

**STRATEGI KOPING STRES PADA MAHASISWA YANG BEKERJA:
SEBUAH STUDI LITERATUR REVIEW SISTEMATIS**

Rori Aprilin Sinta Wongso
15010115120036
Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Mahasiswa yang bekerja akhir-akhir ini merupakan suatu fenomena yang sudah lazim di Indonesia. Tanggung jawab dan tekanan bagi mahasiswa yang bekerja tentunya mengalami pertambahan. Adanya tanggung jawab dan tekanan ganda pada mahasiswa yang bekerja seringkali menimbulkan stres. Untuk menanggulangi stres tersebut, mahasiswa akan melakukan suatu tindakan yang disebut dengan koping. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi koping apa saja yang digunakan pada mahasiswa yang bekerja di penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini menggunakan metode *systematic review* atau SLR dengan *database* Emerald Insight, Portal Garuda, dan Google Scholar, menggunakan kata kunci “*Coping Strategy*” AND “*Working Student*”, *coping strategy* serta terdapat juga kata kunci lain dalam bahasa Indonesia yaitu stress mahasiswa bekerja, dan strategi coping mahasiswa yang bekerja. Pengumpulan data menggunakan karakteristik inklusi berdasarkan pada pertanyaan penelitian dan menggunakan strategi pencarian PICOS (*Population, Intervention, Comparison, Outcomes, dan Study Design*), populasi berupa mahasiswa *undergraduated* usia 17-22 tahun yang sambil bekerja, artikel berisi hubungan atau pengaruh strategi koping stres dengan variabel lainnya terhadap mahasiswa yang bekerja, hasil artikel berupa strategi mahasiswa yang bekerja, desain studi artikel berupa penelitian primer baik penelitian kuantitatif maupun kualitatif, artikel menggunakan bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, serta artikel diunggah dengan rentang waktu 20 tahun terakhir. Berdasarkan karakteristik inklusi tersebut, diperoleh 5.641 artikel jurnal, dan dilakukan proses skrining hingga akhirnya memperoleh 7 artikel jurnal yang sesuai karakteristik inklusi pada penelitian ini. Hasil analisis data dipaparkan dalam dua bentuk strategi koping, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Strategi koping yang paling banyak ditemukan dari artikel jurnal pada penelitian ini adalah strategi yang menggunakan *emotional focused coping*. Satu penelitian dari luar negeri menghasilkan strategi *pro active coping* dan *behavioral coping* pada mahasiswa yang bekerja.

Kata kunci: strategi koping; mahasiswa yang bekerja; *reviu*

STRESS COPING STRATEGIES IN WORKING STUDENTS: A LITERATURE STUDY SYSTEMATIC REVIEW

Rori Aprilin Sinta Wongso
15010115120036
Faculty of Psychology
Diponegoro University

ABSTRACT

Students working these days is a phenomenon that is already common in Indonesia. Responsibility and pressure for working students are certainly increasing. The existence of double responsibility and pressure on working students often causes stress. To overcome this stress, students will perform an action called coping. This study aims to find out what coping strategies are used in students who work in previous studies. This research uses the systematic review or SLR method with the Emerald Insight database, Garuda Portal, and Google Scholar, using the keywords "Coping Strategy" AND "Working Student", coping strategy and there are also other keywords in the Indonesian, namely student stress at work, and coping strategies for working students. Data collection uses inclusion characteristics based on research questions and using the PICOS (Population, Intervention, Comparison, Outcomes, and Study Design) search strategy, a population of undergraduate students aged 17-22 years who while working, articles containing the relationship or influence of stress coping strategies with other variables on working students, the results of the article are in the form of strategies for students who work, article study designs in the form of primary research, both quantitative and qualitative research, articles using English and Indonesian, and articles uploaded with a span of the last 20 years. Based on these inclusion characteristics, 5,641 journal articles were obtained, and a screening process was carried out until finally obtaining 7 journal articles that matched the inclusion characteristics in this study. The results of data analysis are presented in two forms of coping strategies, namely problem focused coping and emotional focused coping. The most common coping strategy found from journal articles in this study is one that uses emotional focused coping. One study from abroad resulted in pro-active coping and behavioral coping strategies in working students.

Keywords: coping strategy; working students; review

