

***COPING STYLE* MENGHADAPI STRES AKADEMIK
DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

Oleh:

Iwan Muliadi
NIM. 1601451223



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
BANJARMASIN
2021**

***COPING STYLE* MENGHADAPI STRES AKADEMIK
DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Menyelesaikan Program Sarjana
Psikologi Islam**

**Oleh:
Iwan Muliadi
NIM. 1601451223**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
JURUSAN PSIKOLOGI
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Iwan Muliadi
NIM	: 1601451223
Tempat dan Tanggal Lahir	: Rantau Keminting, 03 Maret 1997
Fakultas	: Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan	: Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul: "*Coping Style Menghadapi Stres Akademik dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*" adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya

Banjarmasin, 07 Februari 2021

Yang membuat pernyataan,



Iwan Muliadi

NIM. 1601451223

**PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN
PERSETUJUAN SKRIPSI**

***COPING STYLE* MENGHADAPI STRES AKADEMIK DALAM
PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Iwan Muliadi

NIM. 1601451223

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
Dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Dr. Ahmad Suriadi, MA

NIP. 196202201993031002

Pembimbing II



Mahdia Fadhila, M.Psi. Psikolog

NIDN. 2002088701

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam



Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog

NIP. 198403182011012009

Tanggal, 07 Februari 2021\

PENGESAHAN SKRIPSI

***COPING STYLE* MENGHADAPI STRES AKADEMIK DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

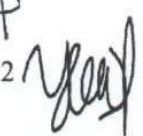
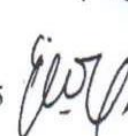
Iwan Muliadi

NIM. 1601451223

Telah Diajukan pada Tim Penguji

Pada: Kamis, 25 Maret 2021

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. M. Zainal Abidin, M. Ag (Ketua)	1. 
2. Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog (Anggota)	2. 
3. Dr. Ahmad Suriadi, MA (Anggota)	3. 
4. Mahdia Fadhila, M. Psi. Psikolog (Anggota)	4. 
5. Musfichin, M.A (Sekertaris)	5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Antasari Banjarmasin,




Dr. Irfan Noor, M.Hum

ABSTRAK

Iwan Muliadi, 1601451223, *Coping Style* Menghadapi Stres Akademik dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Pembimbing I: Dr. Ahmad Suriadi, MA. Pembimbing II: Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog.

Stres akademik merupakan sebagai ketidakmampuan individu untuk menghadapi situasi tekanan dan tuntutan yang ada pada dirinya. Ketika tekanan dan tuntutan tersebut tidak teratasi, maka akan berakibat pada kondisi psikologis, kognitif dan perilaku individu dalam aktivitas akademiknya. Sehingga dalam mengatasi hal tersebut diperlukanlah sebuah *coping style* yang dapat mengatasi tekanan dan tuntutan yang terjadi. Dalam pengertian *coping style* diartikan sebagai cara individu untuk menghadapi masalah dengan cara yang mereka sukai dalam menghadapi situasi stres yang terjadi pada mereka. Dalam pembentukan *coping style* ini tidak lepas dari aspek perilaku, kognitif dan motivasi. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui dan mendeskripsikan tingkat stres akademik yang timbul dari tekanan terhadap tuntutan yang ada dalam penyusunan skripsi, pengaruh *coping style*, kecenderungan *coping style*, dan faktor-faktor yang mempengaruhi *coping style* mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Penelitian ini juga menggunakan metode survei dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa angkatan 2016 Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang berjumlah 1491 responden dengan penentuan sampel sebanyak 229 responden dengan menggunakan metode *purposive sampling* dengan mengacu pada tabel Isaac dan Michael. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil: 1) Terdapat tingkat stres akademik mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir sebesar 77,56% pada kategori stres akademik sedang. 2) Terdapat kecenderungan *coping* gaya kognitif dalam penyusunan skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dengan memberikan kontribusi sebesar 47,39%. 3) Terdapat hubungan korelasi positif sebesar 0,329 antara kedua variabel penelitian 4) Terdapat pengaruh yang signifikan antara gaya *coping* dan stres akademik mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir skripsi di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) memberikan sumbangan efektif sebesar 10,8%. 5) Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi gaya *coping* dalam penyusunan tugas akhir, seperti faktor internal dan eksternal.

Kata Kunci: *Coping Style*, Stres Akademik, Penyusunan Skripsi

KATA PERSEMBAHAN



Alhamdulillah berkat kehendak, rahmat dan hidayah oleh Allah SWT, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Atas ridho Allah Swt kupersembahkan karya yang sederhana ini untuk mereka yang teramat istimewa dalam perjuanganku:

Ayah dan Ibuku yang tercinta, diri ini sangat-sangat mengucapkan terimakasih atas doa, perjuangan, dan dukungan jasa yang tidak akan mampu aku untuk membalasnya. Tetesan keringat yang seringkali tercurur diwajahnya dan pengorbanan yang kalian limpahkan pada anakmu yang tak pernah pilih kasih, kasih sayangnya yang tak pernah berpenghalang, serta cinta kalian kepada anakmu tak pernah pudar. Kalianlah motivator dan komitmen terhebat bagiku, kalianlah yang menjadi penyemangat dalam perjuanganku untuk menyelesaikan tugas ini, serta berkat doa yang selalu kalian panjatkanlah aku bisa melangkah kedepan untuk menggapai semua mimpi-mimpi dalam hidupku. Anakmu ini selalu mendoakan yang terbaik disetiap sujud untuk mu Ayah dan Ibuku, semoga Allah mengampuni dosa-dosa kedua orang tuaku, bukakanlah pintu rahmat, hidayah, rezeki bagi mereka berdua, maafkanlah segala kekhilafan mereka, jadikanlah mereka berdua sebagai insan yang selalu bersyukur dan menjalankan semua perintah-Mu, dan jadikanlah hambamu inimenjadi anak yang selalu berbakti kepada kedua orang tua dan dapat mewujudkan mimpi orang tua serta membalas jasa perjuangan mereka, meski diri ini tau bahwa jasa mereka sangatlah begitu besar, tak terbalas dalam bentuk apapun. Kabulkanlah doaku Ya Allah, Aamiin.

Guru, Dosen, serta pembimbing : Aku persembahkan juga untuk mereka yang telah banyak memberikan ilmu yang sangat berguna untuk kehidupan ini, bimbingan dan arahan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini. Untuk

kedua dosen pembimbingku Dr. Ahmad Suriadi, MA dan Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog terimakasih sudah membimbing hingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan.

Saudaraku : Terimakasih juga buat adik perempuanku yang selalu berada disekeliling antara Ayah dan Ibu, kadang sering aku marahi, candai hingga dia menangis. Semoga kita bisa menjadi kebanggaan kedua orang tua kita. Serta sama-sama berjuang untuk membahagiakan kedua orang tua kita dunia dan akhirat.

Teman-teman : Aku persembahkan buat teman-teman seperjuanganku di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin khususnya kepada Akhmad Rizali, Fajar Kurniawan, Hartono, Jupri Handi Saputra, Hayatun Nufus, Afifah Nur Wakhidah, Almadina, Inayati Fardiyani, Norani, Putri Wulandari, Toyibah, Nella Suryana, Wiwin Apriliawati, dan teman-teman satu jurusan Psikologi Islam angkatan 2016. Selain dari itu juga penulisan ini aku persembahkan kepada teman yang menjadi komitmen di dalam penulisan skripsi ini, dengan berinisial “PM” yang selalu membantu, mendoakan dan memberi dukungan. Kemudian Aku persembahkan juga untuk teman satu almamater kepada Mukhtasar Luthfie dan Makhfuzatul Aliyah yang menjadi sahabat dari bangku Sekolah Dasar hingga saat ini. Terimakasih Aku ucapkan atas dukungan dan kebersamaan kalian.

***“Sebuah pencapaian ini tidak akan berarti tanpa
kalian orang-orang yang berharga bagiku”***

MOTTO

“Jika kamu tidak mendapatkan apa yang kamu inginkan maka jangan katakan nasib saya buruk, tapi katakanlah bahwa Allah menginginkan yang terbaik bagi diri saya”

“Saya berjuang sekeras ini bukan untuk dijatuhkan, tetapi untuk orang yang mendorong saya dari belakang”. (O-han)

“Jarak terdekat antara masalahmu dan solusinya adalah sejauh jarak antara lututmu dengan lantai (sholat)”. (Ust. Riffi Hamdani Hafizhahullah)

KATA PENGANTAR



الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَ أَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَآصْحَا بِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Swt, yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw, yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan hidup didunia dan diakhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian tentang *Coping Style* Mahasiswa/i dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Saya selaku penulis dan peneliti dalam kajian penelitian skripsi ini menyadari bahwa di dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini saya mengucapkan rasa terimakasih pada:

1. Bapak Dr. Irfan Noor, M.Hum selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
2. Ibu Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam dan Bapak Imadduddin, MA selaku Sekretaris Jurusan Psikologi Islam.

3. Bapak Dr. Ahmad Suriadi, MA dan Ibu Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu memberikan dukungan, masukan sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap dosen dan karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
5. Pegawai Perpustakaan Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang membantu keperluan, kelengkapan peneliti di dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Karyawan dan Karyawati Tata Usaha Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang telah memberikan pelayanan administrasi selama perkuliahan.
7. Pegawai Perpustakaan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang selalu ramah membantu keperluan, kelengkapan penelitian dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh pihak Instansi kampus Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang terkait dan berpartisipasi serta juga membantu memberikan pelayanan untuk penelitian hingga dapat diselesaikan.
9. Keluarga Besar, terutama orang tua yaitu Ayah tercinta Syamsuri, dan Ibu tercinta Ernawati, serta adik penulis Mukhlifah Safitri yang tak henti-hentinya memberikan dukungan, motivasi dan do`a yang terus mengalir dari mereka.
10. Seluruh teman-teman mahasiswa angkatan 2016 yang sudah sukarela dan ikut serta dalam mengisi angket yang telah dibagi oleh peneliti.
11. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu namanya yang telah membantu peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Semoga amal baik yang telah diberikan dapat diterima disisi Allah Swt,
dan mendapat limpahan rahmat dari-Nya, Aamiin.

Banjarmasin, 18 Februari 2021

Penyusun,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Iwan Muliadi', with a long horizontal stroke extending to the left.

Iwan Muliadi

NIM. 1601451223

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PEGESAHAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
KATA PERSEMBAHAN	vii
MOTTO.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	14
E. Defenisi Operasional	15
F. Penelitian Terdahulu	17
G. Sistematika Penulisan	21

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konsep Stres Akademik	21
1. Pengertian Stres Akademik	21
2. Dimensi Stres Akademik	24
3. Reaksi Terhadap Stresor Akademik	26
4. Pandangan Teks Islam Tentang Stres	28
B. Konsep <i>Coping</i>	30
1. Pengertian <i>Coping</i>	30
2. Jenis-jenis <i>Coping</i>	33
3. Jenis <i>Coping</i> Stres Mahasiswa di dalam Penulisan Skripsi	37
4. Sumber <i>Coping</i>	38
5. <i>Coping Style</i>	39
6. Konsep Islam dalam Mengatasi <i>Problem Stres</i>	41
C. Konsep Mahasiswa.....	46
1. Pengertian Mahasiswa	46
2. Karakter Mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin	47
D. Konsep Skripsi	49
E. Gambaran Hubungan Stres Akademik dan <i>Coping Style</i> ..	49
F. Kerangka Berpikir Penelitian.....	51

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	54
B. Variabel Penelitian	54
C. Lokasi Penelitian	55
D. Populasi dan Sampel	56
1. Populasi Penelitian	56
2. Sampel Penelitian	58
E. Teknik Pengumpulan Data	59
1. Kuesioner	59
2. Wawancara.....	60
3. Literatur	60
F. Instrumen Penelitian.....	61
1. Instrumen Stres Akademik.....	61
2. Instrumen <i>Coping Style</i>	63
G. Teknik Pengujian Instrumen.....	64
1. Uji Validitas	64
2. Uji Reliabilitas.....	65
H. Uji Coba Instrumen Penelitian.....	67
I. Teknik Analisis Data	68
1. Uji Persyaratan Penelitian.....	68
a. Uji Normalitas	68
b. Uji Linearitas	69
2. Analisis Data Penelitian.....	70
a. Korelasi	70
b. Analisis Regresi Sederhana	71
c. Kategorisasi	72

BAB IV

PAPARAN DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

A. Gambaran Umum Kajian Penelitian.....	73
1. Lokasi Penelitian	73
2. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	74
3. Gambaran Penelitian Berdasarkan Kategori Usia	75
4. Gambaran Penelitian Berdasarkan Fakultas.....	76
5. Prosedur Penelitian	77
a. Persiapan Penelitaian	77
b. Pelaksanaan Penelitian.....	78
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	79
1. Uji Normalitas	79
2. Uji Linearitas	79
3. Uji Korelasi	81
4. Uji Regresi Sederhana.....	82
5. Deskriptif Kategorisasi Stres Akademik.....	83
a. Deskriptif Stres Akademik	83
b. Kategorisasi Stres Akademik.....	84
6. Deskriptif Kategorisasi <i>Coping Style</i>	85
a. Deskriptif <i>Coping Style</i>	85

b. Kategorisasi <i>Coping Style</i>	87
7. Perhitungan Sumbangsi Tiap Aspek <i>Coping Style</i>	88
8. Perhitungan Sumbangsi <i>Coping Style</i> pada Jenis Kelamin	89
9. Perhitungan Sumbangsi <i>Coping Style</i> pada Tiap-tiap Fakultas	92
C. Pembahasan.....	98
D. Batasan dan Temuan Penelitian	105
1. Batasan Penelitian.....	105
2. Temuan Penelitian	106
 BAB V	
PENUTUP	
A. Kesimpulan	109
B. Saran	111
 DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN	116
BIODATA PENELITI	169

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Graduate</i> Wawancara Tidak Langsung.....	60
Tabel 3.2	Blueprint Sklala Stres Akademik.....	62
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen <i>Coping Style</i>	64
Tabel 3.4	Blueprint Hasil Uji Coba Skala <i>Coping Style</i>	67
Tabel 3.5	Blueprint Final Instrumen Skala <i>Coping Style</i>	68
Tabel 3.6	Pedoman Derajat Hubungan Korelasi	71
Tabel 4.1	Gambaran Responden Jenis Kelamin	74
Tabel 4.2	Gambaran Responden Berdasarkan Kategori Usia.....	75
Tabel 4.3	Gambaran Responden Berdasarkan Fakultas.....	76
Tabel 4.4	Nama-nama <i>Profesional Judgement</i> di dalam Instrumen Penelitian <i>Coping Style</i>	78
Tabel 4.5	Hasil Uji Linearitas.....	80
Tabel 4.6	Hasil Uji Regresi Sederhana	82
Tabel 4.7	Data Deskriptif Data Stres Akademik	83
Tabel 4.8	Kategorisasi Skor Stres Akademik	85
Tabel 4.9	Distribusi Diskriptif Data <i>Coping Style</i>	86
Tabel 4.10	Kategorisasi Skor <i>Coping Style</i>	87
Tabel 4.11	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Tiap Aspek <i>Coping Style</i>	88
Tabel 4.12	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Jenis Kelamin Laki-laki Terhadap Skala Variabel <i>Coping Style</i>	90
Tabel 4.13	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Jenis Kelamin Perempuan Terhadap Variabel Skala <i>Coping Style</i> .	91
Tabel 4.14	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Terhadap Variabel Skala <i>Coping Style</i>	92
Tabel 4.15	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Fakultas Syariah Terhadap Variabel <i>Coping Style</i>	93

Tabel 4.16	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Terhadap Variabel Skala <i>Coping Style</i>	94
Tabel 4.17	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Terhadap Variabel Skala <i>Coping Style</i>	95
Tabel 4.18	Nilai Koefisien dalam Perhitungan Sumbangsi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam Terhadap Variabel Skala <i>Coping Style</i>	96

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1	Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	74
Gambar 4.2	Diagram Responden Berdasarkan Kategorisasi Usia	75
Gambar 4.3	Diagram Proporsi Responden Berdasarkan Fakultas	77
Gambar 4.4	Grafik Linearitas Stres Akademik dan <i>Coping Style</i>	80
Gambar 4.5	Data Deskriptif Stres Akademik.....	84
Gambar 4.6	Data Deskriptif <i>Coping Style</i>	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner Penelelitian	116
Lampiran 2	Skala Angket <i>Google From</i>	121
Lampiran 3	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen <i>Coping Style</i>	131
Lampiran 4	Tabulasi Data Penelitian	135
Lampiran 5	Uji Normalitas	149
Lampiran 6	Uji Linearitas.....	150
Lampiran 7	Data Demografis Penelitian	151
Lampiran 8	Data Deskriptif Penelitian.....	151
Lampiran 9	Uji Regresi Sederhana	154
Lampiran 10	Uji Perhitungan Sumbangsi	155
Lampiran 11	Surat Keputusan Seminar Desain Operasional	163
Lampiran 12	Kartu Konsultasi Bimbingan Skripsi	165
Lampiran 13	Surat Resit Penelitian	167