

LAMPIRAN

GUIDE INTERVIEW

A. Pedoman Wawancara *Coping Stress* dengan Menonton Drama Korea

No	Aspek	Indikator	Komponen	Tujuan	Pertanyaan
1	Menghindar (<i>escape avoidance</i>)	Menarik diri dari masalah	Konatif	Subjek mampu memberikan gambaran terhadap cara subjek menghindari permasalahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kegiatan apa yang anda lakukan ketika stress mengerjakan skripsi? 2. Apakah stress yang anda alami mempengaruhi fisik anda?
		Acuh tak acuh	Kognitif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda pikirkan terkait skripsi anda ketika anda sedang stress? 2. Hal apa yang membuat anda sulit dalam mengerjakan skripsi? 3. Menurut anda hal apa yang membuat anda mengalami stress akademik?
		Tidak merasa nyaman	Afektif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah dalam penyusunan skripsi? 2. Apakah masa pengerjaan skripsi mempengaruhi pola tidur anda?
2	Membuat jarak (<i>distancing</i>)	Merasa tenang	Afektif	Subjek mampu memberikan gambaran terhadap cara subjek membuat jarak dari	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda rasakan ketika anda menjauhkan diri dari hal yang membuat anda stress?

		Mengalihkan kegiatan	Kognitif	masalah yang dihadapi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah menonton drama korea menjadi pilihan utama saat anda merasa stress dalam pengerjaan skripsi? 2. Kapan biasanya anda memilih untuk menonton drama Korea? 3. Berapa lama durasi yang anda habiskan dalam menonton drama Korea? 4. Apa genre favorit anda?
		Membuat batasan	Konatif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengapa anda lebih memilih menonton drama Korea daripada mengerjakan skripsi? 2. Bagaimana pengaruh setelah anda menonton drama Korea? dan apakah hal tersebut berdampak pada pengerjaan skripsi anda?
3	Kontrol diri (<i>self control</i>)	Mencegah perilaku yang bersifat merugikan	Konatif	Subjek mempunyai kontrol diri yang baik terhadap masalah yang dihadapi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara anda membagi waktu, agar menonton drama Korea tidak menghambat proses pengerjaan skripsi anda?
		Menganalisa masalah yang dihadapi	Kognitif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda hal apa yang menghambat

					<p>proses pengerjaan skripsi anda?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara anda menjaga diri anda agar tetap nyaman ketika menghadapi permasalahan? 2. Bagaimana cara anda agar tetap merasa nyaman dan tenang dalam proses pengerjaan skripsi?
		Pengendalian emosi	Afektif		
4	Bertanggung jawab (<i>accepting responsibility</i>)	Menyakini permasalahan datang akibat diri sendiri	Afektif	Subjek mampu bertanggung jawab atas masalah yang ia lakukan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda rasakan ketika anda sadar masalah terjadi akibat tindakan anda sendiri?
		Evaluasi diri	Kognitif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Apa yang anda rencanakan dalam mengantisipasi permasalahan yang akan datang? 2. Pernahkah anda merasa tidak yakin/ tidak percaya dengan pengerjaan skripsi anda?
		Menebus kesalahan	Konatif		<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara anda mengatasi perasaan tidak percaya diri saat mengerjakan skripsi tersebut? 2. Apa yang anda lakukan agar terhindar dari permasalahan?
5	Penilaian positif (<i>positive reappraisal</i>)	Berfikir positif	Kognitif	Subjek mempunyai penilaian positif terhadap dirinya sendiri	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana cara anda memaknai berbagai kesulitan yang anda lalui saat proses pengerjaan skripsi?

		Mempunyai perasaan positif	Afektif		1. Apakah drama Korea mampu mempengaruhi mood anda, serta bagaimana hal tersebut mampu mempengaruhi mood anda?
		Melakukan tindakan alternatif	Konatif		1. Bagaimana cara anda agar bisa selesai mengerjakan skripsi sesuai dengan tenggat waktu yang diinginkan?

B. *Informed Consent*

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini bersedia untuk turut serta dalam membantu penelitian ini:

Nama/Inisial :

Jenis Kelamin :

Usia :

Alamat :

Tanggal wawancara:

Saya menyetujui untuk dilakukan wawancara dan menjadi subjek dalam penelitian sebagai berikut:

Judul Penelitian: Drama Korea Sebagai Strategi *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Peneliti : Nur Ashfia

NIM : 190103040406

Prodi : Psikologi Islam

Dosen Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag

Dengan demikian saya menyetujui dan menyatakan bersedia untuk terlibat dan berpartisipasi aktif dalam proses pengambilan data dalam rangka penelitian skripsi yang dilakukan Nur Ashfia selaku peneliti. Dalam menandatangani surat ini penuh dengan kesadaran dan tidak atas paksaan ataupun tuntutan dari pihak manapun dan informasi kerahasiaan yang dijaga oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian saja.

Subjek

Banjarmasin, 15 Juni 2023

Peneliti

(.....)

(.....)

C. Form Penilaian *Professional Judgement* 1

Surat Keterangan *Expert Judgement*

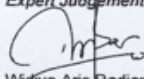
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Widiya Aris Radiani, S. Psi, M. Psi, Psikolog
Jabatan/Instansi : Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul Penelitian : Drama Korea Sebagai Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin
Obyek Penilaian : Drama Korea (Variabel Bebas), Coping Stress (Variabel Terikat)

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

Banjarmasin, 19-05-2023
Expert Judgement

Widiya Aris Radiani, S. Psi, M. Psi, Psikolog



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.pi.uin-antasan.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasan.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement

Instrumen Guide Interview

Secara umum Instrumen Guide Interview "Drama Korea (Variabel Bebas), Coping Stress (Variabel Terikat)" pada Desain Penelitian a.n. Nur Ashfia (NIM:190103040406) tersebut*):

- Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- Dapat digunakan dengan banyak revisi
- Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

- pertanyaan untuk drama korea minimal 2 (terjelas bagian perilaku)
- aspek (menghindar), indikator (menarik diri dari masalah) diganti pertanyaan dari "mempengaruhi fisik" menjadi "mempengaruhi perilaku"
- aspek (menghindar), indikator (acuh tak acuh) dituliskan saja akademiknya.
- aspek (membuat jarak), indikator (menarik diri) "berubah pertanyaan menjadi "bagaimana perilaku sosial" ditambahkan perilaku
- aspek (bertanggung jawab), indikator (menyikini permasalahan) ditengahi pertanyaan menjadi "apa yang dikatan, dipikirkan, dirasakan untuk mengatasi semua hal yang mengganggu anda selama ini"

Banjarmasin, 19 Mei 2023

Expert Judgement

Widiya Aris Radiani, S. Psi, M. Psi, Psikolog

*) lingkirlah sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.

D. Form Penilaian *Professional Judgement 2*

Surat Keterangan *Expert Judgement*


Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog
Jabatan/Instansi : Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul Penelitian : Drama Korea sebagai Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin
Obyek Penilaian : Drama Korea (Variabel Bebas), Coping Stress (Variabel Terikat)

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

Banjarmasin, 25/05/2023
Expert Judgement

Mahdia Fadhila, M. Psi, Psikolog



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: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement

Instrumen Guide Interview

Secara umum Instrumen Guide Interview "Drama Korea (Variabel Bebas), Coping Stress (Variabel Terikat)" pada Desain Penelitian a.n. Nur Ashfia (NIM:190103040406) tersebut*):

- Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- Dapat digunakan dengan banyak revisi
- Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

- munculkan pertanyaan drama korea di Guide coping stress
- aspek "membuat jarak" (indikator: "mengisolasi permasalahan" berubah menjadi "mengalihkan kegiatan")
- aspek "membuat jarak" (indikator "menarik diri dari sosial" berubah menjadi "membuat batasan")
- pertanyaan langsung mengarah ke milih pengerjaan skripsi bukan masalah secara umum.
- pertanyaan (aspek "menghindar" indikator "tidak merasa nyaman" (dipilih yaitu "apakah pengerjaan skripsi mempengaruhi emosi" dan mempengaruhi "pola hidup / kebiasaan").
- Guide Doctor tujun aspek penelitian itu bukan untuk menjabarkan pengalamannya.

Banjarmasin, 25-5-2023
Expert Judgement

Mahdia Fadhila, M. Psi. Psikolog

*) lingkarih sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.

E. Form Penilaian *Professional Judgement* 3

Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

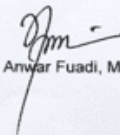
Nama : Anwar Fuadi, M.A
Jabatan/Instansi : Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul Penelitian : Drama Korea Sebagai Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin
Obyek Penilaian : Coping Stress (Variabel Terikat), Drama Korea (Variabel Bebas)

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

Banjarmasin, 29 Mei 2023
Expert Judgement


Anwar Fuadi, M.A



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.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil *Expert Judgement*

Instrumen Guide Interview

Secara umum Instrumen Guide Interview "Coping Stress (Variabel Terikat), Drama Korea (Variabel Bebas)" pada Desain Penelitian a.n. Nur Ashfia (NIM:190103040406) tersebut*):

- a. Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- b. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- c. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- d. Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

*tambahkan pernyataan pada drama Korea mengenai bagaimana
kinerja dari drama Korea bisa mengah' coping stress*

Banjarmasin, *29 Mei 2023*
Expert Judgement

[Signature]
Anwar Fuadi, M.A

*) lingkarkanlah sesuai dengan penilaian bapak/ibu secara obyektif.

F. *Informed Consent* Subjek Penelitian 1

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini bersedia untuk turut serta dalam membantu penelitian ini:

Nama/Inisial : Noviana Hanani

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 24 Tahun

Alamat : Kapuas

Tanggal wawancara: 15 Juni 2023

Saya menyetujui untuk dilakukan wawancara dan menjadi subjek dalam penelitian sebagai berikut:

Judul Penelitian: Drama Korea Sebagai Strategi *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Peneliti : Nur Ashfia

NIM : 190103040406

Prodi : Psikologi Islam

Dosen Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag

Dengan demikian saya menyetujui dan menyatakan bersedia untuk terlibat dan berpartisipasi aktif dalam proses pengambilan data dalam rangka penelitian skripsi yang dilakukan Nur Ashfia selaku peneliti. Dalam menandatangani surat ini penuh dengan kesadaran dan tidak atas paksaan ataupun tuntutan dari pihak manapun dan informasi kerahasiaan yang dijaga oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian saja.

Subjek



(Noviana Hanani)

Banjarmasin, 15 Juni 2023

Peneliti



(Nur Ashfia)

G. *Informed Consent* Subjek Penelitian 2

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini bersedia untuk turut serta dalam membantu penelitian ini:

Nama/Inisial : Yunita Solichah

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 22 Tahun

Alamat : Pekapuran Raya

Tanggal wawancara : 17 Juni 2023

Saya menyetujui untuk dilakukan wawancara dan menjadi subjek dalam penelitian sebagai berikut:

Judul Penelitian: Drama Korea Sebagai Strategi *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Peneliti : Nur Ashfia

NIM : 190103040406

Prodi : Psikologi Islam

Dosen Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag

Dengan demikian saya menyetujui dan menyatakan bersedia untuk terlibat dan berpartisipasi aktif dalam proses pengambilan data dalam rangka penelitian skripsi yang dilakukan Nur Ashfia selaku peneliti. Dalam menandatangani surat ini penuh dengan kesadaran dan tidak atas paksaan ataupun tuntutan dari pihak manapun dan informasi kerahasiaan yang dijaga oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian saja.

Subjek



(Yunita Solichah)

Banjarmasin, 17 Juni 2023

Peneliti



(Nur Ashfia)

H. *Informed Consent* Subjek Penelitian 3

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini bersedia untuk turut serta dalam membantu penelitian ini:

Nama/Inisial : Alya Yumna

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 22 Tahun

Alamat : Basirih

Tanggal wawancara: 16 Juni 2023

Saya menyetujui untuk dilakukan wawancara dan menjadi subjek dalam penelitian sebagai berikut:

Judul Penelitian : Drama Korea Sebagai Strategi *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Peneliti : Nur Ashfia

NIM : 190103040406

Prodi : Psikologi Islam

Dosen Pembimbing: Dra. Mulyani, M.Ag

Dengan demikian saya menyetujui dan menyatakan bersedia untuk terlibat dan berpartisipasi aktif dalam proses pengambilan data dalam rangka penelitian skripsi yang dilakukan Nur Ashfia selaku peneliti. Dalam menandatangani surat ini penuh dengan kesadaran dan tidak atas paksaan ataupun tuntutan dari pihak manapun dan informasi kerahasiaan yang dijaga oleh peneliti dan hanya digunakan untuk penelitian saja.

Subjek



(Alya Yumna)


Banjarmasin, 16 Juni 2023

Peneliti



(Nur Ashfia)

I. Kartu Konsultasi Skripsi

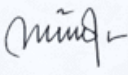
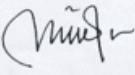
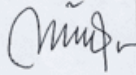


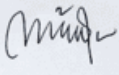
KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia **Dosen Pembimbing**
NIM : 190103040406 1. Dra. Mulyani, M.Ag
Judul : Drama korea Sebagai Strategi Coping Stress pada 2. Imadduddin, M.A
 Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari
 Banjarmasin

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	18-01-2023	- arti ayat dicetak miring - spasi 1,15 - tafsir ayat (tafsir ash-shihab)	
2.	06-02-2023	- let judul dibawah piramida terbalik. - sistematika penulisan di bab 1 - perhatikan aspek yg ada di bab 2. - cari tafsir ash-shihab.	
3	10-02-2023	- pada cover let prodi & univ berbentuk piramida terbalik. - jika ada hadis coping dlm dimarcikan rja. tapi jika ada teori dirasa cukup, maka tdk perlu ditambahkan	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam




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) 3265593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul : Drama korea Sebagai Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing
1. Dra. Mulyani, M.Ag
2. Imadduddin, M.A

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	10-03-2023	<ul style="list-style-type: none">- penelitian terdahulu "kualitas"- pen. terdahulu lengkap dgn nama jurnal, vol, no, thn.- footnote dibikin per bab.- pengantar diakhir sub bab.- macam² drama korea.- definisi mbrwa akhir, jgn berkle. tele.	
2	24-02-2023	<ul style="list-style-type: none">- pada definisi istilah terdapat bentuk. bentuk coping stress- faktor tokoh lain sblm faktor lazrus.- pengarsan mengambil teori lazrus- definisi & istilah & land. teori sama.- Kriteria subj. (penonton Drakor tdt lebih dr 1 tokoh)	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



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.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul : Drama korea Sebagai Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing
1. Dra. Mulyani, M.Ag
2. Imadduddin, M.A

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
3	20-03/2023	- kerangka berpikir diperbaiki - tujuan penelitian berubah menjadi "mengonalisasi" - lanjut bab 3.	
4	30-03-2023	- ditentukan penelitian kualitatif deskriptif. - lokasi penelitian kualitatif deskriptif. - lokasi pen. dan digabung dokumentasi yg direkam foto tangkapan layar bukan foto. - sub: pen. mata 2 doktor. - Informan.	
5	12-04-2023.	- digabung kriteria sub. nontori doktor. - Informan, siapa? - wawancara kani terstruktur. - Subjek bukan responden.	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



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) 3296593
Website: www.pt.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia
NIM : 190103040406
Judul : Drama korea Sebagai Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Dosen Pembimbing
1. Dra. Mulyani, M.Ag
2. Imadduddin, M.A

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
6	5-5-2023	- kerangka kerfhir = faktor yang mempengaruhi dealer - Guide interview diperbaiki - Cari PJ - Guide interview dealer tidak sebanyak Guide coping stress. - pertanyaan exitusnya.	
7	8-5-2023	- PJ 3 orang - fokus ke Guide interview coping stress - pertanyaan bersifat terbuka. - Guide interview coping stress & koreksi korea pialah.	
8	18-5-2023	- mulai screening test. - tingkat screening test 10 org. - ikut arahan PJ	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



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) 3286593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id, E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia Dosen Pembimbing
NIM : 190103040406 1. Dra. Mulyani, M.Ag
Judul : Drama korea Sebagai Strategi Coping Stress pada 2. Imadduddin, M.A
Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari
Banjarmasin

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
9	12-06-2023	- minimal 2x wawancara. - Informan. - Bowchen agar masuk aspek. - buku guide agar terarah - subjek 3 (Offline).	
10.	3-07-2023	- gambar dan data tring ura dilengkapi - penulisan diperlihatkan - penyajian data per objek digabung aja - alur madptkn objek di- lengkapi dan proses screening - alur penelitian dicantumkan durasi wawancara - jangan ada penggunaan kata "ia"	
11.	08-7-2023	- rapikan lagi margin. - tambahkan penelitian lain - saran & kesimpulan.	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



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) 3286593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Nur Ashfia Dosen Pembimbing
NIM : 190103040406 1. Dra. Mulyani, M.Ag
Judul : Drama Korea Sebagai Strategi Coping Stress pada 2. Imadduddin, M.A
Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari
Banjarmasin

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
12.	10/7 2023	-satu say u/ dramah korea quss. -satu diri d. beta u/muga -konflik d. pasi u/ tubel.	

Banjarmasin, 01 Mei 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam

J. Skala *Perception of Academic Stress*

Petunjuk Pengisian

Pada hal berikut terdapat beberapa pernyataan-pernyataan yang harus anda isikan sesuai dengan apa yang anda rasakan saat ini. Tidak perlu khawatir karena ini tidak ada benar dan salah, sehingga anda hanya perlu memilih jawaban yang paling anda rasa mendekati anda.

Disediakan 5 jawaban sebagai berikut:

1. Sangat tidak setuju
2. Tidak setuju
3. Netral
4. Setuju
5. Sangat setuju

Pernyataan

1. Saya percaya diri bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
2. Saya percaya diri bahwa karir saya akan sukses di masa depan
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
3. Saya dapat membuat keputusan akademik dengan mudah
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
4. Saya merasa bahwa waktu yang dialokasikan untuk belajar dikelas dan kegiatan akademik lain sudah cukup
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
5. Saya memiliki banyak waktu untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
6. Saya percaya diri bahwa saya akan menjadi mahasiswa yang sukses
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
7. Saya merasa bahwa kelemahan saya adalah terlalu khawatir dengan ujian
 - 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
8. Dosen-dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis terhadap saya
 - 1
 - 2
 - 3

- 4
 - 5
9. Saya merasa takut jika ada mata kuliah yang tidak lulus tahun ini
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
10. Saya merasa bahwa kurikulum yang ada terlalu berlebihan
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
11. Saya merasa bahwa tugas yang diberikan dosen sangat banyak
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
12. Saya merasa kesulitan untuk mengejar ketertinggalan apabila saya terlewat pembelajaran kuliah
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
13. Ada harapan yang tidak logis dari orangtua saya membuat saya stress
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
14. Saya merasa cukup sulit untuk bersaing dengan teman saya dalam hal nilai akademik
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
15. Saya merasa bahwa pertanyaan-pertanyaan yang ada didalam ujian biasanya sulit
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
16. Saya merasa bahwa waktu ujian sangat singkat untuk menjawab pertanyaan
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
17. Masa ujian adalah masa yang sangat membuat saya stress
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
18. Meski saya dapat ujian, saya tetap khawatir saat mencari pekerjaan nantinya
- 1
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5

K. Tabulasi hasil *Screening Test* dengan *Skala Perception of Academic Stress*

Nama Lengkap/Inisial	Usia	Jenis Kelamin	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	JUMLAH
Yunita Solichah	22	Perempuan	3	3	2	4	2	3	3	3	4	4	3	5	4	4	4	4	3	5	63
Naziah	22	Perempuan	2	2	3	2	2	4	5	2	2	2	3	2	5	3	4	4	4	4	55
Novia vihokratana	22	Perempuan	1	1	3	4	5	5	4	3	1	4	3	3	3	1	5	5	4	5	60
Noviana Hanani	24	Perempuan	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	67
Rizka Aulia Fatma	20	Perempuan	2	1	3	2	2	4	4	2	5	3	3	4	4	4	4	3	3	5	58
FH	22	Perempuan	2	2	4	4	1	5	5	2	2	5	5	2	2	1	5	2	5	5	59
Alyum	22	Perempuan	3	2	2	2	1	4	5	4	3	3	3	4	5	4	5	4	5	5	64
Dk	22	Perempuan	2	2	1	2	2	3	2	2	4	2	3	4	5	5	4	3	2	4	52
Ny	21	Perempuan	4	2	4	3	4	4	4	1	1	3	3	3	4	2	2	2	2	4	52
RN	22	Laki-laki	4	2	4	3	4	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	3	1	4	48

L. Verbatim Wawancara *Coping Stress* Subjek NH

VERBATIM HASIL WAWANCARA (*Coping Stress*)

SUBJEK NH

Wawancara ke-1

Nama Subjek : NH

Waktu : Tanggal 15 Juni 2023 Jam 16.30 – 17.05 wita

Alamat : Handil Bakti

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, terlebih dahulu ulun izin memperkenalkan diri. Ulun Nur Ashfia. Mahasiswa Psikologi Islam. Disini ulun izin bertanya terkait coping stress dengan menonton drama Korea, boleh ka?	Perkenalan
	S	Boleh sekali	
2	P	Apakah stress yang pian alami bisa mempengaruhi perilaku pian?	Menghindar
	S	Menurut ulun cukup mempengaruhi. Karena setiap kali stress itu membuat ulun mager dan malas beraktifitas	
3	P	Apa yang pian rasakan ketika mendapat masalah dalam penyusunan skripsi?	Menghindar
	S	Nah kaya ulun semalam tu ada di tahap buntu otak gasan melanjutkan skripsi dan kada tau skripsinya tu bisa dilanjut akan atau kada. Nah pas itu ulun stres banar sampai kada tau harus beapa. Jadi pas itu ulun banyak guring aja.	
4	P	Oh, jadi karena pas itu pian bingung jadi pian banyaki guring aja lah?	Menghindar
	S	Inggih	
5	P	Apa yang meolah pian berpikir sulit gasan ngerjai skripsi?	Menghindar
	S	Karena kada tapi memahami dengan jelas lawan skripsi ulun. Jadinya bingung lanjutnya. Mencari referensinya jua.	
6	P	Menurut pian hal apa yang memicu pian jadi stress?	Menghindar

	S	Pasti misal sudah buntu lawan apa yang lagi digawi. Itu pemicunya dulu. Lawan misal yang digawi ni kada sesuai lawan apa yang di harapkan	
7	P	Apakah masa pengerjaan skripsi ini mempengaruhi emosi pian?	Menghindar
	S	Sangat sekali, ulun merasa jadi banyak merenung bahkan waktu buntu itu sampai menangis. Karena sudah kada tau lagi cara melanjutkannya.	
8	P	Kegiatan apa yang pian lakukan ketika stress mengerjakan skripsi?	Menghindar
	S	Palingan beleha-leha, tidur, nonton drakor, mendangari lagu atau kada ke wadah kawan. Sekira kada merasa sorangan. Karena pas sorangan itu merasa stres.	
9	P	Apa yang pian rasakan ketika menjauhkan diri dari hal-hal yang meolah pian tertekan?	Membuat jarak
	S	Ulun merasa jadi lebih rileks. Dan beban pikiran tuh kaya seolah-olah sudah kededa.	
10	P	Apakah menonton drakor ini menjadi pilihan utama saat pian merasa stress mengerjakan skripsi?	Membuat Jarak
	S	Iya, benar sekali. Jadi pilihan utama dalam mengalihkan stres.	
11	P	Kapan biasanya pian menonton drama Korea?	Membuat Jarak
	S	Biasanya habis sudah tuntung menggawi skripsi. Karena kepala habis nyanyuk jadi ya harus di refreshing jua. Intinya bila stres nonton.	
12	P	Berapa lama durasi yang pian habiskan ketika drakoran?	Membuat Jarak
	S	Tergantung, kalau dramanya rami bisa habis sampai 3 jam atau bisa habis 1 series drama.	
13	P	Apa genre favorit anda?	
	S	Genre favorit saat ini comedy romance	
14	P	Mengapa pian lebih milih nonton drama Korea daripada mengerjai skripsi?	Membuat jarak
	S	Karena kadang ulun merasa kaya perlu space atau jeda gasan melanjuti skripsi. Jadi ada masanya jua perlu nonton drakor.	
15	P	Bagaimana pengaruh setelah pian menonton drama Korea? dan hal itu berdampak lah lawan pengerjaan skripsi pian?	Membuat jarak
	S	Tentu berpengaruh setidaknya otak jadi lebih rileks, terus bisa jadi penyemangat dan bisa jua timbul dapat inspirasi gasan melanjuti skripsi.	
16	P	Bagaiman pian membagi waktu supaya drakor ini kada menghambat pengerjaan skripsi pian?	Kontrol diri
	S	Nah ulun menerapkan sistem selang-seling kaytu. Contoh 2 jam ngerjakan skripsi, 1 jam nonton drama. Jadi kaya harus diatur waktunya masing-masing.	
17	P	Bagaimana cara pian mengontrol diri supaya tetap merasa nyaman walaupun lagi ada masalah?	Kontrol diri
	S	Mencoba menenangkan diri walaupun susah. Jadi pikiran bisa lebih jemih. Jadi otak ini kawa jalan gasan memikirakan kayapa caranya menyelesaikan masalah itu.	
18	P	Pernahkah pian merasa kada yakin atau kurang percaya dengan skripsi yang sedang pian garap?	Bertanggung jawab

	S	Wah itu sering. Sampai sekarang aja masih belum yakin dengan skripsi yang sedang dikerjakan. Bawaanya pokoknya takut salah	
19	S	Oh, jadi belum yakin seratus persen kalau yang dikerjakan itu benar ya?	
	P	Iya kaya masih meragukan dengan apa yang sudah ulun gawi itu.	
20	P	Lanjut, bagaimana pian mengatasi rasa kurang percaya diri dan kurang yakin nya tadi itu?	Bertanggung jawab
	S	Untuk saat ini lebih kaya diingatkan lagi diri sendiri terus menanamkan mindset, kalau saya bisa dan jangan selalu ragu. Terus yakin aja kalau dospem ulun menerima aja skripsi ulun.	
21	P	Bagaimana cara pian memaknai berbagai kesulitan yang dilalui selama masa pengerjaan skripsi?	Penilaian positif
	S	Lebih kaya mikir ini proses pendewasaan. Di waktu sulit seperti ini ulun bukan hanya dihadapkan untuk bisa lulus tepat waktu, tetapi juga mengingat tanggung jawab ulun sebagai mahasiswa dan jua kepercayaan dari orang tua yang sudah berusaha keras menguliahkan ulun.	
22	P	Nah apakah drakor ini bisa mempengaruhi mood pian, dan bagaimana jadi bisa mempengaruhi mood pian itu?	Penilaian positif
	S	Sama kaya di awal tadi iya berpengaruh. Tapi mempengaruhinya itu sehabis menonton drakornya itu. Karena pas nontonnya itu kan kaya ikut ketawa apalagi genre fav ulun tadi kan masuk comedy. Jadi merasa hilang beban aja.	
23	P	Bagaimana cara pian agar bisa selesai mengerjakan skripsi tepat waktu?	Penilaian positif
	S	Ulun menargetkan tenggatnya. Kaya tanggal seini sudah harus tuntung. Jadi cepat kada nunda-nunda hal itu. Lawan berusaha keras melawan rasa mager.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : NH

Waktu : Tanggal 19 Juni 2023 Jam 15.30 – 15.50 wita

Alamat : Handil Bakti

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Nah jadi di wawancara yang kedua ini akan menanyakan pertanyaan. Yang mana menurut ulun masih perlu diperdalam ulang. Boleh ka?	Pembukaan
	S	Iya boleh aja	
2	P	Jadi yang pertama. Apa yang pian rasakan ketika mendapat masalah dalam penyusunan skripsi?	Menghindar
	S	Hmm ulun semalam merasa kaya pusang ay karna bingung handak melanjutkannya kayapa. Terus sedih jua, bingung lah pokoknya. Jadinya bawaanya handak guring ay tarus.	
3	P	Inggih terus tu. Apa yang meolah pian berpikir sulit gasan ngerjai skripsi? Nah karna kan semalam jar pian nih kada tapi memahami dengan jelas	Menghindar

		skripsinya itu. Jadi selain itu mungkin ada lah yang meolah pian jadi berfikir sulit?	
	S	Paling kaya melawan rasa malas ni ay. Kaya mun sudah buntu tu kan koler. Jadi melawan rasa kolernya tuh yang ngalih. Jadi ke masalah diri sendiri jatuhnya.	
4	P	Lanjut, Apa yang pian rasakan ketika menjauhkan diri dari hal-hal yang meolah pian tertekan? Lebih spesifiknya kayapa yu perasaan pian pas itu?	Membuat jarak
	S	Kaya semalam yang ulun padahi. Kaya merasa lebih rileks, nyaman bistu beban pikiran kaya teangkat. Jadinya ulun kaya merasa bersemangat lagi ketu nah gasan menggawi skripsinya. Merasa nyaman tuh kan sekira sorang tu nyaman jua melanjutkannya.	
5	P	Apakah menonton drakor ini menjadi pilihan utama saat pian merasa stress mengerjakan skripsi?	Membuat jarak
	S	Inggih jadi pilihan utama. Karena selain mehibur jua lebih nyaman banar diakses. Kada perlu susah ke warnet. Carinya di tele, habistu gratis jua hiburannya. Wahini jua dramanya banyak yang rami, menarik. Jadinya merasa lebih enak nonton drakor tu nah gasan mengalihkan stres tuh.	
6	P	Selanjutnya, apa yang pian lakukan supaya terhindar dari permasalahan menyangkut skripsi?	Bertanggung jawab
	S	Paling ke wadah kawan betakun-takun. Becari refrensi, banyaki bimbingan jua. Sekira yang kemarin buntu tu bisalah teruraikan ketu permasalahannya.	

M. Verbatim Wawancara *Coping Stress* Subjek Y

VERBATIM HASIL WAWANCARA (*Coping Stress*)

SUBJEK Y

Wawancara ke-1

Nama Subjek : Y

Waktu : Tanggal 17 Juni 2023 Jam 17.30 – 18.00 wita

Alamat : Pekapuran raya

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, ulun izin memperkenalkan diri. Ulun Nur Ashfia. Mahasiswa Psikologi Islam. Disini ulun izin menanyakan beberapa pertanyaan terkait drama korea sebagai coping stress, apakah pian bersedia?	Perkenalan
	S	Iya, bersedia	
2	P	Pertanyaan pertama, Apakah stres yang pian alami, mempengaruhi perilaku pian?	Menghindar
	S	Iya, saat stres itu ulun jadi kaya koler malas gasan berkegiatan apapun. Apalagi menggawi tugas kampus.	
3	P	Apa yang pian rasakan ketika mendapat masalah dalam penyusunan skripsi?	Menghindar
	S	Hmm, ulun jadi gelisah tertekan, terus pas menggawi skripsinya itu merasa dikejar waktu. Jadi niatnya tu ada cuman perasaan ni kaya kada nyaman banar pas menggawi tu kada fokus.	Menghindar
4	P	Apa yang meolah pian berpikir sulit gasan ngerjai skripsi?	Menghindar
	S	Yang pertama karna referensinya itu sulit dicari, terus kurang paham topik pembahasan didalam skripsi ulun. Sama menentui teori yang pas dan relevan dengan skripsi yang diangkat.	
5	P	Menurut pian hal apa yang memicu rasa stres?	Menghindar
	S	Hmm yang bisa meolah ulun stres itu karna mendapat tekanan dari orang tua agar bisa lulus cepat. Terus susah bagi waktu yang mana itu jadi ngaruh ke tugas-tugas kampus dan bisa jadi terbengkalai dan menumpuk.	
6	P	Apakah masa pengerjaan skripsi ini mempengaruhi emosi pian?	Menghindar
	S	Iya sangat mempengaruhi. Karena pas apa yang digawi itu lancar dan sesuai ekspektasi pasti sorang jadi senang jua. Tapi misal yang digawi ini salah pasti jadi sedih terus kaya bisa linglung pusang sorangan.	
7	P	Kegiatan apa yang pian lakukan ketika stress mengerjakan skripsi?	Menghindar
	S	Biasanya nonton drakor, atau nonton youtube, atau kumpulan lawan kawanan. Bisa jua rekreasi ketempat- tempat wisata alam kaya pantai.	

8	P	Apa yang pian rasakan ketika menjauhkan diri dari hal-hal yang meolah pian tertekan?	Membuat jarak
	S	Jadi lebih tenang ya walaupun setumat aja. Sementara kaytu lah.	
9	P	Apakah menonton drakor ini menjadi pilihan utama saat pian merasa stress mengerjakan skripsi?	Membuat jarak
	S	Iya jadi pilihan pertama. Karena cuman modal kuota aja jua lawan hp pang. Terus jua kan pas nontonnya jadi senang, stres jadi berkurang. Kawa sambil uring-uringan.	
10	P	Kapan biasanya pian menonton drama Korea?	Membuat jarak
	S	Biasanya malam pang habis tuntung deadline menggawi skripsi.	
11	P	Berapa lama durasi yang pian habiskan gasan nonton drama?	Membuat jarak
	S	Itu biasanya kurang lebih 3 jam pang.	
12	P	Apa genre favorit anda?	Membuat jarak
	S	Action, romance, kerajaan, kedokteran, hukum	
13	P	Mengapa pian lebih milih nonton drama Korea daripada mengerjakan skripsi?	Membuat jarak
	S	Karena pas nonton drama korea itu kada perlu mikir tinggal nonton aja. Sedangkan ngerjai skripsi ya harus nguras otak.	
14	P	Bagaimana pengaruh setelah pian menonton drama Korea? dan hal itu berdampak lah lawan pengerjaan skripsi pian	Membuat jarak
	S	Setelah nonton drakor perasaan jadi lebih baik. Rasa tertekan jadi sedikit hilang. Jadi berdampak ke skripsiya itu lebih kaya ke pembawaan menggawinya itu rasa ada semangatnya.	
15	P	Bagaiman pian membagi waktu supaya drakor ini kada menghambat pengerjaan skripsi pian?	Kontrol diri
	S	Ulun nonton drakornya itu iya pas sudah tuntung menggawi deadline skripsi. Jadi harus di selesai dulu hanyar boleh nonton.	
16	P	Bagaimana cara pian mengontrol diri supaya tetap merasa nyaman walaupun lagi ada masalah?	Kontrol diri
	S	Itu menyakinkan diri, positif thingking jua bahwa mampu aja masalahnya ni dilalui.	
17	P	Pernahkah pian merasa kada yakin atau kurang percaya dengan skripsi yang sedang pian garap?	Bertanggung jawab
	S	Pernah, sering. Karena kada yakin lawan apa yang lagi digawi nih terus jua takutan dapat revisi banyak.	
18	P	Bagaimana pian mengatasi rasa kurang percaya diri dan kurang yakin nya tadi itu?	Bertanggung jawab
	S	Tetap mengerjakannya sebisanya. Walaupun salah yang penting ada dah menggawi. Karena ya itu pang sudah usahanya.	
19	P	Bagaimana cara pian memaknai berbagai kesulitan yang dilalui selama masa pengerjaan skripsi?	Penilaian positif
	S	Bagi ulun kesulitan yang dihadapi saat skripsian ini pasti dan jua di hadapi oleh orang lain. Jadi orang lain aja mampu melwatinya, ulun jua pasti kawa.	

20	P	Apakah drakor ini bisa mempengaruhi mood pian, dan bagaimana jadi bisa mempengaruhi mood pian itu?	Penilaian positif
	S	Ya berpengaruh ay. Karna pas nontonnya itu jadi hanyut sorangan, tempat jua misal dramanya lucu ya tetawa misal sedih ya nangis. Intinya drakor ni mehibur.	
21	P	Bagaimana cara pian agar bisa selesai mengerjakan skripsi tepat waktu?	Penilaian positif
	S	Ulun ngerjainya itu setiap hari, intinya sehari tuh ada ja yang digawi. Atau bisa jua nakuni kawan yang sudah jadi sorang tahu dan kada salah.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : Y

Waktu : Tanggal 21 Juni 2023 Jam 17.30 – 17.45 wita

Alamat : Pekapuran raya

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, jadi di wawancara ke 2 ini ulun akan menanyakan beberapa pertanyaan yang semalam masih belum terjawab, boleh ka?	Perkenalan
	S	Inggih, boleh.	
2	P	Pertanyaan pertama, Apakah stres yang pian alami, mempengaruhi perilaku pian? Nah pian semalam menjawab kaya stres jadi koler menggawi kegiatan apapun. Nah itu lebih detailnya kayapa ka?	Menghindar
	S	Nah jadi biasanya ulun tu bila stres koler segala macam jadi kaya handak berabah ja tarus kada menggawi tugas apa-apa. Habistu misalnya nih ada jadwal esok nih misalnya konsul. Gara-gara stres banyak pikiran tadi lo malah mengurungkan niat. Malah kada jadi konsul esoknya. Habistu uring-uringan jua itu tadi.	
3	P	Apa yang pian rasakan ketika menjauhkan diri dari hal-hal yang meolah pian tertekan?	Membuat jarak
	S	Yang pastinya jadi lebih tenang, tapi kan itu cuman sementara. Nah biasanya ulun merasa risau yang ada di diri ini jadi lebih berkurang kemudian hmm ulun merasa diri ini. Jadi rasa lebih punya waktu untuk mengistirahatkan diri.	
4	P	Kapan biasanya pian nonton drakor? Kan semalam pian nyambat pas pian malam tu tuntung gawi tugas, itu tuh spesifiknya pas pian dalam kondisi apa ka?	Membuat jarak
	S	Ulun semalam jadi nyambat imbah tuntung menggawi tugas karna apa. Karena biasanya banyak banar tugas seharian ni jadi otak atau kepala ni sudah betumpuk banyak banar masalah. Jadi dengan nonton drakor ni bisa berkurang lah masalahnya. Jadi istilahnya kaya pas waktu stres, ada waktu luang. Tapi yang utama waktu sorang rasa stres pang.	

5	P	Nah jadi misal pian ni kada nonton drakor pas lagi stres skripsian tu. Itu pian merasa ada yang kurang atau biasa aja? Itu suatu kebutuhan kah atau kada bagi pian?	Membuat jarak
	S	Itu termasuk. Soalnya itu kegiatan yang pertama kali ulun pikirkan waktu lagi stres tadi jadi sudah kaya kebutuhan bagi ulun.	

N. Verbatim Wawancara *Coping Stress* Subjek A

VERBATIM HASIL WAWANCARA (*Coping Stress*)

SUBJEK A

Wawancara ke-1

Nama Subjek : A

Waktu : Tanggal 16 Juni 2023 Jam 17.00 – 17.30 wita

Alamat : Basirih

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, terlebih dahulu ulun izin memperkenalkan diri. Ulun Nur Ashfia. Mahasiswa Psikologi Islam. Disini ulun izin bertanya ke pian terkait coping stress dengan menonton drama Korea, boleh ka?	Perkenalan
	S	Boleh aja	
2	P	Apakah stress yang pian alami bisa mempengaruhi perilaku pian?	Menghindar
	S	Masuk mempengaruhi. Karena misal stres apa yang dilakukan jadi kaya mumet dikepala, kurang bersemangat, terus jadi koler beapa-apa bahkan sampai ketahap malas berinteraksi lawan siapa-siapa.	
3	P	Apa yang pian rasakan ketika mendapat masalah dalam penyusunan skripsi?	Menghindar
	S	Bosan, pusing dan pikiran jadi rumit.	
4	P	Apa yang meolah pian berpikir sulit gasan ngerjai skripsi?	Menghindar
	S	Seperti jawaban sebelumnya stres, bosan suntuk jadi kada bisa berfikir.	
5	P	Menurut pian hal apa yang memicu pian jadi stress?	Menghindar
	S	Banyak faktornya pang. Tapi kebanyakan gara-gara menanggapi perkataan orang lain. Overthingking lah bahasanya.	
6	P	Apakah masa pengerjaan skripsi ini mempengaruhi emosi pian?	Menghindar
	S	Iya pasti. Skripsi ini dibaca aja kaya sudah kededa tenaganya.	
7	P	Kegiatan apa yang pian lakukan ketika stress mengerjakan skripsi?	Menghindar

	S	Hal-hal yang bisa meolah mood baik. Misal nonton drakor, makan-makan, jalan-jalan, keluar rumah. Tapi yang paling sering dilakukan nonton drakor, karena di aksesnya gampang kawa sambil uring-uringan dikamar.	
8	P	Apa yang pian rasakan ketika menjauhkan diri dari hal-hal yang meolah pian tertekan?	Membuat jarak
	S	Tenang dan merasa tidak memiliki beban pikiran apa-apa. Hidup berasa plong. Karena merasa lebih rileks, santai ketu-ketu pang. Intinya sorang nih jadi kada kepikiran lagi walaupun teingati sedikit. Tapi plong sementara waktu.	
9	P	Apakah menonton drakor ini menjadi pilihan utama saat pian merasa stress mengerjakan skripsi?	Membuat Jarak
	S	Iya sangat utama dari yang lain.	
10	P	Kapan biasanya pian menonton drama Korea?	Membuat Jarak
	S	Kada nentu. Tapi yang pasti mun rasa stres itu langsung nonton, atau pas lagi kededa yang digawi. Ada ja mood gasan nonton drakor tu tarus.	
11	P	Berapa lama durasi yang pian habiskan ketika drakoran?	Membuat Jarak
	S	Hmm, berjam-jam. Mungkin sekitar 4-5 jam. Nah itu berarti sama kaya 4 episode karna ulun nontonnya tu kada si skip-skip ya lanjut tarus lah. Tekananya tu kada begarak lagi pang alias pw.	
12	P	Apa genre favorit anda?	
	S	Action, romance dan comedy. Kalo action tu kaya wahh kan biasanya cinematic nya ku tuh keren kaya beafort. Mun romance tuh kaya baper habistu jarang ada masalahnya. Nah comedy ni ya full ketawa lah. Tapi mun disuruh milih kayanya romace-comedy pang itu pas pang dah.	
13	P	Mengapa pian lebih milih nonton drama Korea daripada mengerjakan skripsi?	Membuat jarak
	S	Karena drakor meolah senang. Dan melupakan pikiran-pikiran yang lain. Sedangkan skripsi ni rasa temuntah-muntah sudah menggawinya. Apalagi kan skripsi ni full tulisan. Karna ya menggawinya tu kada gegampangan pang.	
14	P	Bagaimana pengaruh setelah pian menonton drama Korea? dan hal itu berdampak lah lawan pengerjaan skripsi pian?	Membuat jarak
	S	Berdampak, jadi meolah mood lebih baik dan bisa bepikir gasan mengerjakannya.	
15	P	Bagaiman pian membagi waktu supaya drakor ini kada menghambat pengerjaan skripsi pian?	Kontrol diri
	S	Ini sejujurnya masi bingung pang. Tapi ya meingati diri aja oh kasi gawi skripsi, jadi ya diingati aja diri sorang sekira kada bablas.	
16	P	Bagaimana cara pian mengontrol diri supaya tetap merasa nyaman walaupun lagi ada masalah?	Kontrol diri
	S	Nonton drama tuh pang dah, biar kawa melupakan hal ketuan lawan kawa bejauh dari masalah gasan sementara waktu.	

17	P	Pernahkah pian merasa kada yakin atau kurang percaya dengan skripsi yang sedang pian garap?	Bertanggung jawab
	S	Sangat sangat sering hahaha. Karena ya ragu tadih ini bujur kah kada yo. Atau kaya bingung alur yang digawi ni kayapa. Gair salah kada handak merombak ulang.	
18	P	Lanjut, bagaimana pian mengatasi rasa kurang percaya diri dan kurang yakin nya tadi itu?	Bertanggung jawab
	S	Bersikap bodo amat dan yakin-yakin aja bisa dilalui. Intinya ngeluh dahulu habis tu kaya ayuja bisa ja. Kawa aja sorang ni yang penting sudah berusaha.	
19	P	Bagaimana cara pian memaknai berbagai kesulitan yang dilalui selama masa pengerjaan skripsi?	Penilaian positif
	S	Kaya apa yu. Hmm mungkin kaya ini pang dah jalannya, masih ada yang ngalih pada sorang. Kaya pada masanya ini ni telewati aja ini pang jadi kawa belajar ketu nah dari kesalahan-kesalahan yang dilewati pas skripsi ni.	
20	P	Nah apakah drakor ini bisa mempengaruhi mood pian, dan bagaimana jadi bisa mempengaruhi mood pian itu?	Penilaian positif
	S	Sangat berpengaruh pang. Kaya misal nonton drakor ni kada tau lah mungkin orang jua merasakan kaya ulun pasti mood nya jadi baik, bawaanya happy pas nonton tu, kada tapi sensi lagi kaya sebelum nonton. Jadi better lah.	
21	P	Bagaimana cara pian agar bisa selesai mengerjakan skripsi tepat waktu?	Penilaian positif
	S	Ya mau kada mau digawi walau ngeluh. Intinya kada lawa tegana habis tu begemetan aja digawi, intinya sorang ni jangan yang diabaikan banar masalah skripsian. Memaksa diri ay gasan digawi tarus jadi lakas jua lulus.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : A

Waktu : Tanggal 21 Juni 2023 Jam 15.00 – 15.15 wita

Alamat : Basirih

No	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, jadi di wawancara ke 2 ini ulun akan menanyakan beberapa pertanyaan yang semalam masih belum terjawab, boleh ka?	Perkenalan
	S	Inggih boleh aja ka.	
2	P	Apa yang pian rasakan ketika mendapat masalah dalam penyusunan skripsi?	Menghindar
	S	Pusang kaya kada tenang pang pikiran tu. Jadi kada nyaman bawaannya. Jadi handak guring pokoknya asa handak menjauh dari masalahnya tu.	
3	P	Apa yang meolah pian berpikir sulit gasan ngerjai skripsi?	Menghindar

	S	Dari ulunya mungkin ngalih mengumpuli niatnya. Belum revisinya banyak banar, belum lagi risetnya ribet, izin sana sini. Meatur waktunya jua kaya nya itu pang lah yang meolah nyanyuk kepala.	
4	P	Apakah masa pengerjaan skripsi ini mempengaruhi emosi pian?	Menghindar
	S	Mempengaruhi banar. Karena bawaannya sensian mun ditakuni orang. Apalagi banyak yang nakuni bebila lulus skripsi itu lalu ja pusang.	
5	P	Apakah menonton drakor ini menjadi pilihan utama saat pian merasa stress mengerjakan skripsi?	Membuat jarak
	S	Iya jadi pilihan utama. Karena merasa nyaman dan nyaman aja jua lo diakses. Gampang aja lah kada makan biaya yang banyak jua.	
6	P	Bagaimana pengaruh setelah pian menonton drama Korea? dan hal itu berdampak lah lawan pengerjaan skripsi pian?	Membuat jarak
	S	Intinya jadi lebih baik. Mun dampaknya ada. Karena drakoran tu zona aman ulun. Jadi imbahnya dapat motivasi, niat gasan lanjut revisian. Healing jua lo jadi nyaman jua bepikir sorang nih. Kadang tuh malah jadi reward pang, jadi lho misal tuntung nih menggawi revisian bab 3 lho, pas tuh rewardnya ke diri ulun tuh yaa bisa nonton berapa misal 3 episode ketu nah, tapi ya itu pang mun nonton nih kadang kada ingat waktu jadi bisa kededa beinteraksi lalu lawan urang.	

o. Verbatim Wawancara Drama Korea Subjek NH

VERBATIM HASIL WAWANCARA (DRAMA KOREA)

SUBJEK NH

Wawancara ke-1

Nama Subjek : NH

Waktu : Tanggal 15 Juni 2023 Jam 17.05 – 17.20 wita

Alamat : Handil Bakti

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Baik, selanjutnya beralih ke pertanyaan yang akan fokus terkait drama Korea. Kenapa pian memilih drama Korea dibandingkan drama lain sebagai tontonan?	Hiburan
	S	Alasannya mungkin karena ulun dari dulu-dulu sudah ketuju drama Korea. Jadi minat nya tuh ya tertuju ke drakor aja kada tapi meumpati drama lain. Alur dramanya jua rapih. Dan episodenya kada terlalu banyak jadi bisa aja dikejar setiap minggu.	
2	P	Baik, apa yang pian rasakan dan pikirkan selama dan sehabis menonton drama Korea?	Hiburan
	S	Selama menonton drama ulun merasa terhibur dan bersemangat untuk menonton dari satu episode ke episode berikutnya. Habis nya itu suasana hati kaya jadi lebih baik, terus tu jua mengobati rasa bosan karena sebelumnya bingung handak beapa.	
3	P	Baik, kita lanjut. Bagaiman pian dan teman biasanya membicarakan drama Korea?	Sosialisasi
	S	Ulun dan kawan ulun kebanyakan membahas drakor yang lagi hits dan banyak direkomendasikan orang lain.	
4	P	Oh inggih, apakah ada teman pian yang sangat anti terhadap drama Korea, dan bagaimana pian menyikapinya?	Sosialisasi
	S	Beberapa ada pang yang pina anti banar kaytu. Terutama buan lakian. Tapi ulun berfikir tiap orang tuh bisi pendapat masing-masing, dan ketuju hal yang berbeda-beda jua.	
5	P	Baik, apakah dampak bagi pian dan pertemanan pian setelah menonton drakor?	Sosialisasi
	S	Jadi semacam lebih terikat, ya karena masih saling komunikasi atau kada lost contact. Dikarenakan sama-sama ketuju drakor jadi nya ada ja tarus topik yang dibahas.	
6	P	Jadi memang ada dampak baik lah bagi pertemanan pian?	
	S	Iya jadi kada kehabisan topik	
7	P	Baik, hal apa yang pian dapatkan ketika menonton drama Korea?	Pembelajaran

	S	Banyak hal yang bisa ulun dapatkan, kaya secara kada langsung mengenal budaya Korea, mengenal bahasanya, tau adat sopan santunnya dari scene drama Koreanya tu.	
8	P	Selanjutnya, apakah pian pernah tertarik untuk mempelajari bahasa Korea?	Pembelajaran
	S	Iya pernah tertarik gasan belajar. Tapi untuk mempelajari lebih dalam untuk saat ini belum ada pang	
9	P	Baik, dalam satu bulan berapa banyak series drama Korea yang biasa pian habiskan?	
	S	Kalau dalam satu bulan kemungkinan bisa sampai 3-4 drama. Tergantung dramanya rami kah kada.	
10	P	Berarti dalam satu bulan tuh pasti ada nonton lah?	
	S	Iya, minimal satu series drama.	
11	P	Selanjutnya, apa alasan yang membuat pian ingin menonton drama Korea?	Pelarian
	S	Alasannya karena drakor nih genre nya lebih ringan lawan masih masuk di akal. Apalagi pas masa skripsian ni buntu otak. Jadi perlu banar tontonan yang ringan-ringan gasan ditonton. Setidaknya kawa lah gasan pengalihan rasa stres.	
12	P	Inggih, menurut pian apakah ada hubungan dari stres. pengerjaan skripsi dengan intensitas pian dalam menonton drama Korea? Maksudnya disini intensitas tu waktu yang pian habiskan menonton drakor tu ada lah hubungannya lawan pengerjaan skripsi pian?	Pelarian
	S	Iya jelas ada hubungannya. Semakin intens mengerjakan skripsi, maka intensitas ulun menonton drama Korea jua meningkat.	
13	P	Baik mungkin itu aja beberapa pertanyaan yang ulun tanyakan lawan pian, sekali lagi terimakasih banyak atas jawaban dan waktu yang sudah pian luangkan. Hati-hati dijalan ya.	Penutup
	S	Iya sama-sama.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : NH

Waktu : Tanggal 19 Juni 2023 Jam 15.50 – 16.00 wita

Alamat : Handil Bakti

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Jadi bagaimana pian dan teman biasanya membicarakan drama Korea?	Sosialisasi
	S	Ya kaya misalnya memadahi oh drama ini rami, jadi kaya misal memanderakan drakor tuh vibes positif ketu happy karena saling rekomendasi judul jua.	
2	P	Nah semalam kan madahi kalo intensitas pian nonton drakor itu mempengaruhi jua lawan stres	Pelarian

		pengerjaan skripsi. Berarti kalo stres itu pian selingi lawan nonton drakor kah?	
	S	Iya semisal nih ulun mengerjakan skripsi, stres lo. Jadi habis tuh nonton drakor dulu sekira kepala ni kawa behinak jua ketu nah.	
3	P	Berati ada waktunya gasan mengerjakan skripsi, dan ada waktunya jua gasan menonton drakor lah?	
	S	Iya, masing-masing memiliki waktunya tersendiri.	
4	P	Berarti drama Korea ini memiliki dampak yang baik atau buruk dalam pengerjaan skripsi pian?	
	S	Kalau bagi ulun memiliki dampak yang baik pang. Karena dalam segi cerita mampu, menghibur, membuat tenang jua dan mampu melepas rasa penat dalam pengerjaan skripsi	

P. Verbatim Wawancara Drama Korea Subjek Y

VERBATIM HASIL WAWANCARA (DRAMA KOREA) SUBJEK Y

Wawancara ke-1

Nama Subjek : Y

Waktu : Tanggal 17 Juni 2023 Jam 18.00 – 18.20 wita

Alamat : Pekapuran raya

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Baik, selanjutnya beralih ke pertanyaan yang akan fokus terkait drama Korea. Kenapa pian memilih drama Korea dibandingkan drama lain sebagai tontonan?	Hiburan
	S	Alasan pertama ulun memilih drakor sebagai tontonan daripada yang lain, jujur karena visual dari para aktor koreanya itu mendukung. Habis itu alurnya menarik, semisal dibandingkan aja lawan sinetron indonesia itu endingnya pasti bisa ditebak sedangkan drama korea endingnya plot twist. Terus tu jua karena episodenya masih kawa diumpati aja.	
2	P	Baik, apa yang pian rasakan dan pikirkan selama dan sehabis menonton drama Korea?	Hiburan
	S	Merasa enjoy, lupa masalah yang lagi dihadapi walaupun efeknya sementara aja. Karena pas nonton drakor ya fokusnya ke tontonan itu pang lah. Kalo sesudah menonton drakor jadi lebih tenang, merasa terhibur dan bagi ulun sendiri drakor ini jadi suatu self reward sehabis ulun menggawi skripsi.	
3	P	Baik, kita lanjut. Bagaimana pian dan teman biasanya membicarakan drama Korea?	Sosialisasi
	S	Ulun membicarakannya ke kawan yang sefrekuensi. Jadi biasanya ya memanderi drakor yang lagi viral atau banyak ditonton orang. Habis tuh kaya membari spoiler dari drama yang dibahas itu.	
4	P	Oh inggih, apakah ada teman pian yang sangat anti terhadap drama Korea, dan bagaimana pian menyikapinya?	Sosialisasi
	S	Sejauh ini kededa.	
5	P	Baik, apakah dampak bagi pian dan pertemanan pian setelah menonton drakor?	Sosialisasi
	S	Dampaknya kaya jadi tau oh si ini ketuju drakor jua. Jadi kaya dapat relasi hanyar. Habis itu saling madahi judul drakor yang lagi rami, dan harus banar ditonton	

6	P	Baik, hal apa yang pian dapatkan ketika menonton drama Korea?	Pembelajaran
	S	Bisa dapat pengetahuan baru. Kaya waktu ulun nonton drama genre kerajaan, nah drama jenis kaytu biasanya mengisahkan tentang sejarah terdahulu kerajaan korea. Salah satunya aja drakor “red sleeve”. Ambil contoh lain misalnya apa yu kaya drakor yang lagi on going ini “Dr. romantic”, dari situ ulun tau mun sebelum operasi itu ada anestesinya.	
7	P	Selanjutnya, apakah pian pernah tertarik untuk mempelajari bahasa Korea?	Pembelajaran
	S	Pernah, pasti. Sekira pas nonton kada perlu lagi pakai subtitle. Tapi itu sekedar keinginan aja itu. Tapi mun kosa kata harian ketu ulun ngerti aja beberapa.	
8	P	Selanjutnya, apa alasan yang membuat pian ingin menonton drama Korea?	Pelarian
	S	Alasannya jadi bisa kada tapi meingati beban yang lagi menumpuk dikepala. Terus tu mengurangi stres skripsi, ya bisa jadi mood swing jua. Lawan jua kan wahini drakor ni sudah kaya jadi hal yang umum tu, jadi kaya pas ulun ni handak nonton drakor tu ya nyaman aja dimanamana kawa mencarinya. Kenapa tadi nyambat mood swing karna sudah jadi pengendali suasana hati yang bisa meolah naik dan turun semisal sad ending atau alurnya kada sesuai lawan yang ulun handaki. Jadi berpengaruh banar gasan ulun semisal apa-apa ya larinya ke drakor.	
9	P	Inggih, menurut pian apakah ada hubungan dari stres pengerjaan skripsi dengan intensitas pian dalam menonton drama Korea?	Pelarian
	S	Menurut ulun ada hubungannya. Misal stres menggawi skripsi ya jadi kepikiran habis itu gasan nonton drakor. Jadi ulun gawi dulu skripsi mbahnya ya bisa marathon sampai 3 episode drama, itu kira-kira 3 jam. Jadi menurut ulun ada pengaruhnya.	
10	P	Mungkin itu aja beberapa pertanyaan yang ingin ulun tanyakan. Makasih atas kesediaan waktu dan jawaban pian.	Penutup
	S	Iya, sama-sama.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : Y

Waktu : Tanggal 17 Juni 2023 Jam 17.45 – 17.55 wita

Alamat : Pekapuran raya

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, jadi di wawancara yang ke 2 ini ulun akan menanyakan beberapa pertanyaan yang semalam masih belum dirasa cukup, boleh ja lah ka?	Perkenalan
	S	Waalaikumsalam, inggih boleh ja	
2	P	Izin mengulangi, nah kan semalam pian bepadah amun kawanian pian kededa yang anti lawan drakor. Kalau orang ruman pang ka atau lingkungan sekitar pian bagaimana responnya dan kayapa pian menyikapinya?	Sosialisasi
	S	Nah amun orang rumah ada. Mama ulun terutama itu kada suka ulun nonton drakor. Olehnya kenapa, ya gegara ulun ni mun nonton drakor ni bisa nyanyat. Bisa sejam dua jam tiga jam, itu jadi meolah gawian dirumah kada tegawi, lambat. Jadi gasan mengatasinya handak guring, pas malam waktu tuntung begawian hanyar nonton drakor. Jadi sidin kada bemamai. Ini waktu ulun dirumah ja pang ka ay kayni. Mun tanggapannya ya biasa aja pang olehnya dasar ketuju jadi ya sudah didangari aja.	
3	P	Nah jadi ulun tarik kesimpulan kan pian nih ya kegiatan drakor ni sudah jadi rutinitas pian lo. Jadi drama Korea ini memiliki dampak yang baik atau buruk dalam pengerjaan skripsi pian?	
	S	Yang jelas berdampak baik untuk pengerjaan skripsi. Karena bisa jadi penyemangat jua karena misal sudah tuntung ngerjai skripsi kawa bebas nonton drakor.	
4	P	Inggih mungkin itu aja beberapa pertanyaan tentang coping stress lawan drakor yang handak ulun takuni hari ini. Makasih banyak atas waktunya ka.	Penutup
	S	Inggih sama-sama ka.	

Q. Verbatim Wawancara Terkait Drama Korea

VERBATIM HASIL WAWANCARA (DRAMA KOREA)

SUBJEK A

Wawancara ke-1

Nama Subjek : A

Waktu : Tanggal 16 Juni 2023 Jam 17.30 – 17.45 wita

Alamat : Basirih

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Baik, selanjutnya beralih ke pertanyaan yang akan fokus terkait drama Korea. Kenapa pian memilih drama Korea dibandingkan drama lain sebagai tontonan?	Hiburan
	S	Karena drakor ini bahasanya masi masuk aja ketelinga. Jadi pas nontonnya merasa nyaman aja dan kada risih. Mun dari ulun pribadi faktor lainnya, semisal ada aktor dan idol favorit yang jadi pameran dalam dramanya itu, ulun jua jadi makin semangat jua.	
2	P	Baik, berarti pian semangat gasan nonton dramanya itu jua dipengaruhi karena pameranya itu idol yang pian ketujui ketu kah ka?	
	S	Iya, karena yang main idol favorit jadi merasa harus banar nonton dramanya itu.	
3	P	Baik, apa yang pian rasakan dan pikirkan selama dan sehabis menonton drama Korea?	Hiburan
	S	Selama menonton ulun merasa happy dan enjoy karena pas nontonnya itu terlarut dengan cerita dramanya. Setelah menonton drama Korea tentunya ulun merasa lebih baik dan mempunyai sedikit keinginan untuk berkegiatan karena sudah memiliki motivasi sehabis menonton drama Korea.	
4	P	Baik, kita lanjut. Bagaiman pian dan teman biasanya membicarakan drama Korea?	Sosialisasi
	S	Pertama menanyakan dulu lawan kawan, apakah sudah menonton drama tersebut apa belom. Jadi dari sana topik pembicaraan drama korea akan berlanjut.	
5	P	Oh inggih, apakah ada teman pian yang sangat anti terhadap drama Korea, dan bagaimana pian menyikapinya?	Sosialisasi
	S	Oh ada banyak, menghadapinya dengan cara santai aja, acuh tak acuh karena mereka tidak akan memiliki niatan untuk mengerti kegiatan drakor yang ulun suka.	
6	P	Baik, apakah dampak bagi pian dan pertemanan pian setelah menonton drakor?	Sosialisasi

	S	Dampak nya mengarah ke hal yang baik. Misalnya jadi punya topik tetap semisal ketemu atau sekedar chattingan. Saling rekomenadasi	
7	P	Baik, hal apa yang pian dapatkan ketika menonton drama Korea?	Pembelajaran
	S	Misalnya aja dalam hal fashion. Nah karena sekarang fashion korea itu jadi sorotan jadi pas nontonnya itu jadi secara kada langsung belajar. Apalagi yu mungkin jadi sedikit lebih tau kultur budaya sana.	
8	P	Selanjutnya, apakah pian pernah tertarik untuk mempelajari bahasa Korea?	Pembelajaran
	S	Pernah pang. Tapi untuk yang mendalami lebih ketu mungkin kada karena kosa katanya banyak habis itu jua lumayan sulit.	
9	P	Baik, dalam satu bulan berapa banyak series drama Korea yang biasa pian habiskan?	
	S	Biasanya bisa dari 3 sampai 4 drama. Tapi semisal merasa sumpek banar bisa marathon sampai 6 drama.	
10	P	Selanjutnya, apa alasan yang membuat pian ingin menonton drama Korea?	Pelarian
	S	Alasannya karena drakor ini alurnya yang menarik pokoknya beda dari yang lain. Terus jua drakor ini lebih mudah dipahami. Terkhusus drakor yang lagi on going nah itu jadi kaya ada perasaan excited mehadangi episodenya itu rilis pulang. Intinya mun rasa suntuk ya nonton drakor sekira otak ni kada tapi tegang banar lah bahasanya.	
11	P	Inggih, menurut pian apakah ada hubungan dari stres. pengerjaan skripsi dengan intensitas pian dalam menonton drama Korea?	Pelarian
	S	Tentunya sangat ada hubungannya. Misal stress jadi kaya langsung handak nonton drakor jadi keinginan nontonnya tinggi. Drakor ini bagi ulun mehilangi rasa nyut-nyutan kepala dapatnya tugas skripsi. Jadi habis nonton itu jadi lebih berkurang lah stresnya.	
12	P	Berarti ini misal pian nonton drama itu skripsinya tetap dilanjuti lo ka?	
	S	Iya, dilanjuti. Kada yang sampai diganakan banar.	
13	P	Mungkin itu saja beberapa pertanyaan yang ulun ajukan. Terimakasih atas kesediaan waktu pian dan jawaban yang telah disampaikan.	Penutup
	S	Iya, sama-sama.	

Wawancara ke-2

Nama Subjek : A

Waktu : Tanggal 21 Juni 2023 Jam 15.15-15.30 wita

Alamat : Basirih

Baris	Pelaku	Pertanyaan	Tema
1	P	Assalamualaikum ka, jadi di wawancara ke 2 ini ulun akan menanyakan beberapa pertanyaan terkait drakor yang masi perlu ulun tanyakan lebih dalam di wawancara kedua ini, boleh aja lah?	Perkenalan
	S	Inggih boleh aja.	
2	P	Kenapa pian memilih drama Korea dibandingkan drama lain sebagai tontonan? Nah pian semalam nyambat karna nyaman aja masuk ketelinga lo, jadi mun drama lain tu kada nyaman kah bagi piannya?	Hiburan
	S	Hooh, karena yang nyaman dipahami itu drakor aja gasan ulun. Pernah mencoba sekali lain nonton drakor tapi kada cocok kaytu kada suka. Lawan kededa yang diketujui kededa idol favorit jadi nontonnya tu biasa aja kada bersemangat.	
3	P	Berarti drama Korea ini memiliki dampak yang baik atau buruk dalam pengerjaan skripsi pian?	
	S	Menurut ulun berdampak ke yang baik aja. Pertama ya kisahnya menghibur, terus ya jadi kegiatan yang kawa dilakukan dalam mehilangi stres dan ampuh menaiki mood menggawi skripsi. Mungkin kurang lebih kayaitu ka ai.	
4	P	Tapi drakor ni pian sebut sebagai self reward kah, healing dari stress atau sekedar kegiatan yang pada umumnya aja ka?	Pelarian
	S	Bagi ulun mencakup semuanya. Tapi yang utama banar healing pang ka ay karna dasar berasa banar lo plong nya mun nonton kaya aku ni lagi kada handak tapi mikiri yang berat-berat jadi pas nonton drakor tu plong hati. Kaya yang jar ulung semalam pang ka.	
5	P	Mungkin itu aja pertanyaan yang perlu ulun takuni lebih lanjut dihari ini, makasih banyak atas waktu dan jawabannya ka.	Penutup
	S	Inggih sama-sama	

R. Surat Keterangan Submit Jurnal



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; Faksimili (0511) 3254344;
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 2369/Un.14/III.3/PP.00.9/07/2023

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : ***"Drama Korea Sebagai Strategi Coping Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin"***
Nama Penulis : **Nur Ashfia**
NIM : 190103040406
Program Studi : Psikologi Islam

telah *submitted* dan akan diterbitkan oleh Jurnal Ilmiah Psyche (<https://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalpsyche/login/signIn>)

Demikian Surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 13 Juli 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam
Sekretaris,



M. Usfichin, M.A

Jurnal

Drama Korea Sebagai Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di UIN Antasari Banjarmasin

Mulyani, Imadduddin, Nur Ashfia

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

nurashfia28@gmail.com

ABSTRAK

Drama korea adalah salah satu dari drama yang sedang naik daun dikalangan Mahasiswa, biasanya mereka menonton drama korea sebagai salah satu refreshing ketika telah selesai mengerjakan tugas. Adapun salah satu kewajiban dari mahasiswa akhir adalah skripsi yang menjadi syarat untuk menyelesaikan perkuliahan dan untuk memperoleh gelar sarjana, namun dalam prosesnya ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi jalannya. Salah satu dari hal tersebut adalah stress yang dapat terjadi akibat adanya tekanan pada diri mahasiswa sehingga menciptakan berbagai dampak negatif dan membuat pengerjaan skripsi menjadi terkendala. Namun ada satu cara yang dapat digunakan untuk menimalisir stress yaitu melalui strategi *coping stress*, yang merupakan usaha untuk mengurangi stress dengan melakukan berbagai kegiatan, salah satunya menonton. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping stress* pada mahasiswa yang menonton drama korea. Hasil penelitian diketahui bahwa subjek penelitian berhasil menangani stress dengan cara menonton drama korea sebagai bentuk healing, selain itu pemilihan drama korea didasarkan pada ringannya alur cerita dan akses yang mudah didapatkan.

Kata Kunci: Drama Korea, *Coping Stress*, Mahasiswa Tingkat Akhir

PENDAHULUAN

Salah satu kewajiban dari Mahasiswa tingkat akhir adalah menyelesaikan penelitian skripsi sebagai syarat ketentuan lulus sebelum mendapat gelar sarjana, Namun dalam prosesnya ada banyak hal yang mempengaruhi *mood* dari Mahasiswa tingkat akhir seperti tuntutan keluarga, keinginan mendapat nilai cumlaude, ingin lulus dalam kurun waktu 3,5 tahun, serta sulitnya refrensi, maupun beberapa hal lain. Hal inilah yang kemudian dapat menjadi salah satu penyebab dari stress bagi kebanyakan mahasiswa.

Stres muncul karena adanya tekanan yang dirasa melebihi batas kemampuan diri individu tersebut, yang jika tidak ditangani akan menimbulkan efek yang negatif. Pada mahasiswa, dampak negatif yang dapat muncul antara lain motivasi diri yang rendah, rasa cemas yang berlebihan, sedih, marah, dan frustrasi. (Gamayanti 2018)

Melihat dari bahayanya dampak stres, maka masing-masing mahasiswa harus memiliki strategi *coping stress* yang baik dan tepat. Anjuran Allah Swt tentang menghindari dan mengelola stres sangat jelas sebagaimana yang telah digariskan dalam surat Ali-Imron ayat 139:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

Berdasarkan ayat diatas, individu hendaknya tidak berlarut dalam sebuah kesedihan dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan. Individu hendaknya menyiapkan sikap dan perilaku dalam mengelola stres agar mampu menangkal dampak buruk akibat stres.

Coping merupakan segala usaha individu yang diupayakan dalam menghadapi situasi yang menekan dan merugikan individu. Setiap individu memiliki strategi coping stress yang berbeda-beda. Berdasarkan penelitian Cholilah tentang upaya mahasiswa dalam menghadapi pandemi Covid 19 dan ditemukan hasil bahwa salah satu cara mahasiswa mengatasi rasa jenuhnya dalam menghadapi pandemi dengan aktivitas menonton drama Korea serta membangun komunikasi yang baik dengan orang tuanya. (Cholilah, Deyon, and Nurmaidah 2020)

Drama Korea menjadi tren tontonan di kalangan remaja hingga dewasa, dan bahkan kalangan mahasiswa. Drama Korea ialah cerita fiktif dimana mengisahkan kehidupan sehari-hari masyarakat Korea diproduksi langsung oleh Korea Selatan. (Baiti and Syafitri 2021). Dalam penelitian yang dilakukan Istanti, Mahasiswa yang menonton drama Korea efektif membuat suasana hati menjadi lebih baik dan merasakan hal-hal positif. Dibuktikan dengan jumlah kebahagiaan mahasiswa tingkat sedang sebanyak 97%, tingkat kebahagiaan rendah sebanyak 2,40% dan tingkat kebahagiaan tinggi sebanyak 0,06%. (Istanti 2019).

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat dipahami bahwa drama Korea menjadi salah satu hiburan yang dapat membangkitkan semangat, mengurangi kecemasan, mereduksi stres, mendapatkan motivasi serta membangun kepercayaan diri. Hal inilah yang kemudian menarik perhatian peneliti untuk mengetahui bagaimana gambaran strategi coping stress dengan menonton drama Korea pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Antasari Banjarmasin dan apa saja faktor yang mempengaruhi mahasiswa tingkat akhir yang menonton drama Korea sebagai strategi coping stress.

METODE PENELITIAN

Penelitian kualitatif merupakan proses penelitian untuk memperoleh pengertian dan pemahaman terkait suatu peristiwa maupun perilaku manusia dalam lingkup sosial. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif yang berusaha mendeskripsikan subjek penelitian serta variabel terkait sesuai dengan apa adanya seperti saat pengambilan data berlangsung. Dimana peneliti tidak melakukan kontrol ataupun memanipulasi variabel penelitian. Sehingga mampu menggambarkan objek atau subjek yang diteliti secara objektif. (Medika and Mudjiyanto 2018).

Data penelitian didapatkan melalui serangkaian wawancara semi-terstruktur dimana pertanyaan yang diajukan bersifat terbuka serta adanya pedoman wawancara guna memperoleh data yang sesuai dan tidak keluar dari topik pembahasan.(Pradono and Soerachman 2018). Dalam hal ini yakni *guide interview* serta dilakukannya screening test dengan skala *Perception of Academic Stress* terlebih dahulu guna memastikan subjek benar mengalami stres akademik.

HASIL PENELITIAN

Subjek penelitian berjumlah 3 orang, yang merupakan mahasiswi tingkat akhir di UIN Antasari Banjarmasin yang sedang mengerjakan skripsi. Subjek NH (24 tahun), Y (22 Tahun), A (22 Tahun). Dari pengakuan subjek NH, stress membuat dirinya menjadi merasa malas untuk berkegiatan yang kemudian membuat kewajibannya mengerjakan skripsi menjadi terbengkalai, subjek NH merasa sangat terbebani dengan skripsi sehingga memutuskan untuk menonton drama korea.

Dalam menonton drama Korea subjek NH mengaku akan menghabiskan waktu yang cukup lama. Untuk mengatasi hal tersebut subjek NH menerapkan pembagian waktu yakni mencoba mengerjakan skripsi dalam waktu dua jam dan diselingi dengan menonton drama korea di satu jam berikutnya, sebagai sebuah refreshing karena dirinya menjadi lebih rileks setelah melakukan hal tersebut.

Alasan subjek NH merasa lelah mengerjakan skripsi dikarenakan keraguan dirinya akan penelitian yang telah dilakukan. Namun subjek NH mencoba menanamkan *mindset* agar tidak mudah ragu, subjek NH mengaku berdiskusi dengan dosen pembimbing maupun teman adalah hal yang membantu dirinya untuk kembali meyakinkan diri agar bisa melanjutkan pengerjaan skripsi. Hal ini tentunya ialah kewajiban yang harus subjek NH jalani, serta mengingat kepercayaan yang telah diberikan orang tuanya selama dirinya berkuliah.

Pada Subjek Y perasaan stress memencu dirinya untuk tiduran dan mengurungkan niat untuk melanjutkan bimbingan, subjek Y mengaku sulitnya referensi serta adanya tekanan dari orang tua membuat dirinya tidak nyaman. Hal tersebut kemudian membuat subjek Y memilih menonton drama Korea, Youtube serta berkumpul dengan teman sebagai media pelariannya. Subjek Y menjelaskan bahwa menonton drama Korea membuatnya lebih leluasa walaupun hanya bersifat sementara.

Hal ini juga diperkuat oleh informan WN, dimana menurutnya subjek Y menjadikan kebutuhan utama yang diperlukan ketika mengalami stress. Subjek Y juga sangat mengikuti informasi terkait drama Korea. Subjek Y juga memiliki kontrol tersendiri, yakni akan menyelesaikan deadline tugas terlebih dahulu, barulah subjek Y akan menonton drama Korea.

Meskipun Subjek Y, masih merasa ragu dan takut apabila mendapat banyak revisi. Tetapi subjek Y mengatasi hal tersebut dengan tetap berusaha semampunya. Karena ia yakin apabila orang lain bisa melewati kesulitan tersebut maka dirinya pun juga mampu melalui hal tersebut. Dalam hal ini drama Korea juga mempengaruhi suasana hati subjek Y dalam mengerjakan skripsi.

Sedangkan menurut subjek A, stres memicu dirinya menjadi lebih sensitif hingga ke tahap yang malas untuk berinteraksi dengan orang lain, yang kemudian membuat dirinya memilih drama Korea sebagai kegiatan yang menghilangkan rasa stresnya. Subjek A mengaku drama Korea merupakan zona aman sekaligus *healing* yang mampu membuatnya merasa lebih baik.

Drama Korea menjadi pilihan utama karena mudah diakses dan tidak memerlukan biaya yang banyak. Berbeda dengan penuturan subjek NH dan subjek Y, Subjek A justru mengaku bahwa dirinya tidak mempunyai jadwal sistematis tertentu, namun menurutnya masih mempunyai kesadaran untuk membagi waktu untuk mengerjakan skripsi dan menonton drama Korea.

Menurut subjek A, dalam menghadapi berbagai kesulitan subjek A cenderung mengeluh dan berpasrah diri, namun tetap mencoba belajar dari kesalahan yang telah dilakukannya. Drama Korea membantu subjek A dalam menangani perasaan sensitifnya.

Dari hasil wawancara diketahui ketiga subjek menuturkan hal yang serupa, yaitu pemilihan drama Korea sebagai coping stress didasarkan pada alasan bahwa membuat diri mereka menjadi lebih rileks, tenang, dan menjadikan drama Korea sebagai self reward tersendiri. Hal inilah yang kemudian membuat diri mereka menjadi lebih rileks dalam mengerjakan skripsi.

DISKUSI

Usaha yang dilakukan oleh ketiga subjek merupakan usaha yang dilakukan untuk mengelola permasalahan yang dialami baik dari luar maupun dari dalam, hal inilah yang kemudian disebut sebagai *coping stress*. Dalam teori Lazarus dan Folkman bentuk *coping stress* terbagi menjadi dua yaitu, *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*. Dari hasil penelitian diketahui bahwa ketiga subjek menggunakan *emotional-focused coping strategies* yang lebih berfokus kepada emosi yang mengutamakan bagaimana seorang individu berusaha mengurangi dampak stressor dengan menarik diri dari situasi tersebut. (Lazarus and Folkman n.d.:42)

Hal yang dilakukan oleh ketiga subjek sendiri memenuhi lima aspek *coping stress* Lazarus dan Folkman, yaitu Menghindar (*Escape Avoidance*), Membuat Jarak (*Distancing*), Kontrol Diri (*Self Control*), Menerima Tanggung Jawab (*Accepting Responsibility*), Penilaian Kembali Secara Positif (*Positive Reappraisal*). (Lazarus and Folkman n.d.:150–51)

Pada subjek NH dibagian aspek menjauh (*escape avoidance*) ketika stress ia akan menghabiskan waktu cukup lama untuk tidak mengerjakan skripsi, hal yang hampir serupa juga dialami oleh subjek Y, dimana stres mampu memicu rasa malas dan menghambat pengerjaan skripsinya sehingga ia memilih untuk melakukan kegiatan lain seperti menonton youtube, drama Korea atau sekedar kumpul dengan teman daripada melanjutkan skripsinya. Hal berbeda dialami oleh subjek A, yang mana stres pengerjaan skripsi membuatnya lebih sensitif, hingga ke tahap malas untuk berinteraksi dengan orang lain. Pengakuan ketiga subjek ini selaras dengan teori Lazarus dan Folkman dimana seseorang yang merasa stress akan berusaha untuk menghindari situasi yang dianggapnya rumit dan

tidak menutup kemungkinan untuk melibatkan diri ke hal negatif seperti tidur terlalu lama hingga enggan berbaur dengan orang lain. (Lazarus and Folkman n.d.:150–51)

Pada aspek menjaga jarak (*distancing*), subjek NH mengaku akan menjauhkan dirinya dari semua hal hingga dirinya merasa tidak mempunyai suatu masalah yakni dengan cara menonton drama Korea. Begitupula pada subjek Y, yang merasa lebih tenang dan mempunyai waktu untuk beristirahat ketika menonton drama Korea. Kemudian pada subjek A, dirinya beranggapan bahwa skripsi adalah hal yang rumit dan monoton sehingga dirinya menganggap hal tersebut sebagai sebuah beban pikiran dan memilih drama Korea yang membuatnya merasa berada di zona aman. Tentunya hal ini sama seperti yang dituturkan oleh Lazarus dan Folkman dimana seseorang yang merasakan stress akan berpikiran bahwa masalah yang ia hadapi seakan tidak pernah terjadi. (Lazarus and Folkman n.d.:150–51)

Pada aspek kontrol diri (*self control*) subjek NH mengaku dirinya mempunyai jadwal sistematis agar tetap bisa mengerjakan skripsi yang diselingi dengan menonton drama korea. Pada subjek Y, kontrol yang bisa diupayakan ialah dengan mengerjakan skripsi semampunya walaupun hanya sedikit. Pada subjek A kontrol diri yang dilakukan adalah dengan tetap menyadari pentingnya membagi waktu antara menonton drama korea dan pengerjaan skripsi. Tentunya pada teori Lazarus dan Folkman seseorang yang mempunyai kontrol diri yang baik akan memungkinkan mempunyai stress yang lebih rendah.

Dengan kontrol diri tersebut seseorang dapat menerima tanggung jawabnya, (*accepting responsibility*) yakni pada subjek NH yang masih merasa ragu dan takut dengan skripsinya, subjek NH tetap berusaha untuk menerima masukan dosen pembimbingnya dan berdiskusi dengan temannya. Pada subjek Y beranggapan bahwa banyaknya revisian justru membuat dirinya ingin terus berusaha untuk konsisten dalam mengerjakan skripsi. Hal sedikit berbeda terjadi pada subjek A dimana meskipun merasa kebingungan ia akan tetap mengupayakan dirinya agar dapat mengerjakan skripsi. Dari ketiga penuturan subjek sejalan dengan teori Lazarus dan Folkman dimana jika seseorang menerima tanggung jawabnya maka sadar akan peran yang dimilikinya dan memikirkan rencana guna memperbaiki keadaan. (Lazarus and Folkman n.d.:150–51)

Pada aspek berikutnya yakni penilaian secara positif (*Positive Reappraisal*) subjek NH memaknai kesulitan yang ia dapat adalah hal yang harus dijalani sebagai seorang mahasiswa tingkat akhir, dan dirinya mengaku menonton drama Korea membantunya mempunyai mood yang baik sehingga bisa bertahan dan mampu melewati permasalahan. Pada subjek Y menganggap bahwa kesulitan yang dialami adalah hal yang pasti dilalui oleh tiap mahasiswa.

Oleh karena itu subjek Y berpikir jika orang lain bisa melewatinya maka dirinya juga pasti bisa. Berbeda dengan subjek A, dimana cenderung menerima semua dengan lapang dada, karena menurutnya hal tersebut adalah hal yang memang harus dilalui sehingga dirinya tidak ambil pusing terkait hal tersebut. Hal ini sejalan dengan teori Lazarus dan Folkman dimana jika seseorang mempunyai pikiran positif dan mampu mengambil nilai positif dari suatu perkara akan menjadikan dirinya menjadi pribadi yang lebih baik. (Lazarus and Folkman n.d.:140–41)

Hal ini tentunya juga berkaitan secara tidak langsung dengan salah satu teori islam yaitu Husnudzon. Dimana seseorang yang bisa bersikap optimis akan bisa menerima dengan dada lapang dan meyakini bahwa setiap hal sulit pasti ada jalan keluarnya. Allah swt berfirman dalam QS. Al-Insyirah ayat 5-6:(Khoiriyah 2019:22–23)

﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ (٥) ﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾ (٦)

Artinya: “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama ketiga subjek, hiburan menjadi faktor yang mempengaruhi mahasiswa tingkat akhir untuk memilih drama Korea sebagai coping stress. Ketiga subjek mengaku bahwa drama Korea membuat mereka terhibur dan mengobati rasa bosan. Drama Korea subjek bersemangat hingga tidak memiliki minat untuk menonton drama-drama lainnya karena dinilai kurang menarik. Menurut Baity dan Syafitri media drama Korea mampu menjadi sebuah alternatif bagi mereka yang berada disituasi hati yang kurang baik dan membutuhkan hiburan. Drama Korea dengan genre komedi mampu menggiring para penontonya tertawa oleh sentuhan humor yang disajikan drama tersebut. (Baiti and Syafitri 2021:146)

Faktor berikutnya pelarian menjadi faktor yang mempengaruhi mahasiswa tingkat akhir untuk memilih drama Korea sebagai *coping stress*. Ketiga subjek mengaku bahwa dengan menonton drama Korea efektif untuk mengalihkan rasa stres setelah mengerjakan skripsi. Drama korea mengobati rasa jenuh dan membuat subjek merasa lebih rileks serta mampu menjernihkan pikiran. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Prasanti dan Ade menjelaskan bahwa drama Korea mampu menjadi pelarian untuk menenangkan diri dari banyaknya tugas dan kewajiban seseorang yang sedang mengemban ilmu pendidikan. (Prasanti and Dewi 2020:259)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini subjek berhasil mengatasi stres dengan menghindar dan memilih kegiatan lain diluar skripsi seperti menonton drama Korea, bersantai hingga berkumpul dengan teman. Subjek membuat jarak dengan menonton drama Korea yang memberikan perasaan tenang hingga melupakan masalah skripsi walaupun hanya bersifat sementara. Ketiga subjek mampu mengontrol diri dengan membagi waktu antara pengerjaan skripsi dan menonton drama Korea. Subjek bertanggung jawab dengan perannya sebagai mahasiswa tingkat akhir dengan tetap mengerjakan skripsi semaksimal mungkin. Subjek mampu menerapkan dan mengambil nilai positif dari lika-liku pengerjaan skripsi sebagai proses yang tentunya bisa subjek hadapi serta belajar dari kesalahan yang dilakukan. Ketiga subjek mengaku menonton drama Korea membuat suasana hati subjek menjadi lebih baik saat mengerjakan skripsi, yang mana hal ini memberikan dampak yang positif.

Faktor yang mempengaruhi subjek dengan menonton drama Korea sebagai strategi *coping stress* ialah faktor hiburan dan pelarian. Subjek merasa terhibur dengan menonton drama Korea dan merasa lebih bersemangat, subjek mengaku tidak tertarik untuk menonton drama lain karena dinilai kurang menarik. Faktor lain yakni pelarian dimana menonton drama Korea efektif menghilangkan rasa penat dan stres setelah mengerjakan skripsi.

Saran kepada peneliti berikutnya agar lebih mengupayakan penelitian dengan menambah-kan lebih banyak subjek serta memaksimalkan waktu untuk wawancara agar data yang diperoleh lebih jelas dan sempurna.

DAFTAR PUSTAKA

- Baiti, Laily Nur, and Diany Ufieta Syafitri. 2021. "Hubungan antara Intensitas Menonton Drama Korea dengan Suasana Hati Mahasiswa." 3.
- Cholilah, Indah Roziah, Annisa Abdillah Zuhair Deyon, and Siti Nurmaidah. 2020. "Gambaran Kecemasan Dan Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19." 7(1):55.
- Gamayanti, Witrin. 2018. "Self Disclosure Dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi." *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi* 5(1):116.
- Istanti, Nerrisa Arviana. 2019. "Intensitas Menonton Tayangan Drama Korea Dan Keghayaan Mahasiswa." *Mahasiswa Psikologi* 1(3):77.
- Khoiriyah, Afifatul. 2019. "Strategi Coping Stress Berbasis Islam Terhadap Stres (Studi Kasus Pada Seorang Mahasiswa Tunarungu." Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Lazarus, Richard S., and Susan Folkman. n.d. *Stress, Appraisal, and Coping*. 11. [print.]. New York: Springer.
- Medika, Zellatifanny Cut, and Bambang Mudjiyanto. 2018. "Tipe Penelitian Deskripsi Dalam Ilmu Komunikasi." *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi* 1(2):83.
- Pradono, Julianty, and Rachmalina Soerachman. 2018. *Panduan Penelitian Dan Pelaporan Penelitian Kualitatif*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Prasanti, Rahayu Putri, and Ade Irma Nurmala Dewi. 2020. "Dampak Drama Korea (Korean Wave) terhadap Pendidikan Remaja." *Lectura : Jurnal Pendidikan* 11(2):256–69.

BIODATA

- 1 Nama Lengkap : Nur Ashfia
- 2 Tempat, Tanggal Lahir : Banjarmasin, 28 April 2001
- 3 Agama : Islam
- 4 Kebangsaan : Indonesia
- 5 Status Perkawinan : Belum Menikah
- 6 Alamat : Jl. Belitung darat gang sejiran no.10
- 7 No. HP : 0878-1602-5903
- 8 E-Mail : nurashfia28@gmail.com
- 9 Pendidikan : SMA
 - a. SDI Sabilal Muhtadin Banjarmasin
 - b. SMP Darul Hijrah Puteri Martapura
 - c. SMA Darul Hijrah Puteri Martapura
 - d. UIN Antasari Banjarmasin 2023
- 10 Orang Tua
 - a. Nama Ayah : Firhan
 - b. Pekerjaan : Wiraswasta
 - c. Nama Ibu : Nur Baiti
 - d. Pekerjaan : Ibu rumah tangga
 - e. Alamat : Jl Belitung darat gang sejiran no.10
 - f. Jumlah Saudara : 3 (tiga)

Banjarmasin, 9 Juli 2023
Penulis

Nur Ashfia

S. Dokumentasi



Wawancara ke-1 dengan subjek NH (15 Juni 2023 waktu 16.30-17.20 wita)



Wawancara ke-1 dengan subjek A (16 Juni 2023 waktu 17.00-17.45 wita)



Wawancara ke-1 dengan subjek Y (17 Juni 2023 waktu 17.30-18.20 wita)



Wawancara ke-2 dengan subjek NH (19 Juni 2023 jam 15.30-16.00 wita)



Wawancara ke-2 dengan subjek A (21 Juni 2023 jam 15.00-15.30 wita)



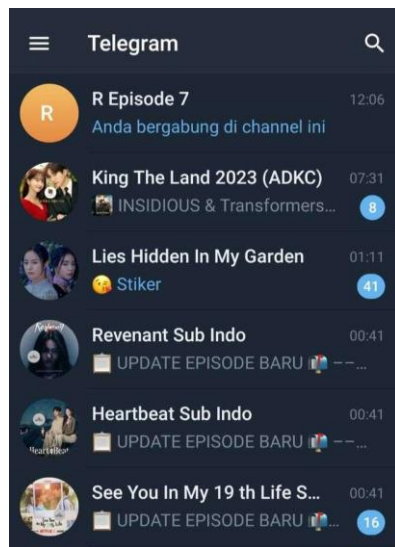
Wawancara ke-2 dengan subjek Y (21 Juni 2023 jam 17.30-17-55 wita)



Wawancara dengan informan WN



Wawancara dengan informan DH



Histori drama Korea subjek NH



Histori drama Korea subjek Y



Histori drama Korea subjek A