat dijadikan referensi atau *literatur* dalam penerapannya di kehidupan pribadi dan atau penelitian selanjutnya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diungkapkan di bab 4, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada perbedaan strategi *coping* dalam menghadapi skripsi antara Mahasiswa Program Studi Bahasa Inggris dan Mahasiswa Program Studi Teknik Informatika dengan hasil nilai  $p= 0,000$  pada taraf signifikansi 5%, Hal ini dibuktikan dengan dalam mean masing-masing kelompok dengan nilai mean kelompok bahasa inggris adalah 118,57 dan nilai mean TI adalah 101,88.

Mahasiswa dalam penelitian ini mengalami konflik dalam proses menghadapi skripsi, bentuk – bentuk konflik yang muncul bervariasi. Mereka yang merasa memiliki kemampuan untuk mengendalikan masalah – masalah ketika skripsi cenderung menampilkan *problem focused coping*, sedangkan mereka yang merasa tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan masalah – masalah ketika skripsi cenderung menampilkan *Emotion – focused coping*.

#### **B. Saran**

1. Bagi Mahasiswa Program Studi Bahasa Inggris

Bagi mahasiswa bahasa inggris lebih ditingkatkan dalam menghadapi masalah yang ada, tetap mempertahankan strategi *coping* dalam menyelesaikan masalah,

jika masalah dihadapi dengan emosi masalah tersebut tidak dapat terselesaikan dan akan muncul kembali.

## 2. Bagi Mahasiswa TI

Bagi mahasiswa TI jika dalam menghadapi masalah lebih baik menggunakan emosi karena masalah tersebut tidak dapat terselesaikan dihadapi dengan tenang saja, agar skripsinya segera terselesaikan tidak menunda - nunda waktu, selain itu harus bisa menahan emosi dan harus bisa memotivasi diri sendiri.

## 3. Bagi penulis selanjutnya

Agar lebih mendalami lagi dalam penelitian mengenai strategi *coping* sehingga akan diperoleh hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- 2007. *Sikap Manusia dan Pengukurannya*, edisi 2. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- 2002. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Aldwin, C.M. & Revenson, T.A. 1987. *Does Coping Help? A Reexamination of the Relation*
- Animo Indonesia *psychological jurnal* , VOI. 18 NO : 4. 326 – 340.
- Between Coping and Mental Healty. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 53, No. 2, 337-348.
- Carver, C.S., Scheir, M.F., & Wientraub, J.K. 1989. *Assessing Coping Strategies: A Theoritically Based Approach. Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56, No. 2, 267 – 283.
- Chaplin, J.P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi, (Terjemahan Kartini dan Kartono)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Coyne, J., Aldwin, C., & Lazarus, R. 1981. *Depression and Coping In Stressfull Episodes. Journal of Abnormal Psychology*. Vol. 50, No. 2, 234-254.
- Djarwanto Ps. 2007. *Statistik Nonparametik*. Yogyakarta : BFE-Yogyakarta
- Folkman, S. 1984. Personal Control and Stress and Coping Processes: a Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 46, No. 40, 839-858.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. 1985. *If it Changes it Must be a Process: A Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination*. *Journal of Personality and Social Psychology*. No. 48, 150-170.
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J., & Logis, A. 1986. *Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 50, No. 3, 571-579.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research (Jilid 1-4)*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Kertamuda, F., & Herdiyansyah, H. (2009). *Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru*. *Jurnal Psikologi* Vol. 6 No. 1. Universitas

Paramadina.Jakarta.<http://lontar.ui.ac.id/opac/themes/libri2/detail.jsp?id=120819&lokasi=lokal>

Nurhayati, S.R. 2006. *Peningkatan Kemampuan Menggunakan Problem Focused Coping Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga*. Jurnal Humanitas : Inonesia Psychological Journal Vol.3 No.1 Januari 2006: 18-27.

<http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/728/393>

Promadi, A dan Losmono, H. K. 2003 *koping strategy pada Etnis Jawa Bali dansunda*

Richard S. Lazarus, *coping theory and futur's psychosomatic medicine* 55, 1991

<http://bebas.vlsm.org/kuliah/seminar-MIS/2006/172-11>

Suryabrata, S. 2008. Metodologi Penelitian. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada

————— 2006. Statistika untuk Penelitian. Bandung: CV Alfabeta.

Sugiyono. 2006. Statistika untuk Penelitian. Bandung: CV Alfabeta.

————— 2013. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D). Bandung : Alfabeta