

Perbedaan coping religius antara mahasiswa pria dan mahasiswa wanita yang sedang menghadapi deadline skripsi

Fitria Aziz, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287602&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Mengalami peristiwa stressful merupakan hal yang pernah dialami oleh seseorang dalam rentang kehidupan, termasuk kehidupan mahasiswa. Banyak peristiwa stressful yang dapat menjadi potensial stressor dan bila tidak diatasi dengan baik dapat berdampak buruk bagi kesehatan fisik dan mental. Menghadapi deadline skripsi bisa menjadi peristiwa yang stressful bagi mahasiswa bila tidak mempersiapkan diri dengan baik saat mengerjakan tugas skripsi yang sewaktu-waktu dapat menjadikan dirinya keadaan stres. Banyak cara untuk mengatasi stres, salah satunya adalah coping religius yang merupakan bagian dari emotion-focused coping.

Penelitian dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dengan teknik event & incidental sampling dengan jumlah sampel 73 orang pada mahasiswa yang sedang menghadapi deadline skripsi di Universitas Indonesia, Depok.

Alat ukur yang digunakan merupakan adaptasi dari RCOPE berupa skala Likert. Validitasnya diuji dengan melalui expert judgement, Pearson Product Moment Correlation dan reliabilitasnya dengan C.oefficient Alpha. Dalam pengadaptasian alat tes terdapat satu faktor dan beberapa item yang harus dibuang karena nilai reliabilitasnya dan validitasnya kurang baik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara mahasiswa pria dengan mahasiswa wanita dalam menggunakan coping religius bentuk positif dan negatif. Namun terdapat perbedaan antara coping religius bentuk positif dengan coping religius bentuk negatif pada mahasiswa yang sedang menghadapi deadline skripsi. Ternyata coping religius bentuk positif lebih banyak digunakan bila dibandingkan dengan bentuk negatif. Coping religius bentuk positif cukup sering digunakan, sedangkan bentuk negatif kurang sering digunakan pada mahasiswa yang sedang menghadapi deadline skripsi.

Saran yang diberikan adalah perlunya meningkatkan kemampuan dalam menggunakan coping dengan emotion-focused maupun problem focused dan perlunya menggunakan kedua tipe coping tersebut secara bersamaan agar lebih berguna dan efektif dalam menghadapi peristiwa yang stressful pada mahasiswa yang sedang menghadapi deadline skripsi.