

**STRATEGI COPING STRES MELALUI MEDIA
SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA AKHIR YANG
MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UIN ANTASARI
BANJARMASIN**

SKRIPSI

**OLEH
HALIMATUS SA'DIAH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2023**

**STRATEGI COPING STRES MELALUI MEDIA
SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA AKHIR YANG
MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UIN ANTASARI
BANJARMASIN**

Skripsi

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

Oleh:

**HALIMATUS SA'DIAH
NIM. 1601452265**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN & HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Halimatus sa'diah
NIM : 1601452265
Tempat tanggal lahir : Amuntal, 05 Oktober 1999
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan bahwa skripsi yang peneliti buat dengan judul " Strategi Coping Stres Melalui Media Sosial Tiktok pada Mahasiswa Akhir yang Menyelesaikan Skripsi di UIN Antasari Banjarmasin" adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun secara keseluruhan, kecuali berupa kutipan yang disertai dengan sumbernya. Jika kemudian ada *claim* dari pihak lain. Bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak jurusan Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

Demikian surat pernyataan dibuat oleh peneliti dengan yang sebenarnya.

anjarmasin, 21 Juli 2023

HALIMATUS SA'DIAH
NIM 1601452265

BUKTI UJI PLAGIASI



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pt.uin-antasari.ac.id, E-mail: psiko-ogi-islam@uin-antasari.ac.id

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 2212/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Halimatus Sa'diah
NIM : 1601452265
Prodi : Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi
Judul Karya Ilmiah : Strategi coping stres melalui media sosial tiktok pada mahasiswa akhir yang menyelesaikan skripsi di UIN Antasari

Telah dinyatakan **Lulus Uji Plagiasi** dengan *Prosentase* sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 15 Juli 2023



Ketua Prodi Psikologi Islam
dan Sekretaris,

[Signature]
Muslichin, M.A

PERSETUJUAN SKRIPSI

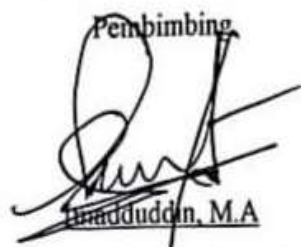
STRATEGI COPING STRESS MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA AKHIR YANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UIN ANTASARI BANJARMASIN

Disusun dan diajukan oleh:

Halimatus Sa'diah


NIM. 1601452265

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Dewan Penguji

Pembimbing

Muadduddin, M.A
NIP. 198209252015031004

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam


Dra. Mulyani, M.Ag
NIP. 19681010 199403 2 004

Banjarmasin, 18 Juli 2023

PENGESAHAN SKRIPSI

STRATEGI COPING STRES MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK PADA MAHASISWA AKHIR YANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI UIN ANTASARI BANJARMASIN

Yang Disusun dan Dipersembahkan Oleh:

Halimatusa'diah
NIM. 1601452265

Telah diajukan pada tim penguji
pada: Jum'at, 21 Juli 2023

Tim Penguji

- | Nama | Tanda Tangan |
|--|---|
| 1. Dra. Hj.Siti Faridah, M.Ag
(Ketua) | 1.  |
| 2. Musfchin, M.A
(Anggota) | 2.  |
| 3. Imadduddin, M.A
(Anggota) | 3.  |
| 4. Dra. Mulyani, M.Ag
(Anggota) | 4.  |
| 5. Muhammad Syafi'i M.Ag
(Notulis) | 5.  |

Mengetahui
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
UIN Antasari Banjarmasin



Reza Nirwana, M.Ag
197812272003121002

ABSTRAK

Halimatus Sa'diah: 1601452265, *Strategi Coping Stres Melalui Media Sosial Tiktok pada Mahasiswa Akhir yang Menyelesaikan Skripsi di UIN Antasari Banjarmasin*, Skripsi, Pembimbing Imadduddin, M.A, Prodi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, 2023.

Kata kunci: Coping Stres, Media Sosial Tiktok, Mahasiswa.

Setiap mahasiswa diuji dan diberikan tanggung jawab terlebih dahulu dan harus melawati tahapan terakhir atau proses menyelesaikan tugas akhir, yaitu skripsi. Skripsi selain untuk persyaratan akhir di dunia pendidikan yang dilakukan oleh mahasiswa/i namun juga untuk persyaratan mendapatkan suatu gelar sarjana. Proses menyusun skripsi dilakukan secara sendiri-sendiri oleh setiap mahasiswa/i, hal tersebut dilakukan agar mahasiswa/i dapat belajar sendiri dalam hal permasalahan tentang penelitian yang akan dilakukan di dalam skripsi. Pada umumnya, setiap mahasiswa mengalami kesulitan dalam hal mengerjakan skripsi dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Sebagaimana dalam penelitian yang dilakukan oleh Indarwati, yang mengungkapkan bahwa kesulitan dalam mengerjakan skripsi dikarenakan kemampuan akademik yang tidak memadai, adanya tidak suka mahasiswa/i pada suatu riset, kesulitan memahami judul yang akan diteliti, kesulitan mencari referensi dan bahan bacaan, serta kesulitan menemui dosen pembimbing. Akibatnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang akhirnya dapat menimbulkan stres pada mahasiswa.

Stres yang dirasakan mahasiswa saat sedang mengerjakan skripsi dikarenakan mahasiswa tersebut merasa dan beranggapan tugas skripsi ini hal yang negatif dan tuntutan besar. Respons diawali dengan menjadi mudah marah, putus asa, labil dan lama kelamaan apabila hal ini tetap berlangsung akan menjadi stress, dikarenakan sikap mahasiswa/i yang tidak bisa menerima tuntutan atau beban yang banyak sehingga memunculkan keluhan lain seperti cemas, takut, kekhawatiran yang berlebihan.

Tekanan dalam masa belajar dan segala konflik dapat menimbulkan efek negatif pada psikologis mahasiswa sendiri, salah satunya yaitu stres. Kesulitan remaja maupun mahasiswa dalam mengatasi stres perlu diimbangi dengan strategi coping yang praktis dan murah karena jika stres hanya dibiarkan dapat mengancam kesehatan individu itu sendiri. Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap salah satu mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin yang berinisial (N) mengatakan kepada peneliti bahwa tiktok dapat membuat dirinya terhibur dan aplikasi tiktok dapat menjadi salah satu hiburan menarik dan dapat menjadi salah satu cara coping stres disela-sela mengerjakan tugas akhir.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi gambaran stres pada mahasiswa, bagaimana strategi gambaran coping stres melalui media sosial tiktok dan faktor yang mempengaruhinya.

Penelitian ini merupakan penelitian fenomenologi kualitatif, dengan jumlah subjek sebanyak 5 orang mahasiswa. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah

wawancara, observasi, skala *perceived stres scale* (PSS-10), dan metode dokumentasi. Sebelum peneliti menentukan subjek terlebih dahulu penelitian melakukan screaning dengan menggunakan uji skala stres yaitu *perceived stres skala* yang dimana peneliti mengumpulkan 10 orang yang akan diuji setelah hasilnya uji skala keluar peneliti baru menentukan yang mana yang masuk sebagai subjek penelitian yaitu mahasiswa yang memiliki tingkat stres sedang dan rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan ke-5 subjek mempunyai strategi gambaran stres antara lain subjek A, AF, H dan subjek RA, mudah tersinggung seperti yang dialami oleh subjek AF, dan menjadi mudah gelisah serta prustasi seperti yang dialami oleh subjek AE, strategi gambaran coping melalui media sosial tiktok serta faktor yang mempengaruhi yang berbeda-beda. Masing-masing subjek juga mempunyai cara tersendiri dalam menggunakan media sosial tiktok sebagai coping yang membantu munculnya reaksi positif seperti merasa lebih tenang.

MOTTO

JIKA ORANG LAIN BISA, MAKA AKU JUGA BISA

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bismillahirrahmannirahim kata utama yang dapat saya ucapkan tidak lain dan tidak bukan Allhamdulillah Wa Syukurillah atas nikmat, kasih sayang dan segala karunia yang telah Allah SWT berikan dalam kehidupan ini. Penulisan skripsi ini akhirnya selesai melalui perjalanan yang penuh cerita atas rahmat Allah SWT dan berkat Rasulullah Nabi Muhammad SAW.

Teruntuk mama dan abah terima kasih sebesar-besarnya karena engkau tidak pernah putus untuk mendo'akan, mendukung serta selalu menemani anak-anakmu ini. Dan teruntuk suami terimakasih juga selalu mendukung baik suka maupun duka. Semoga Allah SWT kumpulkan kita sekeluarga di dunia sampai ke surga berkat Rasulullah SAW.

Rasa terima kasih yang tak kalah besarnya juga saya ucapkan kepada semua dosen yang telah memberikan begitu banyak ilmu, Pengtahuan, wawasan, pengalaman, nasihat, dan cerita indah sehingga hidup saya menjadi lebih terang dan bermakna.

Khususnya kepada bapak-bapak dosen pembimbing saya. Terima kasih atas segala bimbingan, motivasi, pertolongan serta kesabaran yang luar biasa yang bapak dosen pembimbing telah berikan selama saya berkuliah, terutama dalam proses pengerjaan skripsi ini hingga akhirnya selesai.

Terima kasih juga untuk semua sahabat yang selalu ada di sisi saya saat suka maupun duka tanpa pernah mengeluh. Dan untuk teman-teman seperjuangan saya, terimakasih sudah memberikan cerita di kehidupan perkuliahan ini. Semangat berjuang untuk kita semua. Berkat kalian semua, akhirnya saya mampu menyelesaikan semua tahap skripsi ini.

Skripsi ini saya persembahkan untuk saya dan kalian semua

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan karunia dan rezeki-Nya maka peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Strategi Coping Stres Melalui Media Sosial Tiktok pada Mahasiswa Akhir yang Menyelesaikan Skripsi di UIN Antasari Banjarmasin,” Tidak lupa juga kita hanturkan shalawat dan serta salam yang tidak pernah padam kepada kekasih Allah SWT yaitu baginda Rasulullah Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabat, serta kepada umatnya yang akan selalu setia mengikuti petunjuk-petunjuknya hingga ke akhir zaman.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam proses penyusunan dan penyelesaian skripsi ini tidaklah mudah. Tanpa izin Allah SWT dan berkat Rasulullah serta bantuan dari berbagai pihak yang telah memberikan semangat, arahan, bimbingan dan dukungan yang luar biasa, penulis tidak dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih banyak yang tidak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah menyetujui dan mengizinkan peneliti untuk menjalankan penelitian skripsi ini.
2. Ibu Dra. Mulyani M.Ag selaku Ketua Jurusan dan Bapak Musfichin, MA selaku Sekretaris Jurusan Psikologi Islam yang selalu memberikan

semangat untuk semua mahasiswa psikologi serta telah berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.

3. Kepada Bapak Mubarak, M.A dan Alm Bapak Suriyadi selaku dosen penasehat akademik yang sangat sabar serta selalu meluangkan waktu untuk bimbingan dan memberikan inspirasi kepada peneliti dari awal perkuliahan.
4. Bapak Imadduddin, M.A dan Ibu Yulia Hairina, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi, yang juga sangat sabar meluangkan waktu dalam membimbing serta membantu peneliti dalam proses penulisan skripsi ini hingga selesai.
5. Seluruh dosen Psikologi Islam yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan pembelajaran terutama terkait Psikologi Islam.
6. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama kuliah, serta terima kasih juga untuk karyawan dan karyawan yang telah memberikan pelayanan administrasi, baik selama perkuliahan maupun dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Kepala Perpustakaan Pusat UIN Antasari Banjarmasin dan Kepala Laboratorium dan Perpustakaan Psikologi Islam, beserta staf yang telah membantu penulis dalam melengkapi literatur, baik selama proses perkuliahan maupun selama penulisan skripsi ini.

8. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik selama perkuliahan maupun selama proses penyelesaian skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu karena terlalu banyak.

Semoga Allah SWT, membalas jasa, bantuan, dukungan, bimbingan, dan doa yang telah diberikan kepada penulis. Peneliti menyadari bahwa penulisan laporan ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya dan masih memiliki banyak kekurangan. Namun, penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi peneliti sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Banjarmasin, 21 Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
HALAMAN BUKTI BEBAS PLAGIASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
MOTTO.....	viii
KATA PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I : PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
D. Definisi Operasional.....	8
E. Penelitian Terdahulu	10
F. Sistematika Penulisan.....	12

BAB II : LANDASAN TEORI

A. Coping Stres	
1. Pengertian Coping Stres.....	14
2. Faktor- faktor Coping Stres.....	16
3. Bentuk Strategi Coping Stres.....	17
4. Aspek-aspek dari Bentuk Coping Stres.....	21

5. Coping Stres dalam Perspektif Islam.....	22
B. Media Sosial	
1. Pengertian Media Sosial.....	24
2. Pengertian Tiktok.....	26
3. Fitur-fitur Media Sosial Tiktok.....	27
4. Fungsi Media Sosial Tiktok.....	28
5. Media Sosial dalam Perspektif Islam.....	29
C. Mahasiswa Akhir	
1. Kewajiban dan Konsekuensi Menyusun Skripsi.....	30
2. Kendala yang Dialami Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi.....	31
3. Upaya Mengatasi Stres dalam Menyusun Skripsi	34
D. Kerangka teori	35
 BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Pendektan dan Jenis Penelitian	38
B. Lokasi Penelitian	39
C. Subjek dan Objek Penelitian	39
D. Data dan Sumber Data	40
E. Teknik Pengumpulan Data.....	41
F. Teknik Analisis Data.....	45
G. Prosedur Penelitian....	47
 BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	49
B. Alur Penelitian.....	54
C. Penyajian Data	55
D. Media Sosial Tiktok Sebagai Strategi Coping Pada Mahasiswa Yang Mengalami Stres.....	62
E. Pembahasan Data Penelitian	79
F. Keterbatasan Penelitian dan Temuan Penelitian	108

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	109
B. Rekomendasi	110
DAFTAR PUSTAKA	112
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	180

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print Guide Wawancara.....	42
Tabel 3.2 Blue Print PSS-10.....	45
Tabel 4.1 Alur Penelitian.....	54
Tabel 4.1 Identitas Subjek.....	59
Tabel 4.2 Identitas Informan.....	60
Tabel 4.3 Ringkasan Hasil Penelitian.....	77

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kartu Konsultasi Skripsi.....	117
2. Formulir Profesional Judgement.....	120
3. Informed Consent.....	123
4. Skala PSS-10.....	128
5. Pendoman Observasi dan Wawancara.....	140
6. Verbatim Wawancara Subjek A.....	143
7. Verbatim Wawancara Subjek AF.....	148
8. Verbatim Wawancara Subjek H.....	152
9. Verbatim Wawancara Subjek RA.....	158
10. Verbatim Wawancara Subjek AE.....	162
11. Verbatim Informan.....	166
12. Akun Tiktok Subjek A.....	174
13. Akun Tiktok Subjek AF.....	175
14. Akun Tiktok Subjek H.....	176
15. Akun Tiktok Subjek RA.....	177
16. Akun Tiktok Subjek AE.....	178
17. Surat Publikasi Jurnal.....	179