

COPING STRES MAHASISWA PGMI UIN ANTASARI
ANGKATAN 2014 DALAM MENYUSUN SKRIPSI

OLEH
NUR KAMARIAH



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2020 M / 1441 H

***COPING STRESS* MAHASISWA PGMI UIN ANTASTARI
ANGKATAN 2014 DALAM MENYUSUN SKRIPSI**

**Skripsi
Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana
Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**

**Oleh
Nur Kamariah
1501290797**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGRI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN PENDIDIKAN GURU MADRASAH IBTIDAIYAH
BANJARMASIN
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Nur Kamariah
NIM : 1501290797
Tempat/Tgl. Lahir : Bawan, 10 Nopember 1997
Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Jika dikemudian hari terbukti ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian besar, maka skripsi/makalah dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Banjarmasin, 10 Januari 2020

Yang Membuat Pernyataan,

Tanda Tangan


Nur Kamariah

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Coping Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Angkatan 2014 Dalam Menyusun Skripsi
Ditulis oleh : Nur Kamariah
NIM : 1501290797
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Program : Strata Satu (S1)
Jurusan : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah
Tahun Akademik : 2019/2020
Tempat dan tanggal lahir : Bawan, 10 November 1997
Alamat : Komplek Bina Brata, Jl. Manunggal II, Gang VIII, RT 28, RW 02, No 45 (Asrama Murakata Putri HST)

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 10 Januari 2020

Pembimbing
Bidang Konten dan Metodologi



Siti Shalihah, S.Pd.,MS
NIP. 1975042000032002


Pembimbing
Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan



Khairunnisa, M.Pd.I
NIP. 198604262015032004

Mengetahui
Ketua Jurusan PGMI
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,




Dra. Ralhanatu Jannah, M.Pd
NIP. 196912011994032005

PENGESAHAN


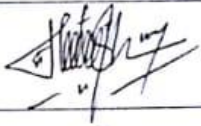

Skripsi yang berjudul: Coping Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Angkatan 2014 Dalam Menyusun Skripsi, Nama Nur Kamariah, NIM 1501290797, telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 22 Januari 2020
Dinyatakan : Lulus
Nilai : 82,4 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,

Prof. Dr. H. Juairiah, M.Pd
NIP. 196001061986032004

TIM PENGUJI:

No	Nama	Tanda Tangan
1	Dra. Hj. Ikta Yarliani, M.Pd (Ketua)	
2	Siti Shalihah, S.Pd, MS (Anggota)	
3	Khairunnisa, M.Pd.I (Anggota)	

ABSTRAK

Nur Kamariah, 2020. *Coping Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin Angkatan 2014 dalam Menyusun Skripsi*, Skripsi Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. UIN Antasari Banjarmasin. Pembimbing: (I) Siti Shalihah S.Pd, MS. (II) Khairunnisa, M.Pd.I.

Penelitian ini mengemukakan bagaimana *Coping* stres mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi. Masalah yang diteliti adalah bagaimana tingkat stres yang dialami mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dan apa saja *coping* stres yang dilakukan mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi.

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka peneliti ini bertujuan untuk mengetahui secara jelas tentang bagaimana tingkat stres yang dialami mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi dan apa saja *coping* stres yang dilakukan mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field resarch*) dengan pendekatan kualitatif, Subjek penelitian ini adalah 8 dari 26 orang mahasiswa. Objek penelitian ini adalah *coping* stres mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi, teknik pengumpulan data melalui angket, wawancara, observasi, dokumenter. Analisis data menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif.

Tingkat stres yang dialami mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi antara lain: stres ringan, stres sedang, stres berat dan stres sangat berat. Adapun *coping* stres yang dilakukan mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam menyusun skripsi yang berfokus pada pemecahan masalah (*problem focused coping*) antara lain: usaha mengubah keadaan (*confrontative coping*), mengubah keadaan secara berhati-hati (*planful problem solving*) dan usaha mencari dukungan dari orang lain (*seeking sosial support*), dan *coping* stres yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) antara lain: usaha mengatur perasaan (*self control*), usaha menggambarkan adanya kesadaran akan peran dirinya dalam permasalahan (*accepating responsibility*), menggambarkan usaha berkhayal (*escape avoidance*), dan usaha untuk menciptakan makna positif (*positive reaparasial*).

KATA PERSEMBAHAN

Sujud syukur kusembahkan kepada-Mu ya Allah wahai pemilik langit dan bumi, terima kasih atas segala limpahan rahmat yang begitu besar kepadaku sehingga aku dapat mengatasi segala permasalahan yang tengah dihadapi dalam hidup ini. Semoga dengan ke ridhoan-Mu aku dapat menjadi manusia yang lebih baik lagi dan menjadi orang yang tak mudah putus asa.

Kupersembahkan skripsi ini untuk mamaku tercinta Muldiyati yang tak hentinya memberiku doa, dukungan, semangat, nasehat serta perhatian yang tiada hentinya. Kepada ayahku tersayang Misran terima kasih telah mempercayakan segalanya kepada mama untuk membesarkan ku seorang diri tanpa kehadiranmu, waktu memang berlalu begitu cepat untuk mengenang akan wajahmu cukuplah aku memandangi wajah kakakku.

Terima kasih buat kakakku tersayang Muhammad Yunani yang telah memberikanku saran-saran, dukungan, motivasi, materi dan menjadi pendengar terbaik untuk berkeluh kesah.

Seluruh sahabatku “*Papadaan Squad*”. Terima kasih semoga persahabatan kita menjadi persaudaraan yang abadi selamanya. Sahabat-sahabatku di Asrama Puteri Murakata HST Bina Brata Amilia, Aminah, dan Isna serta kakak dan adik-adiku di asrama bersama kalian perjuanganku penuh warna.

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

5. karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, 6. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Q.S Al-Insyirah ayat 5-6)

“Masalah Jangan Dicari Ada Masalah Jangan Lari”

(Nur Kamariah)

KATA PENGANTAR

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ. أَمَّا بَعْدُ

Alhamdulillah, segala puji syukur senantiasa dipanjatkan kehadiran Allah Swt., tuhan semesta sekalian alam. Shalawat serta salam juga selalu tercurah keharibaan junjungan Nabi Besar Muhammad Saw., beserta para keluarga, sahabat, dan pengikut beliau hingga akhir zaman.

Rasa syukur kepada Allah Swt., yang telah memberikan rahmat, taufiq, dan hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Coping Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Angkatan 2014 dalam Menyusun Skripsi”.

Selama penyusunan skripsi mulai dari awal hingga akhir penyelesaian penulis banyak menerima bantuan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga. Kemudian secara khusus juga penulis menghaturkan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Ibu Prof. Dr. H. Juairiah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.
2. Ibu Raihanatul Jannah, M.Pd, sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari.
3. Ibu Siti Shalihah S.Pd, MS, selaku pembimbing skripsi bidang Konten dan Metode Penelitian dan Ibu Khairunnisa, M.Pd.I., selaku pembimbing skripsi bidang Bahasa dan Teknik Penulisan yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan dan mengoreksi penulisan skripsi ini serta yang telah memberikan do'a untuk kelancaran skripsi ini.
4. Ibu Mahmudah, M.Pd.I selaku Kepala Biro Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin serta stafnya yang telah membantu dalam urusan administrasi skripsi.

5. Ibu Laila Rahmawati. S.Ag. S.S. M.Hum. selaku kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin, staf, dan pengelola perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin yang telah layanan kepada penulis.
6. Bapak Dr. Ahmad Syawqi, S.Ag, S.IPI, M.Pd.I selaku kepala Perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin dan staf pengelola yang telah memberikan layanan yang baik kepada penulis dalam mendapatkan buku-buku yang diperlukan.
7. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah mengajarkan dan memberi pengalaman yang sangat berharga dan beserta seluruh staf yang telah memberikan kemudahan dalam hal pelayanan administrasi demi kelancaran penyusunan skripsi ini.
8. Mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 yang telah menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini.
9. Semua pihak yang memberikan bantuan dan motivasi yang sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Semoga segenap bantuan dan bimbingan yang telah diberikan segala pihak dibalas dengan ganjaran pahala yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Aamiin

Banjarmasin, 10 Januari 2020
Penyusun,

Nur Kamariah
NIM. 1501290797

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Definisi Istilah	8
C. Fokus Penelitian	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Alasan Memilih Judul.....	11
G. Kajian Pustaka.....	12
H. Sistematika Penulisan.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Coping Stress</i>	15
1. Pengertian <i>Coping Stress</i>	15
2. Jenis-Jenis Stres	18
a. Stres Baik	18
b. Stres Kimia.....	18
c. Sters Fisik.....	19
d. Eustres	20
e. Distres	20
3. Tingkatan Stres	20
a. Stres Normal	22
b. Stres Ringan	22
c. Stres Sedang.....	22
d. Stres Berat	23
e. Stres Sangat Berat	23
4. Bentuk <i>Coping Stress</i>	23
a. <i>Problem Focused Coping</i>	23
b. <i>Emotion Focused Coping</i>	24
5. Macam-macam <i>Coping</i>	25
a. <i>Coping</i> Psikologis	25
b. <i>Coping</i> Psiko-Sosial.....	26

6.	Faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	27
a.	Kesehatan Fisik	28
b.	Keyakinan	28
c.	Keterampilan Memecahkan Masalah	28
d.	Keterampilan Sosial	29
e.	Dukungan Sosial	29
f.	Materi	29
7.	Fungsi <i>Coping Stress</i>	29
8.	<i>Coping</i> Menurut Islam	30
B.	Skripsi	31
1.	Pengertian Skripsi	31
2.	Tujuan Skripsi	32
3.	Kegunaan Skripsi	33
4.	Karakteristik Skripsi	33
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
A.	Jenis Dan Pendekatan Penelitian	34
B.	Metode Penelitian	34
C.	Subjek Dan Objek Penelitian	35
D.	Tempat Dan Waktu Penelitian	35
E.	Data Dan Sumber Data	36
F.	Teknik Pengumpulan Data	37
G.	Teknik Pengolahan Dan Analisis Data	41
H.	Prosedur Penelitian	42
BAB IV	LAPORAN HASIL PENELITIAN	
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
B.	Penyajian Data	51
C.	Analisis Data	63
BAB V	PENUTUP	
A.	Simpulan	72
B.	Saran-saran	73
	DAFTAR PUSTAKA	75
	DAFTAR TERJEMAH	77
	LAMPIRAN-LAMPIRAN	78
	RIWAYAT HIDUP PENULIS	118

DAFTAR TABEL

TABEL I	: Kisi-kisi Skala Tingkat Stres.....	39
TABEL II	: Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data	40
TABEL III	: Data Pergantian Ketua Jurusan	45
TABEL IV	: Data Dosen Tetap Jurusan PGMI.....	48
TABEL V	: Data Staf dan Karyawan Jurusan PGMI	49
TABEL VI	: Data Mahasiswa Aktif Jurusan PGMI Tahun Akademik 2018/2019	49
TABEL VII	: Data Tingkat Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin Angkatan 2014	51

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	: Pedoman Pengumpulan Data	78
LAMPIRAN II	: Pernyataan Kesiapan Untuk Menjadi Responden Penelitian	97
LAMPIRAN III	: Surat Keterangan Biro Skripsi	105
LAMPIRAN IV	: Surat Perubahan Judul.....	107
LAMPIRAN V	: Bukti Seminar Proposal.....	108
LAMPIRAN VI	: Sertifikat Komprehensif	109
LAMPIRAN VII	: Surat Riset	110
LAMPIRAN VIII	: Surat Rekomendasi.....	111
LAMPIRAN IX	: Surat Selesai Riset.....	113
LAMPIRAN X	: Buku Konsultasi Bimbingan Skripsi	114
LAMPIRAN XI	: Daftar Riwayat Hidup	118