

## ABSTRAK

**Anida Yuliani**, . *Gambaran Strategi Coping Dalam Mengatasi Perasaan Insecure Terkait Citra Tubuh Mahasiswa Difabel Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin*. Skripsi Pembimbing (I) Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag dan Pembimbing (II) Dra. Mulyani, M. Ag., pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2025.

**Kata Kunci:** Strategi *Coping*, *Insecure*, Difabel

Manusia merupakan ciptaan Tuhan yang sempurna, mungkin ketika di ciptakan ada yang unik dan ada yang tidak, terkadang yang berbeda ini menjadi sorotan bagi masyarakat. Seperti halnya mahasiswa/i difabel yang tidak luput menjadi sorotan mengenai citra tubuhnya. Sehingga membuat perasaan rendah diri dan sulit untuk beradaptasi jika lingkungan baru dan muncul perasaan insecure. Hal tersebutlah yang membuat mahasiswa/i berusaha untuk bisa melewati hal tersebut dengan berbagai macam strategi yang mereka lakukan seperti melakukan penerimaan terhadap diri, mengubah pola pikir mereka dan berkegiatan positif. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui strategi coping yang digunakan mahasiswa/i yang merasa insecure terkait citra tubuhnya.

Jenis Penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kualitatif, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang mengalami perasaan *insecure* yang berjumlah 3 orang. Teknik pengumpulan data ada 3 macam yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Untuk pengecekan keabsahan terbagi menjadi dua yaitu triangulasi sumber data dan triangulasi teori.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perasaan *insecure* yang dialami oleh mahasiswa difabel tidak percaya diri, stres, cemas, dan rendah diri akibat citra tubuh yang tidak sempurna. Citra tubuh negatif tersebut seiring berjalan waktu dan banyaknya pengalaman yang mereka dapatkan membuat citra tubuhnya kembali positif. Hal itu karena di dalam diri mereka sudah ada penerimaan diri terhadap tubuh mereka yang mana dalam hal ini terdapat nilai religiusitas berupa menerima takdir Allah SWT dengan penggunaan strategi *coping* pada jenis *problem focused coping* penggunaan alat bantu pada subjek BY dan AF sedangkan MS lewat operasi pembedahan, Sementara itu, strategi coping yang digunakan pada jenis *emotional focused coping* secara umum sebagai berikut: berusaha untuk memaknai tindakan *body shaming* secara positif; berupaya menerima keadaan tubuh dan penampilkannya; menerima komentar negatif orang lain.