

FAKTOR STRESOR DAN KOPING YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES MAHASISWA UNDIP SELAMA PANDEMI COVID-19

NISA ELVIA DAMANIK-25000118120064
2022-SKRIPSI

Latar Belakang: Salah satu dampak dari terjadinya pandemi covid-19 adalah stress yang dialami oleh mahasiswa dengan adanya kuliah daring dan memiliki keterbatasan untuk melakukan aktivitas diluar ruangan serta kecemasan tertular virus covid-19. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor stresor dan koping yang mempengaruhi tingkat stres mahasiswa UNDIP selama pandemi COVID-19. Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan desain penelitian *cross sectional*. **Metode Penelitian:** Metode pengambilan sampel dilakukan pada 386 mahasiswa yang aktif kuliah di UNDIP dengan menggunakan *purposive sampling* dan kemudian dianalisis secara univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *rank spearman* . **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara Stressor Individu dengan tingkat stress pada mahasiswa UNDIP selama Pandemi COVID-19 ($p\text{-value}=0,00<0,05$), terdapat hubungan antara Stresor Lingkungan dengan tingkat stress pada mahasiswa UNDIP selama Pandemi COVID-19 ($p\text{-value}=0,00<0,05$), terdapat hubungan antara stressor kuliah dengan tingkat stress pada mahasiswa UNDIP selama Pandemi COVID-19 ($p\text{-value}=0,036<0,05$), terdapat hubungan antara *coping strategies* dengan tingkat stress pada mahasiswa UNDIP selama Pandemi COVID-19 ($p\text{-value}=0,001<0,05$).

Kesimpulan: Sebagian besar mahasiswa UNDIP yang memiliki tingkat stress sedang hingga berat didapatkan pada jenis kelamin perempuan dan untuk stressor kuliah memiliki hubungan yang signifikan pada stress yang dialami mahasiswa. Sebagian besar Koping stress yang digunakan mahasiswa adalah koping fokus masalah. Sehingga peneliti menyarankan agar dapat mengurangi tingkat stress yang dialami mahasiswa UNDIP selama pandemi COVID-19 dengan cara memilih strategi koping yang sesuai dengan masing-masing individu.

Kata kunci : Stresor, Koping, Tingkat Stres, Mahasiswa, Pandemi COVID-19