

STRATEGI COPING STRESS DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI SAAT PANDEMI COVID-19 PADA MAHASISWA UNIVERSITAS DIPONEGORO

AZIZA RAKHMAWATI-25000117130142
2024-SKRIPSI

Pandemi COVID-19 menimbulkan tekanan dan stres bagi mahasiswa. Untuk merespon tekanan tersebut, mahasiswa memiliki strategi *coping*-nya masing-masing. Pemilihan strategi *coping* yang tepat akan membantu mereka dalam menghadapi setiap masalah yang menyebabkan stres dan tingkatan stresnya dapat dikendalikan dengan mudah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping stress* pada mahasiswa semester akhir yang merasakan stres saat mengerjakan skripsi selama pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel berjumlah 385 mahasiswa semester akhir Universitas Diponegoro yang sedang mengerjakan skripsi saat pandemi COVID-19. Pengambilan data dilakukan menggunakan skala Likert. Berdasarkan analisis data, diperoleh hasil bahwa 51,3% mahasiswa menggunakan strategi *problem focused coping* melalui tindakan *planful problem solving* dengan cara mendengarkan pendapat teman atas skripsi yang mereka susun dan 48,7% menggunakan strategi *emotional focused coping* melalui tindakan *self control* dengan cara menenangkan diri agar pikiran lebih tenang pada saat emosi tidak stabil. Variabel yang berhubungan dengan strategi *coping stress* yaitu jenis kelamin, jenis fakultas, tingkat stres, *stressor interpersonal*, *stressor intrapersonal*, *stressor akademik*, dan *stressor COVID-19*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah mahasiswa paling banyak menggunakan strategi *problem focused coping* sebagai cara yang paling efektif dalam menghadapi stres saat mengerjakan skripsi selama pandemi COVID-19.

Kata kunci : strategi *coping stress*, stres, skripsi, mahasiswa, COVID -19

Kepustakaan : 77, 1974-2021