

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN
STRATEGI KOPING MAHASISWA
SELAMA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI



**Oleh :
Siti Nur Aisyah
NIM 18010151**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2022**

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan (S.Kep)



Oleh :
Siti Nur Aisyah
NIM : 18010151

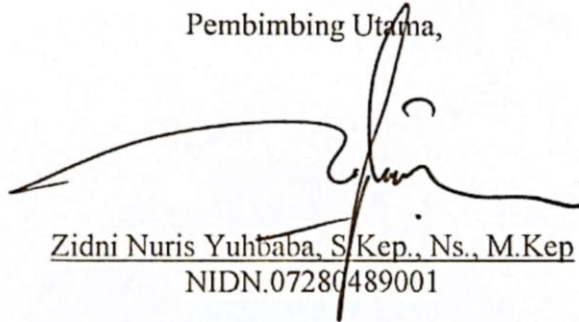
**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui oleh Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

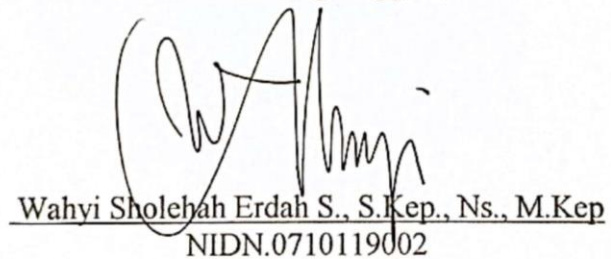
Jember, 30 Agustus 2022

Pembimbing Utama,



Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN.07280489001

Pembimbing Anggota,



Wahyi Sholehah Erdah S., S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN.0710119002

HALAMAN PENGESAHAN

Proposal skripsi yang berjudul “Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19” telah diuji dan dilaksanakan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

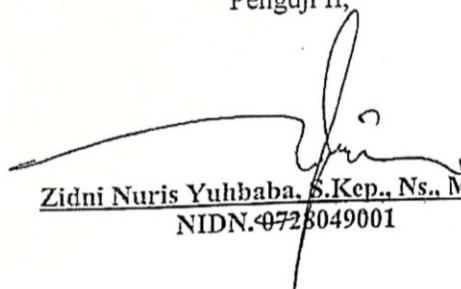
Hari : Rabu
Tanggal : 9 Februari 2022
Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
Ketua Penguji,



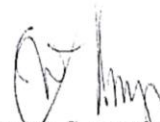
Kustini, S.KM., MM., S.Kes
NIDN. 0710118403

Penguji II,



Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0728049001

Penguji III,



Wahvi Sholchah Erdah Suswati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 199011102014092077

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi



Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep.,
NIDN. 0706109104

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Siti Nur Aisyah

NIM : 18010151

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan tulisan atau hasil tulisan orang lain.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi/laporan tugas akhir ini adalah karya orang lain atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi/laporan tugas akhir ini, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jember, 5 September 2022

Yang menyatakan,



Siti Nur Aisyah
NIM. 18010151

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19

SKRIPSI

Oleh:

Siti Nur Aisyah

NIM. 18010151

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep

Dosen Pembimbing Anggota : Wahyi Sholehah Erdah S., S.Kep., Ns., M.Kep

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim, Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat serta ridho-Nya yang senantiasa selalu memberikan kemudahan dan petunjuk sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat waktu. Skripsi ini dengan sepenuh hati saya persembahkan kepada:

1. Kepada Ayah dan Ibu saya, terimakasih untuk segala dukungan, arahan, dan nasehatnya sehingga saya mampu menyelesaikan studi dengan baik.
2. Kepada teman dan sahabat saya, terimakasih banyak sudah mendengarkan keluh kesah saya dan tidak jarang pula untuk membantu saya serta memberikan solusi untuk pengerjaan skripsi ini.
3. Kepada teman dan adik tingkat saya yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
4. Almamaterku tercinta Universitas dr. Soebandi.

MOTTO

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka
mengubah keadaan diri mereka sendiri”

(Q.s Ar-Ra’d : 11)

“Saya bisa menerima kegagalan, tapi saya tidak bisa menerima segala hal yang tak
pernah diusahakan.”

(Michael Jordan)

Orang-orang sukses juga pernah malas, bodoh, serta gagal. Tapi mereka tetap
terus bergerak dan mencoba

ABSTRAK

Aisyah, Siti Nur* Yuhbaba, Zidni Nuris** Suswati, Wahyi Sholehah Erdah**. 2022. **Hubungan Stres Akademik Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19**. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi.

Latar Belakang: Ditetapkannya covid-19 sebagai pandemik global membuat Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan strategis (PSBB). Perubahan metode pembelajaran menyita waktu mahasiswa lebih lama di dalam rumah mengakibatkan bertambahnya tugas rumah yang harus dikerjakan dan membuat mereka mengalami stres akademik. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan desain studi cross-sectional. Responden sebanyak 235 mahasiswa ditarik dengan menggunakan teknik proportionate stratified random sampling. Instrumen yang digunakan yaitu The Perception of Academic Stress Scale (PASS) dan Ways of Coping (WOC) yang telah dimodifikasi dengan hasil uji reliabilitas stres akademik 0,860 dan strategi koping 0,933 dengan uji statistik Spearman Rank Correlation. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami stres dengan tingkat sedang (47,2%) dan mayoritas menggunakan emotion-focused coping (EFC). Hasil uji korelasi yaitu ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan strategi koping ($p\text{-value} = 0.000$, $\alpha=0.05$). **Kesimpulan:** Pemilihan strategi koping yang tepat oleh mahasiswa dalam menghadapi stres akademik akan mempengaruhi keberhasilan akademiknya. Bila mahasiswa sudah merasakan tanda-tanda stres akademik, perlu adanya keseimbangan dengan cara mengelola aktivitas fisik dan akademiknya. Dukungan dari pembimbing akademik, keluarga/ teman dengan meluangkan waktunya berbagi cerita tentang masalah yang dialami dan alternatif yang bisa mengatasinya, serta pentingnya peran lembaga bimbingan konseling yang ada di perguruan tinggi.

Kata Kunci: Stres Akademik, Strategi Koping, Pandemi Covid-19

* Peneliti

**Pembimbing I

***Pembimbing II

ABSTRACT

Aisyah, Siti Nur* Yuhbaba, Zidni Nuris** Suswati, Wahyi Sholehah Erdah**. 2022. **The Relationship between Academic Stress and Student Coping Strategies During the Covid-19 Pandemic**. Thesis. Nursing Science Study Program, University of dr. Soebandi.

Background: The establishment of covid-19 as a global pandemic has made the Indonesian government set a strategic policy (PSBB). Changes in learning methods take up more time for students at home, resulting in an increase in homework assignments that must be done and making them experience academic stress. The purpose of this study was to determine the relationship between academic stress and student coping strategies during the covid-19 pandemic. **Methods:** This study is a quantitative analytic study with a cross-sectional study design. Respondents, as many as 235 students were drawn using the proportionate stratified random sampling technique. The instruments used are The Perception of Academic Stress Scale (PASS) and Ways of Coping (WOC) which have been modified with the results of the academic stress reliability test of 0.860 and the coping strategy of 0.933 with the Spearman Rank Correlation statistical test. **Results:** The results showed that most of the respondents experienced moderate stress (47.2%) and the majority used emotion-focused coping (EFC). The result of the correlation test is that there is a significant relationship between academic stress and coping strategies ($p\text{-value} = 0.000, = 0.05$). **Conclusion:** The selection of appropriate coping strategies by students in dealing with academic stress will affect their academic success. If students already feel signs of academic stress, there needs to be a balance between managing their physical and academic activities. Support from academic supervisors, family/friends by taking the time to share stories about problems experienced and alternatives that can be overcome, as well as the importance of the role of counseling and guidance institutions in universities.

Keywords: Coping Strategy, Academic Stress, Covid-19 Pandemic

*Author

**Advisor I

***Advisor II

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan judul *Hubungan Stres Akademik Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19*.

Selama proses penyusunan penulis dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Drs. H. Said Mardjianto, S.Kep., Ns., MM., selaku Rektor Universitas dr. Soebandi Jember;
2. Hella Meldy Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember;
3. Ns. Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember;
4. Kustin, S.KM., MM., S.Kes., selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan hingga terselesainya skripsi ini.
5. Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu serta memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Wahyu Sholehah Erdah S., S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing anggota yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
7. Semua pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis tentu menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik serta saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Jember, 30 Agustus 2022

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PEMBIMBINGAN SKRIPSI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Pandemi Covid-19	8
2.1.1 Definisi Pandemi Covid-19	8
2.1.2 Dampak Pandemi Covid-19	8
2.2 Stres Akademik	10
2.2.1 Definisi Stres Akademik.....	10

2.2.2 Penyebab Stres Akademik.....	11
2.2.3 Faktor Penyebab Stres Akademik.....	13
2.2.4 Dampak Stres.....	15
2.2.5 Penilaian Terhadap Stres	17
2.3 Strategi Koping.....	18
2.3.1 Definisi Strategi Koping.....	18
2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Koping	19
2.3.3 Bentuk Strategi Koping	20
2.3.4 Sumber Koping.....	22
2.3.6 Klasifikasi Mekanisme Koping	23
2.4 Pengukuran Variabel.....	23
2.5 Kerangka Teori	25
BAB 3 KERANGKA KONSEP	26
3.1 Kerangka Konsep.....	26
3.2 Hipotesis	27
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	28
4.1 Desain Penelitian	28
4.2 Populasi Dan Sampel	28
4.2.1 Populasi	28
4.2.2 Sampel	29
4.3 Variabel Penelitian.....	31
4.4 Tempat Penelitian	31
4.5 Waktu Penelitian.....	32
4.6 Definisi Operasional.....	32
4.7 Teknik Pengumpulan Data.....	34
4.7.1 Instrumen.....	34
4.7.2 Uji Validitas.....	36
4.7.3 Uji Reliabilitas.....	38
4.7.4 Pengumpulan Data.....	39
4.7.5 Prosedur Pengumpulan Data	40
4.7.6 Pengolahan Data.....	41
4.8 Teknik Analisis Data.....	43
4.8.1 Analisa Data Univariat	43
4.8.2 Analisis Data Bivariat.....	43

4.9 Etika Penelitian	44
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....	46
5.1 Data Umum.....	46
5.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
5.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan.....	46
5.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	47
5.2 Data Khusus.....	47
5.2.1 Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	47
5.2.2 Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	49
5.2.3 Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19	49
BAB 6 PEMBAHASAN.....	51
6.1 Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	51
6.2 Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19.....	55
6.3 Hubungan Stres Akademik Terhadap Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	57
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	61
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
7.1 Kesimpulan	62
7.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Table 1.1 Perbandingan Penelitian.....	7
Tabel 4.1 Definisi Operasional Penelitian	33
Tabel 4.2 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik	34
Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Stres Akademik.....	35
Tabel 4.4 Kisi-Kisi Kuesioner Strategi Koping	35
Tabel 4.5 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik Setelah Uji Validitas.....	37
Tabel 4.6 Kisi-Kisi Instrumen Strategi Koping Setelah Uji Validitas	38
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan	46
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	47
Tabel 5.4 Data Tingkat Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19.....	47
Tabel 5.5 Data Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	47
Tabel 5.6 Data Total Jawaban Kuesioner Stres Akademik.....	48
Tabel 5.7 Data Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19.....	49
Tabel 5.8 Hasil Korelasi Uji Statistik (Spearman Rank)	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	73
Lampiran 2 Persetujuan Menjadi Responden	74
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas Kuesioner Stres Akademik	75
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Kuesioner Strategi Koping	77
Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Stres Akademik	89
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Strategi Koping	90
Lampiran 7 Hasil Uji Statistik Spearman Rank	92
Lampiran 8 Lembar Kuesioner Stres Akademik Sebelum Uji Coba	93
Lampiran 9 Lembar Kuesioner Strategi Koping Sebelum Uji Coba	96
Lampiran 10 Lembar Kuesioner Stres Akademik Setelah Uji Coba	100
Lampiran 11 Lembar Kuesioner Strategi Koping Setelah Uji Coba.....	101
Lampiran 12 Lembar Permohonan Studi Pendahuluan	104
Lampiran 13 Lembar Ijin Penelitian	105
Lampiran 14 Lembar Layak Etik	106
Lampiran 15 Lembar Bimbingan Skripsi.....	107

DAFTAR SINGKATAN

Covid-19	: <i>Coronavirus Diseases 2019</i>
EFC	: <i>Emotion Focused Coping</i>
FKIP	: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Ha	: hipotesis alternatif
HPA	: Hypothalamic Pituitary Adrenal
IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif
ITS	: Institut Teknologi Sepuluh Nopember
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
KEMENDIKBUD	: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KMB	: Keperawatan Medikal Dasar
PASS	: <i>The Perception Academic Stress Scale</i>
PFC	: <i>Problem Focused Coping</i>
PSBB	: Pembatasan Sosial Berskala Besar
SARS-CoV-2	: <i>Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2</i>
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Akhir
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
TK	: Taman Kanak-kanak
UGM	: Universitas Gadjah Mada
Unimed	: Universitas Negeri Medan
UT	: Universitas Terbuka
UTU	: Universitas Teuku Umar
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WOC	: <i>Ways of Coping</i>

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Coronavirus Diseases 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh jenis baru *Coronavirus*. Penyakit ini berawal dari kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya muncul di Wuhan, China pada akhir Desember 2019. Pada tanggal 7 Januari 2020, Pemerintah China mengumumkan bahwa penyebab kasus tersebut adalah *Coronavirus* jenis baru yang diberi nama SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*) (Rusman et al., 2021).

Proses penyebaran covid-19 sangat cepat, hal ini yang mendasari *World Health Organization* (WHO) untuk menetapkan virus corona menjadi *Public Health Emergency of International Concern*/ kedaruratan kesehatan masyarakat yang meresahkan pada tanggal 30 Januari 2020 (Savira et al., 2021). Ditetapkannya covid-19 sebagai pandemik global membuat Pemerintah Indonesia menetapkan kebijakan strategis agar menghindari penularan virus ini (Harahap et al., 2020a). Kebijakan yang dikeluarkan oleh Pemerintah dalam bentuk Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) (Syah, 2020). PSBB adalah pembatasan kegiatan yang diberlakukan terhadap penduduk di wilayah yang diperkirakan telah terinfeksi covid-19 (Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan, 2021).

Pembatasan tersebut menghimbau agar masyarakat menghindari tempat keramaian dan beribadah di rumah. Hampir semua aktivitas yang biasanya

dilakukan di luar rumah terhambat. Kebijakan sosial dan *physical distancing* mendorong pemerintah mengeluarkan kebijakan melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, yaitu program *home learning* atau pembelajaran secara daring. Proses pembelajaran daring ini berlaku untuk setiap jenjang pendidikan mulai dari TK, SD, SMP, SMA hingga Perguruan Tinggi. Hal ini untuk menghindari kontak fisik yang menyebabkan penyebaran virus semakin meluas (Lubis et al., 2021).

Satuan Tugas Penanganan Covid-19 menyatakan bahwa 226 negara di seluruh dunia telah terkonfirmasi covid-19. Jumlah kasus positif covid-19 di Indonesia pada tanggal 22 November 2021 sebanyak 4.253.598 orang, sedangkan angka kematian sebanyak 143.744 orang (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2021). Tanggal yang sama di Jawa Timur jumlah terkonfirmasi COVID-19 sebanyak 399.137 orang, sedangkan di Jember kasus positif covid-19 sebanyak 1.620 orang (Pemerintah Provinsi Jawa Timur, 2021).

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (KEMENDIKBUD) memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar di masa pandemi covid-19. Hal tersebut bersumber dari surat edaran tentang pembelajaran online dan *telecommuting* terkait pencegahan wabah covid-19 dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 pada 17 Maret 2020. Universitas Gadjah Mada (UGM), Universitas Negeri Medan (Unimed), Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS), Universitas Teuku Umar (UTU), dan Universitas Terbuka (UT) adalah beberapa perguruan tinggi yang telah melakukan pembelajaran daring akibat pandemi covid-19 (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Masa pandemi yang harus melakukan pembatasan sosial dan mematuhi protokol kesehatan, perubahan metode pembelajaran yang menyita waktu mahasiswa lebih lama di dalam rumah mengakibatkan bertambahnya tugas rumah yang harus dikerjakan, ditambah dengan tuntutan akademik dari orang tua dan dosen, serta kendala lain saat melakukan perkuliahan seperti jaringan yang tidak stabil, kendala biaya pembelian kuota internet, sarana dan prasarana yang terkait menempatkan mereka di bawah tekanan akademik.

Ketidakmampuan mahasiswa untuk beradaptasi dengan situasi tersebut membuat mereka merasa stres. Psikolog menggunakan istilah stres untuk menggambarkan tekanan atau tuntutan atas individu untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan lingkungannya (Syarifah, 2021). Stres akademik didefinisikan sebagai situasi dimana seseorang tidak mampu menghadapi persyaratan akademik dan menganggap tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan (Barseli et al., 2017).

Dampak negatif yang muncul akibat stres tersebut dapat mempengaruhi aktivitas individu dalam melakukan banyak hal. Individu menjadi sulit untuk berkonsentrasi dan malas dalam melakukan sesuatu karena adanya perasaan tertekan, sehingga individu menjadi sulit untuk mengontrol diri. Begitu pula saat kegiatan belajar, saat belajar individu memerlukan kemampuan berpikir dan konsentrasi yang tinggi. Jika individu tidak bisa berkonsentrasi dalam belajar maka dapat membuat individu kesulitan dalam memahami pelajaran, tidak fokus serta membuat individu kehilangan motivasi belajarnya (Syarifah, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harahap et al. (2020) tentang analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa covid-19, ditemukan bahwa dari 300 mahasiswa sebanyak 39 mahasiswa (13%) memiliki tingkat stres akademik kategori tinggi, 225 mahasiswa (75%) memiliki tingkat stres akademik pada kategori sedang, dan 36 mahasiswa (12%) memiliki tingkat stres akademik pada kategori rendah.

Untuk mengatasi stress ataupun mengurangi tingkat stress, individu biasanya akan melakukan koping. Koping adalah rangkaian usaha yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan atau beban internal maupun eksternal yang dinilai memberatkan individu dan melebihi sumber daya atau kekuatan individu (Syarifah, 2021). Stuart (2014) mengatakan bahwa ketika mengalami masalah, klien menggunakan berbagai mekanisme koping untuk mencoba mengatasinya. Ketidakmampuan mengatasi masalah secara konstruktif merupakan penyebab utama terjadinya perilaku patologis.

Lazarus dan Folkman mengungkapkan bahwa terdapat dua tipe koping yang umum digunakan untuk mengatasi stres, yaitu *problem focused coping* atau koping yang berfokus pada akar masalah dan *emotion focused coping* yang berfokus pada emosi. Strategi koping yang baik dapat menghasilkan kualitas hidup yang lebih baik dan mengarah pada tindakan yang positif. Sebaliknya, jika strategi koping yang digunakan tidak tepat dapat menghasilkan kualitas hidup yang buruk dan dapat mengalami distress psikologis yang serius (Ekawarna, 2018).

Hidayah et al. (2020) mengenai tingkat stres dan strategi koping mahasiswa keperawatan di masa pandemi covid-19, survei strategi koping mahasiswa selama

pandemi covid-19 didapatkan strategi koping yang paling umum digunakan adalah pengendalian diri atau *self control* dengan persentase 92,9%, diikuti oleh *confrontive coping* 92,1%, *planful problem solving* 88,6%, *positive reappraise* 88,6%, *accepting responsibility* 86,4%, *seeking social* 77,9%, *escape avoidance* 74,3%, dan *distancing* 55,7%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tentang strategi koping mahasiswa saat mengalami stres akademik pada 10 mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi tiap angkatan 2019, 2020, dan 2021. Didapatkan hasil strategi koping yang mereka lakukan adalah bermain game, pergi berlibur/sekedar ngopi bersama teman, menonton film/drama, tidur, mendengarkan musik, berolahraga, makan, dan belajar.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19,
- b. Mengidentifikasi strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19,

- c. Menganalisis hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan landasan pengetahuan bagi peneliti dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah, serta sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis mengenai hubungan strategi koping mahasiswa terhadap stres akademik selama pandemi covid-19.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan evaluasi mengenai tingkat stres dan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19.

- b. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi mengenai hubungan strategi koping mahasiswa terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19, serta dapat mengembangkan proses pembelajaran sesuai dengan situasi dan kondisi sehingga dapat mengurangi kejenuhan pada proses pembelajaran antara mahasiswa dan dosen.

- c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan dan informasi mengenai tingkat stres, strategi koping yang digunakan, dan mengetahui hubungan antara keduanya.

1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti menganalisis tentang mekanisme koping yang berkaitan dengan stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. Penelitian yang membahas tentang mekanisme koping pada stres akademik mahasiswa dikala pandemi masih sedikit jumlahnya, namun permasalahan pada mahasiswa yang mengalami stres akademik selama pandemi masih mungkin akan terjadi karena situasi dan kondisi yang saat ini terjadi. Peneliti kemudian mencari dan menemukan salah satu penelitian yang mendekati dengan topik yang peneliti angkat mengenai strategi koping mahasiswa terhadap tingkat stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19. Perbandingan penelitian tersebut adalah (Fitriasari et al., 2020) sebagai berikut:

Table 1.1 Perbandingan Penelitian

Variabel	Penelitian Sebelumnya	Penelitian Sekarang
Judul	Stres Pembelajaran Online Berhubungan dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19	Hubungan Stres Akademik Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19
Tempat penelitian	Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya	Universitas dr. Soebandi Jember
Tahun penelitian	2020	2022
Sampel penelitian	Mahasiswa S1 Keperawatan tingkat 2 dan 4 yang aktif dan bersedia menjadi responden dengan jumlah 132 responden	Mahasiswa S1 Keperawatan tingkat 2, 4, dan 6 yang aktif dan bersedia menjadi responden dengan jumlah 235 responden
Peneliti	Andikawati, Fitriasari, Yurike Septianingrum, Syiddatul Budury, dan Khamida Khamida	Siti Nur Aisyah
Desain penelitian	Penelitian analitik korelasional, menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	Penelitian kuantitatif, tipe desain penelitian <i>survey research</i> , desain studi <i>cross sectional</i>
Teknik sampling	<i>Purposive sampling</i>	<i>Simple random sampling</i>

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pandemi Covid-19

2.1.1 Definisi Pandemi Covid-19

World Health Organization (WHO) sudah menetapkan Covid-19 sebagai sebuah ancaman pandemi. Pengertian pandemi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah wabah yang menyebar serempak di semua tempat ataupun lingkup geografi yang luas. Permasalahan ini bermula terjadi di Wuhan, Tiongkok dan mulai menyebar hampir seluruh dunia. Penyebaran covid-19 ini sangat cepat serta tidak dapat diprediksi kapan pandemi covid-19 ini berakhir (Ristyawati, 2020).

2.1.2 Dampak Pandemi Covid-19

Pandemi covid-19 memberikan dampak yang cukup signifikan dalam penurunan kualitas hidup manusia dalam berbagai aspek, baik fisik, psikologis, maupun lingkungan (Banerjee et al., 2020). Ada beberapa bidang yang berdampak akibat pandemi ini, antara lain:

1) Bidang kesehatan

Pada aspek kesehatan, dampak pandemi covid-19 adalah tingginya jumlah kasus positif dan kematian akibat covid-19. Tingginya jumlah kasus positif covid-19 membuat sumber daya yang dimiliki oleh pemerintah, baik pusat maupun daerah dikonsentrasikan untuk penanganan covid-19. Sebagai akibatnya, pelayanan kesehatan untuk selain covid-19 menjadi terhambat.

Selain itu, penurunan layanan kesehatan juga dipengaruhi oleh sikap pengguna layanan kesehatan yang merasa khawatir untuk mengakses layanan kesehatan (Aeni, 2021).

2) Bidang Ekonomi

Seluruh negara yang mengalami pandemi covid-19 akan mengalami penurunan pertumbuhan ekonomi dengan tingkat yang berbeda, bergantung pada kebijakan yang dijalankan dan jumlah penduduk. Perlambatan ekonomi pada masa pandemi covid-19 utamanya disebabkan oleh perubahan penyaluran dan permintaan akan barang dan jasa karena kebijakan pembatasan aktivitas yang dijalankan. Selain itu, negara berkembang diperkirakan akan mengalami dampak ekonomi yang lebih nyata dibandingkan negara maju (Aeni, 2021).

3) Bidang sosial

Perlambatan ekonomi yang terjadi pada masa pandemi covid-19 ini selanjutnya menyebabkan peningkatan pengangguran serta kemiskinan. Pandemi covid-19 menyebabkan banyak pekerja yang kehilangan pekerjaan, sementara angkatan kerja baru juga tidak berusaha mencari pekerjaan karena ketidaktersediaan lapangan kerja baru. Selanjutnya, pandemi covid-19 juga menyebabkan penurunan pendapatan yang diikuti meningkatnya jumlah penduduk miskin. Penduduk miskin merupakan kelompok yang paling rentan terkena dampak pandemi covid-19. Pandemi covid-19 menyebabkan peningkatan pengangguran menjadi lebih dari 7%, sementara kemiskinan juga meningkat menjadi 9,77% (Aeni, 2021).

4) Bidang pendidikan

Dampak dari pandemi covid-19 terhadap pembelajaran di perguruan tinggi salah satunya adalah perubahan bentuk pembelajaran menjadi pembelajaran online. Tuntutan untuk melaksanakan gerakan *social distancing* serta adanya kebijakan *work from home*, mengharuskan dosen mengubah mode pembelajarannya dari pembelajaran konvensional di dalam ruang kelas menjadi pembelajaran online yang dapat diikuti mahasiswa dari mana saja. Pembelajaran online ini dilakukan baik secara sinkron menggunakan aplikasi Zoom atau Google Meet, maupun asinkron yaitu menggunakan aplikasi seperti Google Classroom, Edmodo, WhatsApp dan Email (Firman, 2020).

2.2 Stres Akademik

2.2.1 Definisi Stres Akademik

Stres akademik didefinisikan sebagai situasi di mana seorang individu tidak dapat memenuhi persyaratan akademik dan menganggap tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan (Barseli et al., 2017). Stres akademik adalah perasaan depresi yang dialami oleh mahasiswa baik secara fisik maupun emosional, dikarenakan adanya tuntutan akademik dari dosen maupun orang tua untuk mendapatkan hasil belajar yang baik, menyelesaikan tugas tepat waktu, tidak adanya arahan dalam mengerjakan tugas pekerjaan rumah, dan suasana kelas atau lingkungan yang tidak kondusif (Taslim & Cahyani, 2021).

Menurut Hasan (2012) stres akademik adalah stres yang dialami seseorang yang berpartisipasi dalam civitas akademika. Dengan kata lain, individu mengalami stres yang berasal dari lingkungan akademiknya (Hasan, 2012). Berdasarkan beberapa sumber tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa stres

akademik merupakan respon individu terhadap beban atau tuntutan akademik dari lingkungan sekitar selama melakukan pembelajaran yang tidak sesuai dengan kemampuannya.

2.2.2 Penyebab Stres Akademik

Ada beberapa penyebab stres akademik pada pelajar (Taslim & Cahyani, 2021), yaitu:

1) Adaptasi Proses Belajar

Adaptasi mahasiswa dalam perkuliahan di tengah masa pandemi sekarang ini merupakan hal yang sangat baru dan belum pernah terjadi sebelumnya, kegiatan belajar mengajar yang dilakukan secara daring memiliki dampak yang besar. Perkuliahan secara daring menuntut mahasiswa untuk berpikir kritis dan mandiri karena keadaan pandemi ini membuat jarak yang jauh antara mahasiswa dengan teman seangkatannya. Individu yang mengalami kesulitan untuk beradaptasi akan mengalami gangguan dalam proses belajar, berinteraksi dengan lingkungan dan bisa mengalami stres.

Beberapa hal yang dapat mempengaruhi mahasiswa mengalami stres diantaranya, yaitu:

- a. Cara dosen mengajar. Metode pengajaran yang tepat dan menarik dalam penyampaian materi yang dijelaskan oleh dosen kepada mahasiswa akan membuat mahasiswa tertarik untuk memperhatikan, serta tidak membuat mahasiswa merasa jenuh dan materi yang disampaikan akan mudah untuk dipahami serta menyenangkan untuk didengar.

- b. Jadwal perkuliahan. Jadwal perkuliahan yang padat, tidak konsisten dan dapat berubah sewaktu-waktu dapat menyulitkan mahasiswa dalam mengatur waktu untuk melakukan kegiatan baik di dalam maupun di luar kampus.
- c. Hubungan dengan teman. Hubungan dengan teman menjadi faktor yang paling dominan mempengaruhi tingkat stres mahasiswa. Mahasiswa yang tidak dapat beradaptasi dan bergaul akan kesulitan dalam belajar karena tidak adanya dukungan dan bantuan dari teman-teman sekitar. Hal tersebut dapat menurunkan pertahanan diri seseorang terhadap stressor.

2) Kurang Motivasi Akademik

Menurut KBBI motivasi merupakan suatu dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Rendahnya motivasi yang diberikan seseorang dapat meningkatkan stres, merasakan adanya tekanan dari dalam dirinya terhadap tuntutan tugas dan kegiatan yang harus segera diselesaikan. Rendahnya motivasi dapat membuat seseorang tidak mampu untuk menyesuaikan diri dan tidak dapat membagi waktu antara kegiatan akademik dan non-akademik.

3) Koping Tidak Adekuat

Seseorang yang memiliki mekanisme koping yang baik maka akan dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, namun jika seseorang memiliki mekanisme koping yang buruk maka akan menyebabkan dirinya tidak mampu menyelesaikan masalah, yang pada akhirnya akan menimbulkan stres.

4) Pembelajaran Sistem Blok

Pembelajaran dengan sistem pengelompokan belajar efektif dalam satuan waktu dimana pada awal hingga tengah semester mahasiswa mendapat materi konsep teori dan pada akhir semester mahasiswa melakukan praktikum ataupun sebaliknya.

Bagi mahasiswa yang tidak menyukai tentang materi konsep teori tentunya ini akan menjadi masalah, sehingga pada saat pembelajaran berlangsung mahasiswa akan merasa kurang minat dan motivasi dalam memperhatikan penjelasan dari dosen pengajar. Jika dibiarkan secara terus-menerus akan berdampak negatif pada hasil akhir evaluasi pembelajaran.

2.2.3 Faktor Penyebab Stres Akademik

Stres akademik disebabkan oleh *academic stressor*, yaitu stres yang berpangkal dari proses pembelajaran seperti: tekanan untuk naik kelas, lamanya belajar, mencontek, banyak tugas, rendahnya prestasi yang diperoleh, keputusan menentukan jurusan dan karir, serta kecemasan saat menghadapi ujian (Sayekti, 2017).

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik ada faktor internal dan faktor eksternal (Barseli et al., 2017).

1) Faktor internal

a. Pola pikir

Individu yang berpikir tidak dapat mengendalikan situasi, cenderung mengalami stres lebih besar. Semakin besar kendali bahwa ia dapat

melakukan sesuatu, semakin kecil kemungkinan stres yang akan dialami siswa.

b. Kepribadian

Kepribadian seorang siswa dapat menentukan tingkat toleransinya terhadap stres. Tingkat stres siswa yang optimis biasanya lebih kecil dibandingkan siswa yang sifatnya pesimis.

c. Keyakinan

Keyakinan terhadap diri memainkan peranan penting dalam menginterpretasikan situasi-situasi di sekitar individu. Penilaian yang diyakini siswa dapat mengubah pola pikirnya terhadap suatu hal bahkan dalam jangka panjang dapat membawa stres secara psikologis.

2) Faktor eksternal

a. Pelajaran lebih padat

Kurikulum dalam sistem pendidikan standarnya semakin lebih tinggi. Akibatnya persaingan semakin ketat, waktu belajar bertambah, dan beban siswa semakin meningkat. Walaupun beberapa alasan tersebut penting bagi perkembangan pendidikan dalam negara, tetapi tidak dapat menutup mata bahwa hal tersebut menjadikan tingkat stres yang dihadapi siswa meningkat.

b. Tekanan untuk berprestasi tinggi

Para siswa sangat ditekan untuk berprestasi dengan baik dalam ujian-ujian mereka. Tekanan ini terutama datang dari orang tua, keluarga, guru, tetangga, teman sebaya, dan diri sendiri.

c. Dorongan status sosial

Pendidikan selalu menjadi simbol status sosial. Siswa yang berhasil secara akademik sangat disukai, dikenal, dan dipuji oleh masyarakat. Sebaliknya, siswa yang tidak berprestasi di sekolah disebut lambat, malas atau sulit. Mereka dianggap sebagai pembuat masalah, cenderung ditolak oleh guru, dimarahi orangtua, dan diabaikan teman-teman sebayanya.

d. Orang tua saling berlomba

Pada kalangan orang tua yang lebih terdidik dan kaya informasi, persaingan untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dalam berbagai aspek juga lebih keras. Seiring dengan perkembangan pusat pendidikan informal, berbagai macam program tambahan, kelas seni rupa, musik, balet, dan drama yang juga menimbulkan persaingan siswa terpandai, terpintar, dan serba-bisa.

2.2.4 Dampak Stres

Dampak stres dibedakan menjadi dalam 3 kategori, yakni; dampak fisiologik, dampak psikologik, dan dampak perilaku (Priyoto, 2014).

1) Dampak Fisiologis

Secara umum orang yang mengalami stres mengalami sejumlah gangguan fisik seperti : mudah masuk angin, mudah pusing, kejang otot (kram), mengalami kegemukan atau menjadi kurus yang tidak dapat dijelaskan, juga bisa menderita yang lebih serius seperti *cardiovascular*, hipertensi, dst.

Secara rinci dapat diklasifikasi sebagai berikut:

- a. Gangguan pada organ tubuh hiperaktif dalam salah satu sistem tertentu
Muscle myopathy: otot tertentu mengencang/melemah, tekanan darah naik:
 kerusakan jantung dan arteri, sistem pencernaan: maag, diare.
- b. Gangguan pada sistem reproduksi
Amenorrhea: tertahannya menstruasi, kegagalan ovulasi pada wanita,
 impoten pada pria, kurang produksi semen pada pria.
- c. Gangguan lainnya, seperti pusing (migrain), tegang otot, rasa bosan, dst.

2) Dampak Psikologis

- a. Keletihan emosi, jenuh, penghayatan ini merupakan tanda pertama dan punya peran sentral bagi terjadinya *burnout*.
- b. Pencapaian pribadi yang menurun, sehingga berakibat pula menurunnya rasa kompeten dan rasa sukses.

3) Dampak Perilaku

- a. Prestasi belajar menurun dari sering terjadi tingkah laku yang tidak berterima oleh masyarakat
- b. Level stres yang cukup tinggi berdampak negatif pada kemampuan mengingat informasi, mengambil keputusan mengambil langkah tepat.
- c. Stres yang berat seringkali banyak membolos atau tidak aktif mengikuti kegiatan pembelajaran.

2.2.5 Penilaian Terhadap Stres

Menurut Lazarus (1985), membagi penilaian terhadap stres menjadi dua tahap (Nasir & Muhith, 2011), yaitu:

1) *Primary Appraisal*

Primary Appraisal merupakan proses penentuan makna dari suatu peristiwa yang dialami individu. Tahap ini memiliki tiga komponen, yaitu :

- a. *Goal relevance*: yaitu penilaian yang mengacu pada tujuan seseorang, juga bagaimana hubungan peristiwa yang terjadi dengan tujuan personalnya.
- b. *Goal congruence or incongruence*: yaitu penilaian yang mengacu pada apakah hubungan antara peristiwa di lingkungan dan individu tersebut konsisten dengan keinginan individu atau tidak (*goal congruence*), dan apakah hal tersebut menghalangi atau memfasilitasi tujuan personalnya (*goal incongruence*).
- c. *Type of ego involvement*: yaitu penilaian yang mengacu pada berbagai macam aspek dari identitas ego atau kompetensi seseorang.

2) *Secondary Appraisal*

Secondary Appraisal merupakan penilaian mengenai individu dalam mengendalikan coping beserta sumber daya yang dimilikinya. Tahap ini memiliki 3 komponen sebagai berikut:

- a. *Blame and credit*: penilaian mengenai siapa yang bertanggung jawab atas situasi menekan yang terjadi atas diri individu.
- b. *Coping-potential*: penilaian mengenai bagaimana individu dapat mengatasi situasi menekan atau mengaktualisasi komitmen pribadinya.

- c. *Future expectancy*: penilaian mengenai apakah untuk alasan tertentu individu mungkin berubah secara psikologis untuk menjadi lebih baik atau buruk.

2.3 Strategi Koping

2.3.1 Definisi Strategi Koping

Setiap individu dari semua umur dapat mengalami stres dan akan menggunakan berbagai cara untuk menghilangkan stres yang sedang dialami. Ketegangan fisik dan emosional menyertai stres dan menimbulkan ketidaknyamanan, hal ini yang membuat individu menjadi termotivasi untuk melakukan sesuatu demi mengurangi stres. Usaha yang dilakukan oleh individu tersebut disebut dengan koping (Gunawan, 2018). Koping adalah suatu bentuk perilaku pemecahan masalah, jika pemecahan masalah gagal maka akan menghasilkan stres. Koping melibatkan strategi kognitif dan perilaku, serta direpresentasikan dengan penyesuaian kepada situasi atau penyesuaian dari situasi (Ekawarna, 2018).

Lazarus (1991) mendefinisikan strategi koping sebagai usaha kognitif dan perilaku seseorang untuk mengorganisasikan sumber daya personal untuk mencapai tujuannya (Puspitawati, 2018). Strategi koping merupakan koping yang yang digunakan individu secara sadar dan terarah dalam mengatasi saksi atau stresor yang dihadapinya (Nursalam & Kurniawati, 2017).

Strategi koping adalah sebuah cara atau proses yang dilakukan seseorang untuk mengelola perbedaan antara yang dirasakan dengan tuntutan lingkungan atau situasi yang mengancam (Gunawan, 2018). Dari penjelasan mengenai strategi koping di atas, dapat disimpulkan bahwa strategi koping adalah upaya-

upaya yang dilakukan individu dalam menghadapi situasi penuh tekanan atau yang mengancam dirinya dengan menggunakan sumber daya yang ada untuk mengurangi tingkat stres atau tekanan yang dialami.

2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Koping

Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi koping (Susantyo et al., 2020) meliputi:

- 1) Kesehatan fisik. Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi tekanan individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.
- 2) Keyakinan atau pandangan positif. Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*external locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan coping .
- 3) Keterampilan memecahkan masalah. Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.
- 4) Keterampilan sosial. Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertindak laku dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

- 5) Dukungan sosial. Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.
- 6) Materi. Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

2.3.3 Bentuk Strategi Koping

Jenis strategi koping menurut Lazarus dan Folkman (1985) yang biasa dilakukan menghadapi stres yaitu strategi koping fokus masalah (*problem focused coping*) dan strategi koping fokus emosi (*emotional focused coping*) adalah sebagai berikut (Ekawarna, 2018):

1) *Problem focused coping*

Adalah upaya untuk melakukan suatu aktivitas untuk menghilangkan keadaan yang menimbulkan stres. Cara tindakan dalam koping berfokus masalah meliputi tiga cara:

- a. *Planful problem solving*, yaitu bereaksi dengan melakukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan.
- b. *Confrontative coping*, yaitu reaksi mengubah keadaan yang menggambarkan tingkat risiko yang harus diambil.
- c. *Seeking social support*, yaitu bereaksi dengan mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.

2) *Emotion focused coping*

Adalah upaya untuk mengontrol konsekuensi emosional dari peristiwa yang menimbulkan stres atau berpotensi menimbulkan stres. Kemudian pada koping berfokus pada emosi, individu melakukan berbagai usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi, tanpa melakukan usaha mengubah stressor secara langsung. Dalam strategi ini terdapat lima cara sebagai berikut:

- a. *Self controlling*, yaitu bereaksi melakukan regulasi, baik dalam perasaan maupun tindakan.
- b. *Distancing*, yaitu tidak melibatkan diri dalam permasalahan.
- c. *Escape avoidance*, yaitu menghindar atau melarikan diri dari masalah yang dihadapi
- d. *Accepting responsibility*, yaitu bereaksi dengan menumbuhkan kesadaran akan peran diri dalam permasalahan yang dihadapi, dan berusaha menjadikan segala sesuatu sebagaimana mestinya.
- e. *Positive reappraisal*, yaitu beraksi dengan menciptakan makna positif dalam diri, yang bertujuan untuk mengembangkan diri termasuk melibatkan hal-hal yang religious.

2.3.4 Sumber Koping

Kemahiran dalam mengatasi setiap masalah adalah koping yang dimiliki oleh seseorang ketika menerima respon terhadap stressor atau tekanan (Supinganto et al., 2021). Koping yang dimiliki oleh setiap individu ada 2, yaitu:

1) Kemampuan Internal

Kemampuan internal atau dari dalam diri seseorang berupa kemampuan personal (*personal abilities*) dan keyakinan positif (*positive belief*). Kemampuan personal individu meliputi pengetahuan, motivasi, dan kemampuan dalam memecahkan masalah. Sedangkan keyakinan positif berkembang dalam diri yang sudah diajarkan oleh keluarga dan sekitarnya. Keyakinan positif ini dapat berupa keyakinan spiritual dan gambaran positif terhadap dirinya dalam menghadapi masalah.

2) Kemampuan Eksternal

Kemampuan eksternal atau dari luar individu adalah dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan materi (*material assets*). Dukungan keluarga merupakan poin terpenting dalam sumber koping karena seseorang tidak merasa sendiri ketika menghadapi masalah. Secara umum material aset dibedakan menjadi dua, yaitu ketersediaan pelayanan kesehatan dan finansial. Pusat pelayanan kesehatan meliputi puskesmas, klinik atau balai pengobatan, dan rumah sakit. Agar dapat meraih pusat pelayanan kesehatan, seseorang harus memiliki sumber finansial yang mencukupi.

2.3.6 Klasifikasi Mekanisme Koping

Stuart dan Sundeen (1998) membagi koping dibagi menjadi dua, yaitu :

1) Mekanisme koping adaptif

Mekanisme koping adaptif yaitu mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang, dan aktivitas konstruktif.

2) Mekanisme koping maladaptif

Mekanisme koping maladaptif yaitu mekanisme koping yang menghambat fungsi integrasi, memecahkan pertumbuhan, menurunkan otonomi, dan cenderung menguasai lingkungan.

2.4 Pengukuran Variabel

2.4.1 Pengukuran Stres Akademik

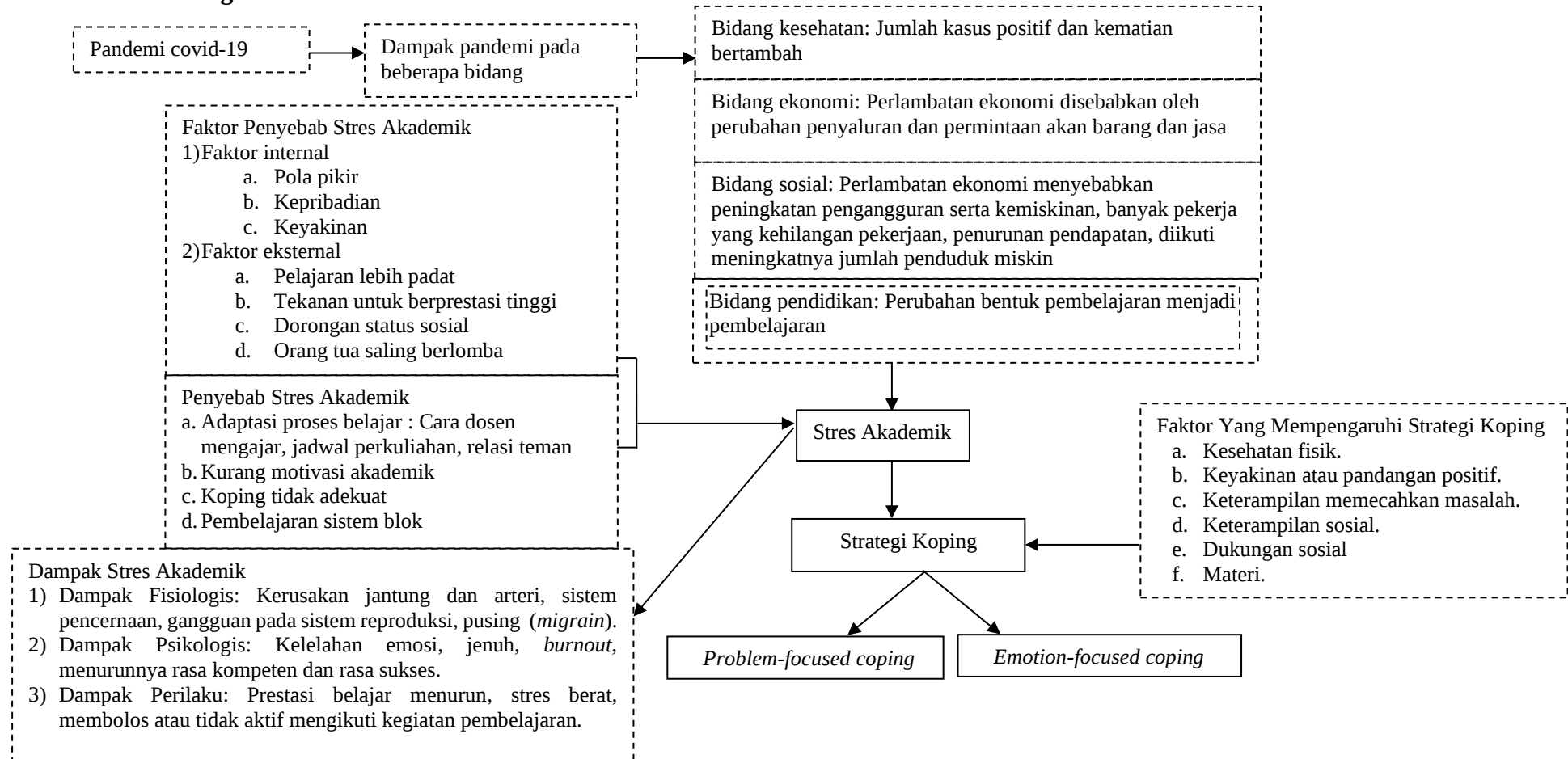
Mengetahui sejauh mana derajat stres akademik seseorang apakah ringan, sedang, atau berat dengan menggunakan alat ukur stres akademik *The Perception Academic Stress Scale* (PASS) oleh Bedewy & Gabriel (2015) yang telah dimodifikasi. Kuesioner ini terdiri dari 18 item yang mengukur aspek stres akademik, yaitu harapan akademik, tuntutan perkuliahan dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa. Reliabilitas kuesioner ini adalah 0,7, tingkatan stres pada kuesioner ini dibagi menjadi 3 yaitu, rendah, sedang, dan berat. Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 5 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrumen ini adalah *likert* dengan

pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, dan sangat setuju.

2.4.2 Pengukuran Strategi Koping

Strategi koping stres akademik diukur menggunakan kuesioner Ways of Coping yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1986) yang telah dimodifikasi untuk melihat jenis strategi koping apa yang digunakan seseorang untuk menghadapi stresnya. Kuesioner ini terdiri dari 50 item pertanyaan, terdiri dari *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC). Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 4 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrumen ini adalah *likert* dengan pilihan jawaban, yaitu : tidak pernah, jarang, kadang-kadang, dan sering. Reliabilitas kuesioner ini adalah dari 0,71 hingga 0,94 (Gunawan, 2018).

2.5 Kerangka Teori

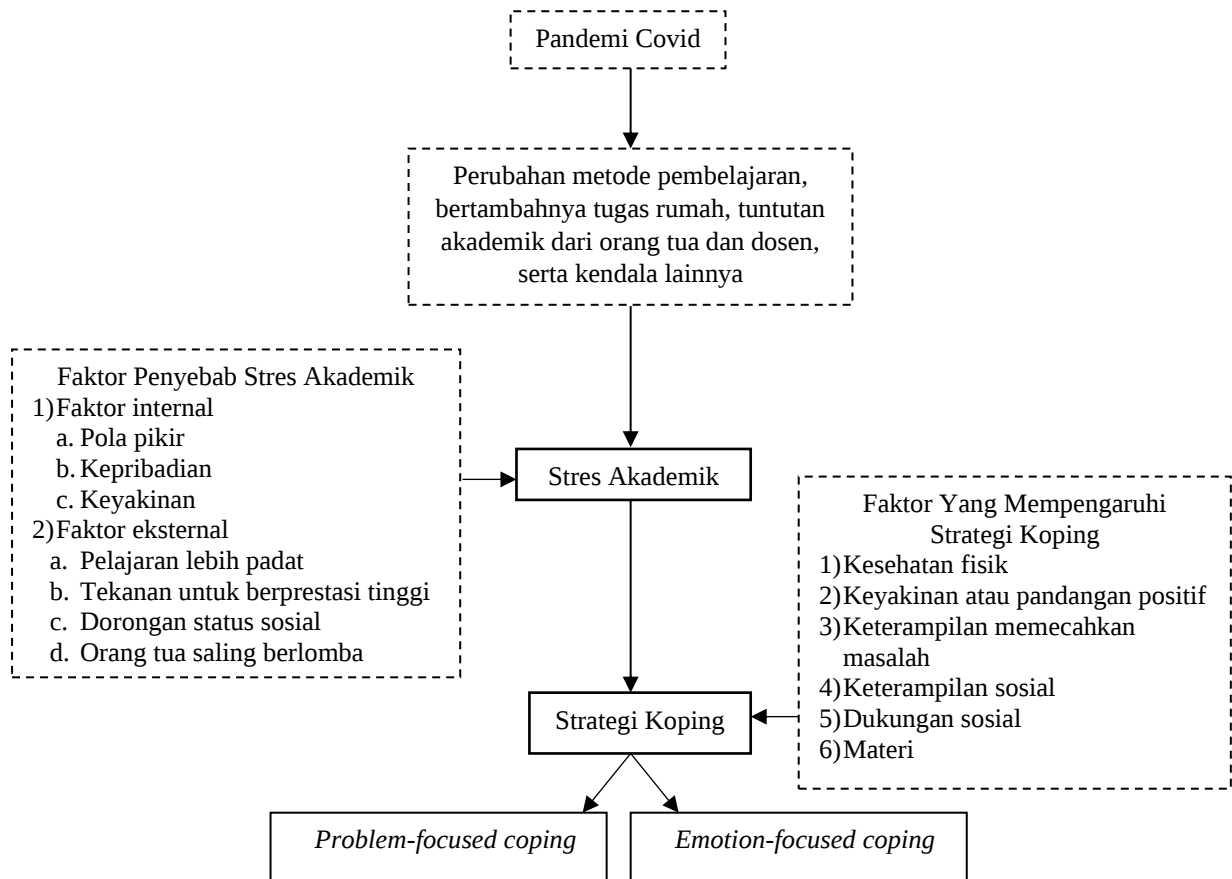


Gambar 2.1 Kerangka Teori

BAB 3

KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Strategi Koping Mahasiswa Dalam Mengatasi Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

Keterangan : _____ : Diteliti
 - - - - - : Tidak diteliti

3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris. Hipotesis adalah keterangan sementara dari hubungan fenomena-fenomena yang kompleks. Oleh karena itu, perumusan hipotesis menjadi sangat penting dalam sebuah penelitian (Setyawan, 2021). Adapun hipotesis dalam penelitian ini menggunakan hipotesis alternatif (H_a), yaitu:

H_a : Terdapat hubungan stres akademik dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif yang menggambarkan adanya hubungan antar variabel (Sugiyono, 2016). Tipe desain penelitian ini adalah *survey research*, yaitu jenis penelitian yang digunakan untuk meneliti perilaku suatu individu atau kelompok dimana peneliti melakukan pengambilan sampel dari suatu populasi dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengambilan data (Sucipto, 2020). Desain penelitian ini menggunakan desain studi *crossectional*, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu waktu (*poin time approach*) (Sandu & Sodik, 2015).

4.2 Populasi Dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sandu & Sodik, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember angkatan 2019, 2020, dan 2021 yang keseluruhan berjumlah 571. Alasan peneliti mengambil populasi tersebut karena sebelumnya peneliti sudah melakukan studi pendahuluan di kampus dan

populasi tersebut sesuai dengan permasalahan yang ingin diteliti oleh peneliti. Selain hal tersebut, alasan peneliti adalah dari sisi mudah dijangkau sehingga mempermudah peneliti untuk mendapatkan data yang mendukung penelitian.

4.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya (Sandu & Sodik, 2015). Pengambilan sampel dilakukan karena adanya keterbatasan kemampuan dari peneliti dalam mengambil seluruh subjek penelitian atau populasi, serta pertimbangan waktu, tenaga, dan juga biaya. Besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% dan estimasi *error* 0,05 (Norfai, 2021) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{571}{1 + 571(0,05)^2}$$

$$n = 235,22$$

$$n = 235 \text{ responden (dibulatkan)}$$

Keterangan :

n = Besar sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah populasi

d = Konstanta (5% = 0,05)

Sampling adalah teknik pengambilan sampel dari populasi, untuk menentukan sampel yang akan digunakan. *Probability sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. Pada penelitian ini menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel pada populasi yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2016).

Hasil dari rumusan diatas didapatkan 235 responden dengan pembagian 3 angkatan yaitu 2019, 2020, dan 2021 dengan rumus:

$$n = \frac{\text{Jumlah mahasiswa}}{N} \times \text{besar sampel keseluruhan}$$

Keterangan :

n = Sampel tiap angkatan

N = Jumlah populasi

$$\text{Angkatan 2019} \quad n = \frac{171}{571} \times 235$$

$$n = 70 \text{ responden}$$

$$\text{Angkatan 2020} \quad n = \frac{167}{571} \times 235$$

$$n = 69 \text{ responden}$$

$$\text{Angkatan 2021} \quad n = \frac{233}{571} \times 235$$

$$n = 96 \text{ responden}$$

Menghindari bias hasil penelitian, maka ditetapkan kriteria eksklusi. Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat

mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat kriteria inklusi. Adapun kriteria eksklusi dan inklusi sebagai berikut:

1) Kriteria inklusi :

- a. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2019, 2020, dan 2021 Universitas dr. Soebandi Jember.
- b. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan angkatan 2019, 2020, dan 2021 Universitas dr. Soebandi Jember yang bersedia menjadi responden.

2) Kriteria eksklusi :

- a. Mahasiswa program studi ilmu keperawatan yang sedang sakit saat pengambilan data dilakukan.
- b. Mahasiswa yang sedang cuti.

4.3 Variabel Penelitian

Variabel dalam suatu penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel independen (bebas) merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan variabel dependen (variabel terikat), variabel independen pada penelitian ini adalah strategi koping mahasiswa. Variabel dependen (terikat) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas, variabel dependen pada penelitian ini adalah stres akademik mahasiswa.

4.4 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas dr. Soebandi Jember.

4.5 Waktu Penelitian

Proses penelitian ini dimulai pada bulan Desember 2021 sampai September 2022 terhitung sejak penyusunan proposal sampai dengan skripsi, dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas dr. Soebandi dengan nomor surat 283/KEPK/UDS/VIII/2022.

4.6 Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel diukur. Dengan membaca definisi operasional dalam suatu penelitian, seorang peneliti akan mengetahui pengukuran suatu variabel, sehingga peneliti dapat mengetahui baik buruknya pengukuran tersebut (Sandu & Sodik, 2015).

Tabel 4.1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala	Skor/kategori
Dependen: stres akademik	Respon terhadap stresor berupa peristiwa, objek atau orang di lingkungan akademik yang dinilai sebagai ancaman atau tekanan sehingga mempengaruhi kondisi fisik, perilaku, pikiran dan emosi yang diukur melalui kuesioner	Mencangkup 3 aspek: 1. Harapan akademik 2. Tuntutan perkuliahan dan ujian 3. Persepsi diri akademik mahasiswa Terdiri dari 14 pernyataan dengan pilihan jawaban: Pernyataan negatif: Pernyataan positif 1 : sangat tidak setuju 1 : sangat setuju 2 : tidak setuju 2 : setuju 3 : netral 3 : netral 4 : setuju 4 : tidak setuju 5 : sangat setuju 5 : sangat tidak setuju	Kuesioner <i>The Perception of Academic Stress Scale (PASS)</i>	Ordinal	Rendah : N < 35 Sedang : N = 35 – 49 Tinggi : N > 49
Independen: strategi koping	Usaha-usaha mahasiswa dalam melakukan perubahan kognitif dan perilakunya secara konstan untuk menangani stres akademik yang dihadapi	Mencangkup 2 aspek: 1. Koping yang berfokus pada masalah a. Pemecahan masalah yang terencana b. Mengatasi masalah dengan konfrontatif c. Mencari dukungan sosial 2. Koping yang berfokus pada emosi a. Menjaga jarak b. Kontrol diri c. Melarikan diri/menghindar d. Menerima tanggung jawab e. Menilai dengan positif Terdiri dari 39 soal pernyataan dengan pilihan jawaban: 0 : tidak pernah 1 : jarang 2 : kadang-kadang 3 : sering	Kuesioner <i>Ways of Coping (WOC)</i>	Nominal	Penilaian: PFC > EFC : koping yang berfokus pada masalah (PFC) PFC < EFC : koping yang berfokus pada emosi (EFC)

4.7 Teknik Pengumpulan Data

4.7.1 Instrumen

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati atau variabel penelitian (Sugiyono, 2016). Penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.

1) Pengukuran stres akademik

Stres akademik pada penelitian ini diukur menggunakan kuesioner *The Perception of Academic Stress Scale* (PASS) diadopsi dari Bedewy & Gabriel 2015 (Rizky, 2021) yang telah dimodifikasi oleh peneliti agar sesuai dengan konteks penelitian. Alat ukur ini terdiri dari 18 item yang mengukur aspek stres akademik, yaitu harapan akademik, tuntutan perkuliahan dan ujian, dan persepsi diri akademik mahasiswa.

Tabel 4.2 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Stres akademik instrumen <i>The Perception Academic Stress Scale</i> (PAS)	Harapan akademik	-	6,9,13,14	4
	Tuntutan perkuliahan dan ujian	4,5	10,11,12,15,16,17	8
	Persepsi diri akademik mahasiswa	1,2,3	7,8,18	6
Jumlah				18

Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 5 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrumen ini adalah *likert* dengan pilihan jawaban, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, ragu-ragu, setuju, dan sangat setuju.

Tabel 4.3 Kategorisasi Tingkat Stres Akademik

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Tinggi	$N > M + 1SD$

2) Pengukuran strategi koping

Strategi koping pada penelitian ini diukur menggunakan kuesioner *Ways of Coping* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1986) dan telah dimodifikasi oleh peneliti (Atmawijaya, 2018). Alat ukur ini terdiri dari 50 pernyataan, yang terdiri dari 2 kategori yaitu koping yang berfokus pada masalah (PFC) dan koping yang berfokus pada emosi (EFC).

Tabel 4.4 Kisi-Kisi Kuesioner Strategi Koping

Kategori	Aspek	Nomor Item	Jumlah
<i>Problem focused coping</i>	planful problem solving	1,26,27,39,48,49	6
	confrontive coping	6,7,17,28,34,46	6
	seeking social support	8,18,22,31,42,45	6
<i>Emotion focused coping</i>	distancing	12,13,15,21,41,44	6
	self-controlling	4,10,14,24,35,37,43	7
	escape/ avoidance	3,11,16,32,33,40,47,50	8
	accepting responsibility	5,9,25,29	4
	positive reappraisal	2,19,20,23,30,36,38	7
Jumlah			50

Pengisian kuesioner dengan cara memilih salah satu pilihan jawaban dari 4 alternatif jawaban yang tersedia. Jenis jawaban yang digunakan dalam instrumen

ini adalah *likert* dengan pilihan jawaban, yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, dan sering.

Skor relative pada *problem focused coping* (PFC)

$$\frac{\sum \text{skor pada } \textit{problem focused coping}}{\text{skor maksimal pada } \textit{problem focused coping}} \times 100$$

Skor relative pada *emotional focused coping* (EFC)

$$\frac{\sum \text{skor pada } \textit{emotional focused coping}}{\text{skor maksimal pada } \textit{emotional focus coping}} \times 100$$

4.7.2 Uji Validitas

Validitas adalah suatu kemampuan suatu alat ukur untuk mengukur sasaran ukunya. Uji validitas dilakukan untuk mengukur apakah alat ukur yang telah disusun dapat mengukur apa yang perlu diukur. Kriteria uji validitas adalah dengan membandingkan nilai *r* hitung (*pearson correlation*) dengan nilai *r* tabel. (Darma, 2021). Penelitian ini menggunakan uji validitas dengan rumus *pearson product moment* dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*). Adapun pengambilan keputusan untuk menguji validitas indikatornya sebagai berikut:

- 1) Instrumen dikatakan valid jika $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ maka butir dari instrumen yang dimaksud adalah valid. Sebaliknya, jika $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ maka butir instrumen tidak valid.
- 2) Instrumen dikatakan valid jika nilai $p \text{ value} < 0,05$ dan instrumen dikatakan tidak valid jika $p \text{ value} > 0,05$.

Rumus *Pearson product moment*:

$$r_{hitung} = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n\sum x^2 - (\sum x)^2][n\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{hitung} : koefisien korelasi antara variabel x dan y

$\sum x_i$: jumlah perkalian antara variabel x dan y

$\sum y_i$: jumlah kuadrat dari y

n : jumlah responden

a. Uji validitas kuesioner stres akademik

Uji validitas kuesioner *The Perception Academic Stress Scale* (PASS) dengan 18 butir pernyataan. Kuesioner ini dilakukan uji validitas pada 31 responden dengan r-hitung 0,355. Hasilnya diketahui bahwa item yang tidak valid berjumlah 4 butir pernyataan dan pernyataan valid berjumlah 14 pernyataan atau ini adalah yang mewakili item yang lain, sebagai berikut:

Tabel 4.5 Kisi-Kisi Instrumen Stres Akademik Setelah Uji Validitas

Variabel	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Stres akademik instrumen <i>The Perception Academic Stress Scale</i> (PASS)	Harapan akademik	-	9,13,14	3
	Tuntutan perkuliahan dan ujian	4,5	10,11,12,17	6
	Persepsi diri akademik mahasiswa	2,3	7,8,18	5
Jumlah				14

b. Uji validitas kuesioner strategi koping

Uji validitas kuesioner *Ways of Coping* (WOC) dengan 50 butir pernyataan. Kuesioner ini dilakukan uji validitas pada 31 responden dengan r -hitung 0,355. Hasilnya diketahui bahwa item yang tidak valid berjumlah 11 butir pernyataan dan pernyataan valid berjumlah 39 pernyataan atau ini adalah yang mewakili item yang lain, sebagai berikut:

Tabel 4.6 Kisi-Kisi Instrumen Strategi Koping Setelah Uji Validitas

Kategori	Aspek	Nomor Item	Jumlah
Koping yang berfokus pada masalah	Planful problem solving	26,27,39,48,49	5
	Confrontive coping	6,7,17,34,46	5
	Seeking social support	8,18,22,31,42,45	6
Koping yang berfokus pada emosi	Distancing	12,13,15,21,41,44	6
	Self-controlling	4,10,14,24,35,37	6
	Escape/ avoidance	11,16,33,40,47,50	6
	Accepting responsibility	5,9	2
	Positive reappraisal	23,36,38	3
Jumlah			39

4.7.3 Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoatmodjo, 2012). Uji reliabilitas dilakukan dengan membandingkan nilai *cronbach alpha* dengan tingkat/ taraf signifikan yang digunakan (Darma, 2021). Tingkat/ taraf signifikan minimal dikatakan reliabel jika *cronbach alpha* sebesar 0,7 atau lebih (Ramadhani & Bina, 2021).

- a. Hasil penghitungan reliabilitas kuesioner stres akademik didapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar $0,860 > 0,7$ sehingga dikatakan reliabel
- b. Hasil penghitungan reliabilitas kuesioner strategi koping didapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar $0,933 > 0,7$ sehingga dikatakan reliabel

4.7.4 Pengumpulan Data

1) Data Primer

Data primer yaitu sebuah data yang langsung didapatkan dari sumber dan diberi kepada pengumpul data atau peneliti.

- a. Tingkat stres dengan menggunakan kuesioner PASS pada mahasiswa. Pengambilan data melalui *google form*, dengan cara responden memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan yang mereka rasakan. Pada setiap pernyataan terdapat lima pilihan jawaban yang dapat dipilih.
- b. Strategi koping mahasiswa diukur menggunakan kuesioner *ways of coping*. pengambilan data melalui *google form*, dengan cara responden memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan yang mereka rasakan. Pada setiap pernyataan terdapat empat pilihan jawaban yang dapat dipilih.

2) Data Sekunder

Data sekunder yaitu data pengumpulannya tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi diperoleh dari pihak lain. Dalam hal ini peneliti mengambil literatur dari buku dan jurnal penelitian.

4.7.5 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data penelitian ini menggunakan angket, angket adalah suatu cara pengumpulan data atau suatu penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum (orang banyak) (Notoatmodjo, 2012). Prosedur pengambilan data ini adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti mencari kuesioner sebagai alat pengumpulan data.
- 2) Kuesioner yang sudah ada lalu dimodifikasi oleh peneliti agar sesuai dengan permasalahan penelitian.
- 3) Kuesioner kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya, setelah itu peneliti mengajukan uji etik kepada pihak KEPK Universitas dr. Soebandi dengan nomor 283/KEPK/UDS/VIII/2022.
- 4) Setelah lulus uji etik, peneliti meminta ijin kepada pihak kampus untuk mengadakan penelitian.
- 5) Setelah mendapat persetujuan dari pembimbing, koordinator mata kuliah, dan pihak fakultas kemudian peneliti mulai mencari responden untuk membagikan kuesioner.
- 6) Peneliti memberikan penjelasan singkat mengenai tujuan penelitian, manfaat, prosedur penelitian serta penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner secara *online* melalui *google form*.
- 7) Peneliti meminta bantuan setiap ketua kelas melalui aplikasi *Whatsapp* untuk membagikan link kuesioner agar bisa diisi oleh anggota kelasnya.
- 8) Kemudian peneliti melakukan pengumpulan data, pengolahan, dan analisa data.

4.7.6 Pengolahan Data

Data yang diperoleh nantinya akan diolah dengan menggunakan program SPSS serta disajikan dalam bentuk tabel dan diberikan penjelasan, kemudian data tersebut dianalisis secara deskriptif dan hubungan sebab-akibat dari variabel independen dan dependen. Proses pengolahan data dilakukan melalui beberapa tahap (Notoatmodjo, 2012):

1) *Editing* (penyuntingan data)

Hasil wawancara, angket, atau pengamatan dari lapangan harus dilakukan penyuntingan (*editing*) terlebih dahulu. Secara umum editing merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan. Apabila ada data yang belum lengkap, jika memungkinkan perlu dilakukan pengambilan data ulang untuk melengkapi data tersebut. Apabila tidak memungkinkan, maka data yang tidak lengkap tersebut tidak diolah atau dimasukkan dalam pengolahan (data *missing*).

2) *Coding* (pengkodean)

Setelah data diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan pengkodean (*coding*), yaitu mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

Kode pada variabel stres akademik pada mahasiswa adalah:

Pernyataan positif:

1 : sangat setuju

2 : setuju

3 : netral

4 : tidak setuju

5 : sangat tidak setuju

Pernyataan negatif:

1. : sangat tidak setuju

2. : tidak setuju

3. : netral

4. : setuju

5. : sangat setuju

Kode pada variabel strategi koping pada mahasiswa adalah:

0 : tidak pernah

1 : jarang

2 : kadang-kadang

3 : sering

3) *Data Entry* (memasukkan data)

Data yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program atau *software* komputer. Dalam proses ini dituntut ketelitian dari orang yang melakukan data entry ini. Apabila tidak maka terjadi bias, meskipun hanya memasukkan data.

4) *Scoring* (pemberian skor)

Menentukan skor atau nilai untuk setiap item pertanyaan dan tentukan nilai terendah dan tertinggi. Tahapan ini dilakukan setelah ditentukan kode jawaban atau hasil observasi sehingga setiap jawaban responden atau hasil observasi dapat diberikan skor.

- a. Skor pada variabel stres akademik mahasiswa didapatkan dengan menggunakan rumus 3 kategori diperoleh hasil sebagai berikut:

Rendah : < 35

Sedang : $35 - 49$

Tinggi : > 49

- b. Skor pada variabel strategi koping didapat melalui perhitungan skor relative dan diperoleh hasil sebagai berikut:

$PFC > EFC$: koping yang berfokus pada masalah (PFC)

$PFC < EFC$: koping yang berfokus pada emosi (EFC)

5) *Cleaning* (pembersihan data)

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan, dan sebagainya, kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Proses ini disebut pembersihan data.

4.8 Teknik Analisis Data

4.8.1 Analisa Data Univariat

Analisis data univariat bertujuan menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis data univariat ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat yaitu karakteristik responden meliputi nama, usia, jenis kelamin, dan tahun angkatan. Untuk data numerik digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Pada analisis data univariat ini digunakan untuk menganalisis strategi koping dan stres akademik pada mahasiswa selama pandemi covid-19.

4.8.2 Analisis Data Bivariat

Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat yang diduga berhubungan atau berkorelasi dengan menggunakan uji statistik (Notoatmodjo, 2012). Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Spearman Rank Correlation* yaitu digunakan untuk mencari tingkat hubungan atau menguji signifikansi hipotesis asosiatif bila masing-masing variabel yang dihubungkan datanya berbentuk ordinal, dan sumber data antar variabel tidak

harus sama. Uji *Spearman Rank Correlation* digunakan untuk mengetahui hubungan strategi koping mahasiswa dengan stres akademik selama pandemi covid-19. Tingkat kesalahan (α) digunakan yaitu 0,05. Dasar pengambilan keputusan apabila nilai hasil p value $> \alpha$ maka (H_a ditolak), dan apabila nilai p value $< \alpha$ maka (H_a) diterima. Adapun kriteria tingkatan kekuatan korelasi adalah sebagai berikut:

0,00 sampai 0,20 artinya korelasi sangat rendah

0,21 sampai 0,40 artinya korelasi rendah

0,41 sampai 0,60 artinya korelasi sedang

0,61 sampai 0,80 artinya korelasi tinggi

0,81 sampai 1,00 artinya korelasi sempurna

4.9 Etika Penelitian

Permasalahan dalam etika pada penelitian yang menggunakan subjek manusia menjadi isu sentral yang berkembang saat ini. Pada penelitian di ilmu keperawatan, hampir 90% subjek yang digunakan adalah manusia, oleh karena itu peneliti harus memahami prinsip-prinsip etika penelitian (Nursalam & Kurniawati, 2017).

1) *Autonomy* (Hak menjadi responden)

Autonomy adalah membagikan lembar pengantar kuesioner kepada subjek penelitian yang bertujuan bahwa subjek mengetahui identitas peneliti, maksud dan tujuan serta manfaat dari penelitian. Peneliti menyiapkan lembar persetujuan kepada calon responden untuk ditandatangani lembar persetujuan (*informed*

consent), tetapi jika calon responden tidak bersedia` terlibat di dalam penelitian maka peneliti tidak boleh memaksakan karena subjek mempunyai hak untuk tidak bersedia terlibat dalam penelitian ini.

2) *Anonymity* (Tanpa nama)

Kerahasiaan yang dilakukan peneliti merupakan upaya untuk melindungi setiap identitas responden dan semua data yang dibutuhkan dalam lingkup penelitian titik dalam menjaga kerahasiaan respon dan, peneliti tidak mencantumkan nama pada lembar pengumpulan data dan hanya mencantumkan inisial dari responden pada lembar pengumpulan data.

3) *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Confidentiality (kerahasiaan) yakni data dan informasi yang mengenai responden di dalam kuesioner dan hanya peneliti saja yang dapat mengetahui informasi dari responden titik data dan informasi disimpan dalam suatu tempat untuk menghindari banyak pihak yang dapat mengakses informasi tersebut. pada penelitian ini peneliti tidak memberitahukan kepada pihak yang tidak berkepentingan dan hanya digunakan pada kepentingan peneliti saja serta disajikan sebagai hasil penelitian yang selanjutnya akan dimusnahkan bila data tidak dibutuhkan kembali.

4) *Informed consent* (Penjelasan dan persetujuan)

Seluruh responden bersedia menandatangani lembar persetujuan menjadi responden penelitian, setelah peneliti menjelaskan tujuan penelitian, manfaat penelitian, prosedur penelitian, dan harapan peneliti terhadap responden juga setelah responden memahami semua penjelasan peneliti.

BAB 5

HASIL PENELITIAN

5.1 Data Umum

Pada hasil penelitian ini disampaikan deskripsi karakteristik responden yang meliputi jenis kelamin dan tahun angkatan responden.

5.1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase %
Laki-laki	34	14,5
Perempuan	201	85,5
Total	235	100%

Tabel 5.1 didapatkan data jenis kelamin responden terbanyak yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 201 orang (85,5%).

5.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan

Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tahun Angkatan

Tahun Angkatan	Frekuensi	Persentase %
2019	73	31,1
2020	56	23,8
2021	106	45,1
Total	235	100%

Tabel 5.2 didapatkan data berdasarkan tahun angkatan responden terbanyak berada di tahun 2021 sebanyak 106 orang (45,1%).

5.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase %
19-21	171	72,8
22-23	64	27,2
Total	235	100%

Tabel 5.3 didapatkan data rentan usia responden terbanyak yaitu usia 19-21 tahun 171 orang (72,8%).

5.2 Data Khusus

Variabel dari penelitian ini adalah Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19. Hasil penelitian dapat di lihat pada tabel di bawah ini.

5.2.1 Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Tabel 5.4 Data Tingkat Stres Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Tingkat Stres	Skor	Frekuensi	Persentase %
Rendah	< 35	22	9,4
Sedang	35 – 49	111	47,2
Tinggi	>49	102	43,4
Total		235	100%

Tabel 5.4 didapatkan hasil tingkat stres akademik mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang 117 orang (49,8%).

Tabel 5.5 Data Total Jawaban Kuesioner Stres Akademik

No.	Sangat tidak setuju (5)	Tidak setuju (4)	Ragu-ragu (3)	Setuju (2)	Sangat setuju (1)
Favorable					
Soal 1			24	50	161
Soal 2	1	18	86	81	49
Soal 3	6	27	78	76	48
Soal 4	6	31	55	77	66
Unfavorable					
No.	Sangat tidak setuju (1)	Tidak setuju (2)	Ragu-ragu (3)	Setuju (4)	Sangat setuju (5)
Soal 5	32	65	34	37	67
Soal 6	22	62	37	56	58
Soal 7	22	38	80	64	31
Soal 8	20	43	76	40	56
Soal 9	21	53	61	41	59
Soal 10	25	68	35	44	63
Soal 11	43	53	60	28	51
Soal 12	30	44	75	43	43
Soal 13	25	62	71	35	42
Soal 14	44	45	37	35	74

Tabel 5.5 jawaban yang menyumbang nilai paling tinggi adalah soal nomor 14 yaitu 74 orang menjawab sangat setuju dengan poin 5.

5.2.2 Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Tabel 5.6 Data Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Strategi Koping		Σ Jawaban	Persentase	Skor maksimal	Skor Relative
Koping yang berfokus pada masalah (PFC)	Planful problem solving	2377	35,4%	48	139,9
	Confrontive coping	1997	29,7%		
	Seeking social support	2341	34,9%		
	Total	6715	100%		
Koping yang berfokus pada emosi (EFC)	Distancing	2918	27,7%	69	153,5
	Self-controlling	2843	27%		
	Escape/ avoidance	2623	24,9%		
	Accepting responsibility	873	8,3%		
	Positive reappraisal	1271	12,1%		
Total		10591	100%		
Hasil				EFC > PFC	

Tabel 5.6 didapatkan hasil skor relative EFC (153,5) lebih besar daripada skor relative PFC (139,9).

5.2.3 Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

Tabel 5.7 Hasil Korelasi Uji Statistik (Spearman Rank)

Correlations				
Spearman's rho	Stres Akademik	Stres Akademik		Strategi Koping
		Correlation Coefficient	1.000	-.254
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	235	235
	Strategi Koping	Correlation Coefficient	-.254	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	235	235

Hasil analisis data menggunakan uji statistik Spearman Rank pada tabel 5.8 diperoleh hasil signifikansi $0.000 < 0.05$, maka H_a diterima yang artinya ada hubungan antara strategi koping mahasiswa terhadap stres akademik selama pandemi covid-19 dengan koefisien korelasi sebesar 0,254 yang berarti variabel strategi koping dengan stres akademik memiliki tingkat korelasi sedang.

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Hasil penelitian didapatkan mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik paling banyak berada dalam kategori sedang. Hasil penelitian sependapat dengan penelitian yang menyatakan bahwa cara dosen mengajar mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres mahasiswa (Syarifah, 2021). Penelitian Maharani (2017) juga menyebutkan bahwa tuntutan untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan yang luas dengan waktu yang terbatas dapat menyebabkan stres bagi mahasiswa. Stres akademik disebabkan oleh adanya *academic stressor*, yaitu penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai/prestasi dan cemas dalam menghadapi ujian (Barseli et al., 2017). Stres akademik yang tidak teratasi bisa menyebabkan depresi pada mahasiswa.

Stres yang dialami oleh seorang individu tidak lepas dari reaksi tubuh terhadap stressor yang ada (Nurulita & Handayani, 2022). Alba et al. (2021) mengungkapkan bahwa stres akademik sedang berlangsung lebih lama dibandingkan stres akademik rendah, hal ini bergantung pada lamanya beban akademik yang dihadapi individu. Selain itu, stres akademik sedang mempengaruhi aspek fisiologis individu seperti pusing, badan terasa akan jatuh, serta konsentrasi dan daya ingat menurun. Hafifah et al. (2017) menjelaskan bahwa individu dengan stres akademik sedang cenderung masih menunjukkan coping stres yang maladaptif dalam menghadapi beban akademik seperti menunda menyelesaikan tugas.

Akibatnya mahasiswa menjadi kurang optimal dalam mengikuti pembelajaran karena merasa stres karena tuntutan untuk beradaptasi dengan segala tantangan pada perubahan yang terjadi di masa pandemi.

Awal pandemi covid-19 masuk ke Indonesia, pemerintah mewajibkan semua pembelajaran dilakukan secara online untuk mencegah penyebaran virus semakin luas. Pembelajaran online menuntut siswa untuk lebih aktif dalam belajar mandiri. Banyak tugas yang diterima mahasiswa dan terdapat keterbatasan dalam proses pembelajaran online. Ketidakpuasan mahasiswa selama pembelajaran online membebani mahasiswa dan sulit memahami materi perkuliahan. Terkendala oleh sinyal sehingga suara dosen tidak terdengar dengan jelas, lelah dengan tugas yang menumpuk, tekanan dari orang tua, dan pembengkakan biaya kuota internet membuat mahasiswa stres dengan kehidupan akademiknya (Andiarna & Kusumawati, 2020). Kondisi seperti ini membuat mahasiswa merasa takut tentang kemajuan akademiknya.

Beberapa faktor pendukung menyebabkan munculnya stress akademik seperti ketidakmampuan pribadi, ketakutan akan kegagalan, kesulitan interpersonal dengan dosen, hubungan dosen dengan mahasiswa, fasilitas belajar yang tidak memadai dan perbedaan gender (Reddy et al., 2018).

Hasil distribusi frekuensi jenis kelamin menunjukkan bahwa jumlah responden perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Menurut Reddy (2018), ada beberapa faktor pendukung menyebabkan munculnya stress akademik seperti ketidakmampuan pribadi, ketakutan akan kegagalan, kesulitan interpersonal dengan dosen, hubungan dosen dengan mahasiswa, fasilitas belajar yang tidak

memadai dan perbedaan gender. Hal ini sesuai dengan Pardamean & Lazuardi (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan stres. Respon stres yang berbeda antara perempuan dan laki-laki berkaitan erat dengan aktivitas HPA (*Hypothalamic Pituitary Adrenal*) Axis yang berkaitan dengan pengaturan hormon kortisol dan sistem saraf simpatik yang berkaitan dengan denyut jantung dan tekanan darah. Respon HPA dan autonomik ditemukan lebih tinggi pada laki-laki dewasa dibandingkan pada perempuan dewasa sehingga mempengaruhi *performance* seseorang dalam menghadapi stressor psikososial. Selain itu, hormon seks pada perempuan akan menurunkan respon HPA dan *sympathoadrenal* yang menyebabkan penurunan *feedback* negatif kortisol ke otak sehingga menyebabkan perempuan cenderung mudah stres (Nasrani & Purnawati, 2022). Hal ini yang menyebabkan adanya perbedaan respon stres pada laki-laki dan perempuan dengan stressor yang sama.

Usia mayoritas pada penelitian ini berada pada rentan usia 19 sampai 21 tahun. Usia mempengaruhi kematangan emosional seseorang. Pada usia ini terjadi transisi atau adaptasi untuk menjadi pribadi dewasa, dan mungkin cenderung untuk terjadinya stres (Hafifah et al., 2017). Semakin dewasa usia umumnya akan menunjukkan kematangan jiwa, dalam arti semakin bijak, semakin mampu berpikir rasional, semakin mampu mengendalikan emosi, semakin intelektual dan ekspresi psikologis, dan lebih toleran terhadap pandangan dan perilaku selain diri mereka sendiri (Lubis et al., 2021). Pada tingkatan usia yang semakin tinggi, tingkat stress akademik cenderung semakin rendah (Fitriasari et al., 2020). Hal ini disebabkan karena semakin bertambah usia maka pengalaman individu menghadapi stressor

semakin bertambah, sehingga pengalaman dalam mendapatkan stressor lebih banyak dan cara untuk mengatasinya bisa lebih bervariasi.

Hasil penelitian berdasarkan tahun angkatan responden paling banyak berada di angkatan tahun 2021. Pada saat dilakukan penelitian responden berada pada semester 2 atau semester awal. Hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa mengatakan bahwa pada semester ini lebih banyak mata pelajaran yang dipelajari dan ada beberapa mata kuliah yang dirasa cukup memberatkan seperti Keperawatan Medikal Dasar (KMB) 1 dan Maternitas. Wahyudi et al. (2017) menyatakan bahwa tingkat stres pada mahasiswa tingkat awal lebih tinggi dibandingkan tingkat akhir. Penelitian yang dilakukan Krismadani et al. (2022) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat perkuliahan dan tingkat stres. Hal tersebut disebabkan karena mahasiswa tingkat awal masih sering merasakan adanya ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan, baik keinginan yang bersifat jasmani maupun rohani. Penyesuaian pelajaran bagi lulusan SMA/SMK umum (bukan dari kesehatan) juga salah satu yang mempengaruhi tingkatan tersebut.

Hasil jawaban kuesioner *The Perception Academic Stress Scale* (PASS) yang telah dimodifikasi, pernyataan nomor 14 menyumbang nilai paling besar. Pernyataan tersebut berbunyi “Walaupun saya sudah lulus, saya khawatir tidak mendapatkan pekerjaan”. Dimenggo dan Yendi (2021) menyatakan kecemasan yang timbul pada saat menghadapi dunia kerja dikarenakan kurangnya rasa percaya diri terhadap potensi diri yang dimiliki. Santo dan Alfian (2021) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan dalam

menghadapi dunia kerja pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mengkhawatirkan kelanjutan karir mereka setelah mereka lulus dari perguruan tinggi.

6.2 Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa skor *relative emotion focused coping* (EFC) lebih besar daripada skor *relative problem focused coping* (PFC), artinya mahasiswa lebih cenderung menggunakan koping yang berfokus pada emosi (EFC) untuk mengatasi stres mereka selama pandemi covid-19 berlangsung. Hasil yang sama juga didapatkan penelitian Iqramah et al., (2018) tentang strategi koping dalam menghadapi stres pada mahasiswa menyusun skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala yaitu koping *emotion focused coping* (EFC) lebih dominan digunakan daripada *problem focused coping* (PFC). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam menghadapi masalah menunjukkan koping dengan usaha mengatur dan mengendalikan respon emosional untuk mengurangi berbagai reaksi emosional negatif terhadap stres tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Situasi pandemik covid-19 yang terjadi hampir di seluruh negara bukan merupakan situasi yang diharapkan, karena mempengaruhi aspek kehidupan manusia seperti aspek keluarga, aspek finansial, aspek sosial, aspek psikologis dan emosi, juga aspek spiritual. Dampak bagi individu, ada yang mampu bangkit dari kondisi tersebut dan ada yang tidak mampu bangkit sampai mengalami masalah dengan kesehatan mentalnya (Pradana, 2021). Dampak tersebut juga dirasakan oleh

siswa/mahasiswa. Peran ganda sebagai siswa dan seorang anak yang melakukan home learning tidaklah mudah. Mahasiswa diharapkan mampu bertahan, teguh, dan ulet dalam menghadapi situasi pandemik dengan melakukan coping. Mahasiswa menggunakan gaya coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dengan berbagai teknik (Nurchayati et al., 2021). Teknik tersebut meliputi; mencurahkan perasaan, melakukan self-talk, berbagi cerita, memotivasi diri, berolahraga, berekreasi, melakukan relaksasi, bermeditasi, dan mengembangkan rasa syukur dan melaksanakan kegiatan keagamaan.

Responden pada penelitian ini sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fitriyanti et al. (2020), mengindikasikan bahwa perempuan cenderung menggunakan strategi coping stres dalam bentuk *emotional focused coping* dibandingkan laki laki yang cenderung menggunakan *problem focused coping* untuk mengatasi stres yang dialami. Laki-laki cenderung menggunakan strategi coping stres berbentuk *problem focused coping* yaitu strategi coping stres dengan penyelesaian masalah karena laki-laki akan menjadi pengambil keputusan dalam keluarga dan penanggung jawab atas keluarganya kelak (Gunawan, 2018). Wanita lebih cenderung memakai *emotion focused coping* sebab mereka lebih memakai perasaan ataupun lebih emosional sehingga tidak sering memakai logika.

Responden penelitian ini paling banyak adalah mahasiswa tahun angkatan 2021 atau semester awal yang berumur sekitar 19 sampai 21 tahun. Pada mahasiswa tahun pertama, yang masih termasuk dalam usia remaja, penggunaan strategi coping berfokus pada masalah tidak banyak digunakan karena remaja belum

mempunyai kontrol terhadap perilaku yang dilakukan sebaik orang dewasa (Tuasikal & Retnowati, 2018). Pengendalian emosi yang baik menjadikan remaja dapat beradaptasi serta mendapatkan penerimaan dari lingkungan sekitarnya (Tuasikal & Retnowati, 2018). Penyesuaian yang dilakukan mahasiswa semester awal dapat menyebabkan ketidakstabilan emosi. Ketidakstabilan emosi yang intens, tidak terkontrol, dan irasional dapat meningkat menjadi gangguan emosional di masa mendatang, salah satunya adalah depresi (Hasanah, 2017). Umur serta pengalaman dalam menghadapi permasalahan menjadi suatu kematangan untuk menyelesaikan masalah, sehingga hal itulah yang mempengaruhi remaja dalam melakukan koping.

6.3 Hubungan Stres Akademik dengan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rank* antara stres akademik dan koping stres dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan strategi koping pada mahasiswa selama pandemi covid-19. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu ada korelasi antara tingkat stres dengan strategi koping dalam melakukan pembelajaran daring (Fitriasari et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Damayanti dan Masitoh (2020) juga menunjukkan hasil bahwa strategi koping stres memiliki pengaruh terhadap stres akademik. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan antara strategi koping mahasiswa terhadap tingkat stres akademik dalam melakukan pembelajaran daring selama pandemi covid-19.

Lazarus menyatakan bahwa emosi individu memberikan pengaruh dalam proses adaptasi dan bagaimana seseorang melakukan koping terhadap situasi yang dihadapi. Hal tersebut menjelaskan bahwa emosi yang terlibat ketika menghadapi masalah berpengaruh dengan tingkat stres dan adaptasi yang dapat mempengaruhi pemilihan strategi koping individu (Tuasikal & Retnowati, 2018).

Emotion focused coping merupakan pengaturan respon emosional dari situasi yang penuh stres (Harahap et al., 2020). *Emotion focused coping* sering digunakan individu untuk mencari aspek-aspek positif dari penilaian situasi permasalahan yang dinilai mengancam atau mencari aspek-aspek positif dari kegagalan-kegagalan individu dalam menghadapi masalah (Atmawijaya, 2018). Lazarus & Folkman (1984) menyebutkan bahwa seseorang biasanya akan menggunakan *emotion focused coping* saat individu tidak dapat melakukan tindakan untuk merubah kondisi stressful (Damayanti & Masitoh, 2020). Artinya strategi ini digunakan pada saat individu dihadapkan dengan kondisi yang tidak bisa dikendalikan yang dapat menyebabkan stres.

Pandemi covid-19 merupakan salah satu kondisi yang tidak dapat diatur atau dikendalikan. Ancaman covid-19 membuat mahasiswa mengerahkan sejumlah teknik koping di bidang fisik, psikis, dan akademik yang tergolong konstruktif untuk bertahan hidup. Koping konstruktif adalah berbagai upaya yang sehat dan adaptif untuk mengatasi peristiwa dan kondisi yang sarat tekanan (Nurchayati et al., 2021). Strategi ini banyak dilakukan karena dianggap lebih efektif (Dyah, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) yang

menemukan bahwa *emotion focused coping* efektif digunakan oleh mahasiswa yang mengalami stres akademik selama pembelajaran online di masa pandemi covid-19.

Selama pandemi covid-19 proses pembelajaran menjadi kurang optimal (Prasasti, 2021). Tingkat stres menjadi lebih tinggi karena kuliah yang dilakukan secara daring yang menyebabkan mahasiswa jauh lebih sibuk, di mana mereka harus berkuliah sambil melakukan pekerjaan rumah juga (Hajriah et al., 2021). Penambahan jumlah kasus covid-19 yang berlangsung cepat menjadi salah satu beban pikiran bagi mahasiswa.

Penggunaan *emotion focused coping* pada tingkat stres yang lebih tinggi seringkali digunakan apabila sumber stres yang dihadapi tidak jelas, pengetahuan mengenai modifikasi stres terbatas, atau bila hanya sedikit yang dapat dilakukan untuk mengurangi stres yang dirasakan (Tuasikal & Retnowati, 2018). Sedangkan *problem focused coping* cenderung dilakukan apabila individu merasa bahwa sesuatu yang bersifat konstruktif dapat dilakukan terhadap situasi tersebut atau dirinya meyakini bahwa sumber daya yang dimiliki dapat mengubah konflik (Hardiyanti & Permana, 2019).

Bentuk koping ini mencakup pengurangan distress emosional, yang mencakup strategi seperti menghindar, meminimalisir, membuat jarak, mencari dukungan emosional dan sosial dari kerabat, atau terlibat dalam suatu aktivitas; seperti olahraga atau menonton TV, serta menilai positif mengenai kejadian yang dialami (Wahyuniman & Budiman, 2021). *Emotional focused coping* yang digunakan dalam strategi koping stres akan menjadi efektif tergantung kepada aspek lingkungan yang menjadi penyebab stres seperti situasi yang tidak dapat

dikontrol oleh individu. Contoh yang jelas ketika seseorang yang dicintai meninggal dunia, dalam situasi ini, orang biasanya mencari dukungan emosional dan mengalihkan diri atau menyibukan diri dengan melakukan pekerjaan-pekerjaan rumah atau kantor.

Suparno (2018) mengatakan bahwa strategi koping yang berfokus pada emosi sebenarnya lebih sering digunakan oleh orang-orang yang menderita penyakit kronis atau nyeri kronis. Kecenderungan untuk memakai strategi koping yang berfokus pada emosi ini selalu menjadi pilihan strategi koping yang diambil pada penelitian mengenai strategi koping pada penyakit kronis lainnya (Khairani, 2021). Wanita lebih cenderung menggunakan *emotion focused coping* karena mereka lebih emosional sehingga cenderung untuk mengatur emosi mereka dalam menghadapi sumber stres.

Nyeri kronis yang kerap dirasakan oleh perempuan adalah nyeri saat mengalami menstruasi. Rahmawati et al. (2021) mengatakan bahwa wanita usia reproduksi memiliki masalah dengan menstruasi abnormal, seperti sindrom premenstruasi dan menstruasi tidak teratur. Premenstrual syndrome (PMS) merupakan sekumpulan keluhan dan gejala fisik, emosional, dan perilaku yang terjadi pada wanita. Gejala PMS tersebut dapat dinilai sebagai stressor dan penilaian wanita terhadap gejala PMS ini mempengaruhi upaya koping untuk menghadapi PMS. Hormon prostaglandin menyebabkan otot-otot uterus berkontraksi yang berlebihan atau sensitif terhadap hormon prostaglandin yang dibentuk oleh asam lemak tak jenuh yang disintesis oleh seluruh sel di dalam tubuh (Widiyanto et al., 2020).

Setiap individu memiliki respon yang berbeda terhadap stressor yang dialami, hal ini yang membuat setiap individu memiliki tingkat stres yang berbeda. Selain respon yang berbeda-beda, tingkatan tersebut juga mempengaruhi pemilihan strategi koping (Fathonah, 2021). Jain et al. juga menjelaskan bahwa bentuk koping bervariasi dan tidak semuanya berujung pada penyelesaian masalah (Jain et al., 2017). Strategi koping yang baik dapat meminimalisir stres akademik yang dialami oleh siswa. Pemahaman strategi koping yang baik dapat membantu seseorang dalam mengatasi stres yang dialami oleh individu (Rosa et al., 2021).

6.4 Keterbatasan Penelitian

Dalam penyusunan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan bagi peneliti, yaitu:

1. Ruang lingkup yang digunakan dalam penelitian hanya mencakup mahasiswa keperawatan saja sehingga penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas.
2. Peneliti hanya mengkaji karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan tingkatan angkatan saja, belum mendetail seperti budaya, status tempat tinggal, IPK, hubungan dengan teman/dosen atau riwayat penyakit yang diderita yang kemungkinan menambah tingkat stres pada responden.

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan judul “Hubungan strategi koping mahasiswa terhadap stres akademik selama pandemi covid-19” dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Tingkat stres akademik pada mahasiswa sebagian besar berada pada kategori stres sedang.
2. Strategi koping yang cenderung digunakan adalah *emotion focused coping* (EFC).
3. Terdapat hubungan stres akademik terhadap strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19.

7.2 Saran

a. Bagi Responden

Beberapa hal yang dapat dilakukan mahasiswa ketika mengalami stres akademik dengan upayanya yaitu dengan menjaga kondisi jasmani dan mental yang prima, melakukan aktivitas fisik atau hobi atau kesenangan lain agar tidak terjebak dalam pikiran akademik, mengatur pola makan yang sehat dan bergizi, mengelola aktivitas akademiknya secara efektif; mengatur jadwal dan lamanya belajar, mengerjakan tugas sesuai dengan kemampuannya, berfikiran positif, serta bertukar informasi dengan teman terkait masalah/tugas yang tidak bisa ditangani.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan keperawatan agar melakukan koordinasi baik antar dosen mata kuliah untuk mengatur beban dan jumlah tugas yang diberikan, deadline, dan jadwal praktikum yang paten. Mengubah cara mengajar lebih santai dan fleksibel serta menarik, melibatkan mahasiswa atau dengan kuis atau beberapa pertanyaan pada saat pembelajaran agar menjalin komunikasi antara dosen dan mahasiswa serta mengulas pengetahuan mahasiswa tentang pemahaman materi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dengan tema yang sama disarankan untuk meneliti dengan menambahkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres akademik dan strategi koping seperti budaya, status tempat tinggal, IPK, hubungan dengan teman/dosen, atau riwayat penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N. (2021). Pandemi COVID-19: Dampak Kesehatan, Ekonomi, dan Sosial COVID-19 Pandemic: The Health, Economic, and Social Effects. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK*, 17(1), 17–34. <http://ejurnal-litbang.patikab.go.id>
- Albab, J. A. U., Zen, E. F., & Fauzan, L. (2021). *Profil Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan dalam Pembelajaran Daring selama Pandemi Covid-19 di Universitas Negeri Malang*. Universitas Negeri Malang.
- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 16(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9221>
- Atmawijaya, I. G. A. R. (2018). *Pengaruh Strategi Coping Terhadap Stres Pada Perempuan Bali yang Menjalani Triple Roles di Instansi Militer Denpasar*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Banerjee, D., Vaishnav, M., Rao, T. S., Raju, M., Dalal, P. K., Javed, A., Saha, G., Mishra, K. K., Kumar, V., & Jagiwal, M. P. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on psychosocial health and well-being in South-Asian (World Psychiatric Association zone 16) countries: A systematic and advocacy review from the Indian Psychiatric Society. *Indian Journal of Psychiatry*, 62. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_1002_20
- Barseli, M., Ifdil, & Nikmarijal. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 1–9. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Damayanti, D. T., & Masitoh, A. (2020). Strategi Koping Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik Di Era Pandemi Covid-19. *Journal of*

- Multidisciplinary Studies*, 4(December), 185–198.
- Darma, B. (2021). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji F, R2)*. GUEPEDIA.
- Dimenggo, D., & Yendi, F. M. (2021). The Correlation between Self-Confidence and Anxiety in encounter the Work Environment of Final Semester Students. *Jurnal Neo Konseling*, 3(1), 55–60. <https://doi.org/10.24036/00357kons2021>
- Dyah, R. K. (2021). Strategi Coping Menghadapi Pandemi Covid-19 pada Populasi Umum. *Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(1), 44–54. <https://doi.org/http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.4906>
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik Dan Stres* (B. S. Fatmasari (ed.); 1st ed.). PT Bumi Aksara.
- Fathonah, S. (2021). *Hubungan Stres Akademik Dan Koping Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Tugas Akhir Pada Masa Pandemi Covid-19*. 14, 88–97.
- Firman. (2020). Dampak Covid-19 Terhadap Pembelajaran Di Perguruan Tinggi. *BIOMA*, 2(1), 14–20.
- Fitriasari, A., Septianingrum, Y., & Budury, S. (2020). Stres Pembelajaran Online Berhubungan Dengan Strategi Koping Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 985–992.
- Gunawan, D. N. (2018). *Hubungan Strategi Koping Dengan Kualitas Hidup Caregiver Keluarga Penderita Skizofrenia di RSJ Dr Radjiman Wediodingrat Lawang* [universitas Ailangga Surabaya]. [https://repository.unair.ac.id/77769/2/full text.pdf](https://repository.unair.ac.id/77769/2/full%20text.pdf)
- Hafifah, N., Widiani, E., & H, W. R. (2017). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribuwana Tungadewi Malang. *Nursing News*, 2(3).
- Hajriah, Suryani, A., Sari, L., & Rahmah, D. D. N. (2021). Gambaran Strategi Coping Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tik Tok yang Menjalani Social Distancing Wabah Covid-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 685–691.

<https://doi.org/10.30872/psikoborneo>

- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020a). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30596%2Fbibliocouns.v3i1.4804>
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020b). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>
- Hardiyanti, R., & Permana, I. (2019). Strategi Coping Terhadap Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 73–81.
- Hasan, A. B. P. (2012). Disiplin Beribadah: Alat Penenang Ketika Dukungan Sosial Tidak Membantu Stres Akademik. *AL-ZHAR INDONESIA*, 1(3), 136–144.
- Hasanah, U. (2017). *Hubungan Antara Stres Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan*. 1(1).
- Hidayah, N., Muhammad Ikram, R., Sutria, E., Studi, P. S., & UIN Alauddin Makassar, F. (2020). Tingkat Stress dan Strategi Koping Mahasiswa Keperawatan di Masa Pandemi Covid-19. *Variansi*, 184–192. <https://ojs.unm.ac.id/variansistatistika/article/view/19505>
- Iqramah, N., Nurhasanah, & Nurbaity. (2018). Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping) Dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Penyusun Skripsi FKIP Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 3(4).
- Jain, S., Jain, P., & Jain, A. K. (2017). Prevalence , Sources and Severity of Stress among New Undergraduate Medical Entrants. *Original Research Paper*, 11(1), 9–18.
- Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan. (2021). *Pembatasan Sosial Berskala Besar*. KEMENKO PMK. Pembatasan Sosial Berskala Besar %7C Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan (kemenkopmk.go.id)

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Buku Pendidikan Tinggi Di Masa Pandemi Covid-19 : Pembelajaran Perguruan Tinggi dan Implementasi Merdeka Belajar di Masa Pandemi Covid-19* (D. Z. I. Atmaja, D. Handini, F. Hidayat, N. Herlina, M. S. Fajri, & M. F. Rouf (eds.)). Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI. https://dikti.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2020/11/Buku-1_Pembelajaran-Merdeka-1.pdf
- Khairani, M. A. (2021). *Hubungan Antara Kemampuan Strategi Problem Focused Coping Dengan Burnout Pada Karyawan Studi Lanjut Strata 1 Di Yogyakarta*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Khrismadani, P. H., Komang, N., Sawitri, A., Oka, P., & Nurhesti, Y. (2022). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Universitas Udayana Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(2), 166–172.
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Maharani, E. A. (2017). *Analisis Komparatif Faktor Penyebab Dan Tingkat Stres Guru PAUD Selama Menjalani Tugas Belajar Strata-1 (S1)*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa : Pengantar Dan Teori* (S. Carolina (ed.); 1st ed.). Salemba Medika.
- Nasrani, L., & Purnawati, S. (2022). Perbedaan Tingkat Stres Antara Laki-laki Dan Perempuan Pada Peserta Yoga Di Kota Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 4(12).
- Norfai. (2021). *Kesulitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah, Kenapa Bingung ?* (D. Soetopo (ed.)). Penerbit Lakeisha. <https://doi.org/www.penerbitlakeisha.com>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT RINEKA CIPTA.
- Nurchayati, Syafiq, M., Khoirunnisa, R. N., & Darmawanti, I. (2021). Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa

- Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(3), 247–266.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p247-266> 247
- Nursalam, & Kurniawati, N. D. (2017). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS (pertama)*. Penerbit Salemba.
- Nurulita, F. P., & Handayani, L. (2022). Analisis Strategi Coping Stress Saat Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Pada Siswa SMA Negeri 4 Pandeglang. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 4(2), 79–89.
- Pardamean, E., & Lazuardi, M. J. (2019). The Relationship Between Gender And Psychological Stress In Grade 11 Science Students At A High School In Tangerang [Hubungan Jenis Kelamin Dengan Stres Psikologis Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Jurusan IPA Di SMA X Tangerang]. *Nursing Current*, 1(1), 68–74. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1904947>
- Pemerintah Provinsi Jawa Timur. (2021). *Peta Sebaran Covid-19 Jawa Timur*.
<https://infocovid19.jatimprov.go.id/>
- Pradana, H. H. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Emotion Focused Coping Dengan Kecemasan Pada Perawat Rumah Sakit Dalam Menghadapi Covid-19*. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Prasasti, E. P. (2021). *STRATEGI COPING STRESS MAHASISWA YANG MENYUSUN SKRIPSI PADA MASA PANDEMI COVID-19*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress* (02 ed.). Medika, Nuha.
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=1061570#>
- Puspitawati, H. (2018). *Gender Dan Keluarga; Konsep Dan Realita Indonesia* (Elviana (ed.)). PT Penerbit IPB Press.
- Putri, Y. A. (2021). STRESS AKADEMIK DAN COPING MAHASISWA MENGHADAPI PEMBELAJARAN ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 7(2), 55–61.
- Rahmawati, T. A., N, N. A. F., & Annas, J. Y. (2021). Koping Dan Penerimaan Nyeri Dengan Kualitas Hidup Remaja Yang Mengalami Dismenore Primer. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(4), 309–397.
- Ramadhani, R., & Bina, N. S. (2021). *Statistika Penelitian Pendidikan: Analisis*

- Perhitungan Matematis dan Aplikasi SPSS* (Suwito & L. Kim (eds.); 01 ed.). Prenada Media.
https://www.google.co.id/books/edition/Statistika_Penelitian_Pendidikan_Analisi/0WFHEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1
- Reddy, K. J., Menon, K. R., & AnjanaThattil. (2018). Academic Stress and its Sources Among University Students. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531–537.
- Ristyawati, A. (2020). Efektifitas Kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Masa Pandemi Coronavirus 2019 oleh Pemerintah Sesuai Amanat UUD NRI Tahun 1945. *Administrative Law & Governance Journal*, 3(2), 240249. <https://core.ac.uk/download/pdf/327118089.pdf>
- Rizky, A. (2021). *Gambaran Stres Akademik Pada Masa Belajar Online Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau*. Universitas Islam Riau.
- Rosa, N. N., Retnaningsih, L. E., & Jannah, M. (2021). Pengaruh Strategi Koping Stres Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Di Era Pandemi Covid-19. *Tanjak: Journal of Education and Teaching*, 2(2), 103–111.
- Rusman, A. D. P., Umar, F., & Majid, M. (2021). *Covid-19 Dan Psikososial Masyarakat Di Masa Pandemi*. NEM.
- Sandu, S., & Sodik, muhammad A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* (Ayup (ed.); 1st ed.). Literasi Media Publishing.
- Santo, A. T., & Alfian, I. N. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir. *BRP KM Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 370–378.
- Savira, L. A., Setiawati, O. R., Husna, I., & Pramesti, W. (2021). Hubungan Stres dengan Motivasi Belajar Mahasiswa disaat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 183–188.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.577>
- Sayekti, E. (2017). *Efektivitas Teknik Self-Instruction Dalam Mereduksi Stress Akademik Pada Siswa Kelas XI MA Yarobi Kec. Grobogan, Kab. Grobogan Tahun 2016/2017* [Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Salatiga].

- Setyawan, I. D. aditya. (2021). *Hipotesis Dan Variabel Penelitian* (1st ed.). Tahta Media Group.
- Stuart, G. W. (2014). *Principles And Practice Of Psychiatric Of Nursing* (M. Louis (ed.); 10th ed.). Elsevier Health Sciences.
- Sucipto, C. D. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Gosyen Publishing.
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (23rd ed.). ALFABETA.
- Suparno, D. A. M. P. (2018). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Problem Focused Coping Pada Karyawan Wanita Desma Full Shoe Factory 2 Shift A di PTEI*. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.
- Supinganto, A., Yani, A. L., Darmawan, K. D., Paula, V., Nasution, T. M. riska A., Mukarromah, I., Florensia, uly A. M. V. A., Mukhoirotin, R. S. N., Marwati, H., & Jaya, M. A. (2021). *Keperawatan Jiwa Dasar* (R. Wathrianthos (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Susantyo, B., Nainggolan, T., & Irmayani, N. R. (2020). *Pemetaan Strategi Koping*. Puslitbangkesos Kementerian Sosial RI.
- Syah, R. H. (2020). Dampak Covid-19 Pada Pendidikan Di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, Dan Proses Pembelajaran. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(5). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15314>
- Syarifah, H. U. (2021). Hubungan Strategi Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*, 01(01), 29–44.
- Taslim, R., & Cahyani, A. R. (2021). *Stres Akademik Dan Penanganannya* (Guepedia (ed.); 1st ed.). GUEPEDIA.
- Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2018). Kematangan Emosi, Problem-Focused Coping, Emotion-Focused Coping dan Kecenderungan Depresi pada Mahasiswa Tahun Pertama. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY (GAMAJOP)*, 4(2), 105–118. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46356>
- Tugas Penanganan Covid-19, S. (2021). *Data Sebaran Covid-19*.

<https://covid19.go.id/>.

- Wahyudi, R., Bebasari, E., & Nazriati, E. (2017). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama. *JIK*, 107–111.
- Wahyuniman, D., & Budiman, A. (2021). Strategi Coping Stress Pada Wanita Remaja Akhir Yang Mengalami Perceraian. *Prosiding Psikologi*.
- Widiyanto, A., Fajriah, A. S., Atmojo, J. T., Handayani, R. T., & Putri3, S. I. (2020). Hubungan Premenstrual Syndrome dan Emotion Focused Coping Pada Siswi SMP. *Journal of Health Research*, 3(2).

LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

Surat Permohonan Kesiediaan Menjadi Responden

Kepada:

Yth. Bapak/Ibu/Saudara/i

Di Universitas dr. Soebandi

Jember

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi:

Nama : Siti Nur Aisyah

Nim : 18010151

Akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19”, maka saya mengharapkan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan responden pada penelitian ini.

Partisipasi Bapak/Ibu/Saudara/i bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi Bapak/Ibu/Saudara/i atas penelitian ini tetap dirahasiakan oleh peneliti.

Jika Bapak/Ibu/Saudara/i bersedia menjadi responden dalam penelitian kami mohon untuk menandatangani formulir persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Jember, 2022

Peneliti,

Siti Nur Aisyah

Lampiran 2 Persetujuan Menjadi Responden

No. Responden:

Persetujuan Menjadi Responden

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama :.....

Umur :.....

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi yang tertanda di bawah ini:

Nama : Siti Nur Aisyah

NIM : 18010151

Judul : Hubungan Strategi Koping Mahasiswa Terhadap Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

Saya telah mendapatkan informasi tentang penelitian tersebut dan mengerti tujuan dari penelitian tersebut, demikian pula kemungkinan manfaat dan resiko dari keikutsertaan saya. Saya telah mendapatkan kesempatan untuk bertanya dan seluruh pertanyaan saya telah dijawab dengan cara yang saya mengerti.

Saya mengerti bahwa keikutsertaan saya ini adalah sukarela dan saya bebas untuk berhenti setiap saat, tanpa memberikan alasan apapun. Dengan menandatangani formulir ini, saya juga menjamin bahwa informasi yang saya berikan adalah benar.

Jember, 2022

Responden,

Lampiran 3 Hasil Uji Validitas Kuesioner Stres Akademik

		Correlations																		
		X01	X02	X03	X04	X05	X06	X07	X08	X09	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	total
X01	Pearson	1	.300	.494**	.292	.274	.004	-.168	.278	.073	.109	.142	.040	.282	-.264	.226	-.032	-.240	.029	.296
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)			.101	.005	.111	.135	.983	.365	.130	.696	.558	.446	.831	.124	.151	.221	.866	.193	.876
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X02	Pearson	.300	1	.552**	.302	.290	-.039	.131	.280	.297	.267	.246	.103	.412*	.033	.066	-.142	.129	.490**	.494**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.101		.001	.099	.113	.836	.483	.127	.105	.146	.182	.581	.021	.860	.725	.447	.490	.005	.005
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X03	Pearson	.494**	.552**	1	.645**	.642**	.021	.218	.366*	.431*	.417*	.417*	.344	.637**	.253	.120	.033	.210	.465**	.761**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.005	.001		.000	.000	.910	.239	.043	.016	.020	.020	.058	.000	.170	.521	.861	.256	.008	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X04	Pearson	.292	.302	.645**	1	.704**	.001	.183	.259	.550**	.457**	.506**	.361*	.587**	.121	-.009	-.055	.263	.394*	.697**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.111	.099	.000		.000	.995	.324	.160	.001	.010	.004	.046	.001	.515	.963	.769	.154	.028	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X05	Pearson	.274	.290	.642**	.704**	1	-.044	.000	.058	.369*	.329	.334	.299	.486**	.175	.085	-.139	.017	.168	.533**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.135	.113	.000	.000		.814	1.000	.758	.041	.070	.066	.102	.006	.346	.649	.455	.926	.366	.002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X06	Pearson	.004	-.039	.021	.001	-.044	1	.515**	-.119	-.165	.223	.046	.152	-.131	.159	.166	.337	.240	-.222	.165
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.983	.836	.910	.995	.814		.003	.524	.375	.228	.804	.414	.484	.393	.372	.064	.194	.229	.376
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X07	Pearson	-.168	.131	.218	.183	.000	.515**	1	.439*	.146	.237	.214	.254	.077	.370*	.000	.320	.683**	.257	.480**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.365	.483	.239	.324	1.000	.003		.014	.435	.199	.248	.169	.682	.040	1.000	.080	.000	.163	.006
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X08	Pearson	.278	.280	.366*	.259	.058	-.119	.439*	1	.312	.120	.138	.208	.422*	.146	-.011	.273	.275	.511**	.541**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.130	.127	.043	.160	.758	.524	.014		.087	.520	.459	.262	.018	.434	.954	.137	.135	.003	.002
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X09	Pearson	.073	.297	.431*	.550**	.369*	-.165	.146	.312	1	.506**	.431*	.388*	.581**	.328	-.027	-.175	.220	.319	.592**
	Correlation																			
	Sig. (2-tailed)	.696	.105	.016	.001	.041	.375	.435	.087		.004	.016	.031	.001	.071	.887	.347	.235	.080	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31
X10	Pearson	.109	.267	.417*	.457**	.329	.223	.237	.120	.506**	1	.714**	.601**	.449*	.555**	.412*	.258	.232	.523**	.747**
	Correlation																			

	Sig. (2-tailed) N	.558 31	.146 31	.020 31	.010 31	.070 31	.228 31	.199 31	.520 31	.004 31		.000 31	.000 31	.011 31	.001 31	.021 31	.161 31	.208 31	.003 31	.000 31
X11	Pearson Correlation	.142	.246	.417*	.506**	.334	.046	.214	.138	.431*	.714**	1	.456**	.376*	.255	.145	.040	.123	.383*	.604**
	Sig. (2-tailed) N	.446 31	.182 31	.020 31	.004 31	.066 31	.804 31	.248 31	.459 31	.016 31	.000 31		.010 31	.037 31	.166 31	.437 31	.830 31	.509 31	.034 31	.000 31
X12	Pearson Correlation	.040	.103	.344	.361*	.299	.152	.254	.208	.388*	.601**	.456**	1	.363*	.518**	.374*	.284	.180	.442*	.638**
	Sig. (2-tailed) N	.831 31	.581 31	.058 31	.046 31	.102 31	.414 31	.169 31	.262 31	.031 31	.000 31	.010 31		.045 31	.003 31	.038 31	.122 31	.333 31	.013 31	.000 31
X13	Pearson Correlation	.282	.412*	.637**	.587**	.486**	-.131	.077	.422*	.581**	.449*	.376*	.363*	1	.269	.252	-.031	.332	.548**	.745**
	Sig. (2-tailed) N	.124 31	.021 31	.000 31	.001 31	.006 31	.484 31	.682 31	.018 31	.001 31	.011 31	.037 31	.045 31		.143 31	.172 31	.867 31	.068 31	.001 31	.000 31
X14	Pearson Correlation	-.264	.033	.253	.121	.175	.159	.370*	.146	.328	.555**	.255	.518**	.269	1	.104	.310	.351	.450*	.525**
	Sig. (2-tailed) N	.151 31	.860 31	.170 31	.515 31	.346 31	.393 31	.040 31	.434 31	.071 31	.001 31	.166 31	.003 31	.143 31		.577 31	.090 31	.053 31	.011 31	.002 31
X15	Pearson Correlation	.226	.066	.120	-.009	.085	.166	.000	-.011	-.027	.412*	.145	.374*	.252	.104	1	.493**	.201	.134	.347
	Sig. (2-tailed) N	.221 31	.725 31	.521 31	.963 31	.649 31	.372 31	1.000 31	.954 31	.887 31	.021 31	.437 31	.038 31	.172 31	.577 31		.005 31	.278 31	.472 31	.056 31
X16	Pearson Correlation	-.032	-.142	.033	-.055	-.139	.337	.320	.273	-.175	.258	.040	.284	-.031	.310	.493**	1	.301	.229	.309
	Sig. (2-tailed) N	.866 31	.447 31	.861 31	.769 31	.455 31	.064 31	.080 31	.137 31	.347 31	.161 31	.830 31	.122 31	.867 31	.090 31	.005 31		.099 31	.215 31	.091 31
X17	Pearson Correlation	-.240	.129	.210	.263	.017	.240	.683**	.275	.220	.232	.123	.180	.332	.351	.201	.301	1	.352	.493**
	Sig. (2-tailed) N	.193 31	.490 31	.256 31	.154 31	.926 31	.194 31	.000 31	.135 31	.235 31	.208 31	.509 31	.333 31	.068 31	.053 31	.278 31	.099 31		.052 31	.005 31
X18	Pearson Correlation	.029	.490**	.465**	.394*	.168	-.222	.257	.511**	.319	.523**	.383*	.442*	.548**	.450*	.134	.229	.352	1	.702**
	Sig. (2-tailed) N	.876 31	.005 31	.008 31	.028 31	.366 31	.229 31	.163 31	.003 31	.080 31	.003 31	.034 31	.013 31	.001 31	.011 31	.472 31	.215 31	.052 31		.000 31
total	Pearson Correlation	.296	.494**	.761**	.697**	.533**	.165	.480**	.541**	.592**	.747**	.604**	.638**	.745**	.525**	.347	.309	.493**	.702**	1
	Sig. (2-tailed) N	.106 31	.005 31	.000 31	.000 31	.002 31	.376 31	.006 31	.002 31	.000 31	.000 31	.000 31	.000 31	.000 31	.002 31	.056 31	.091 31	.005 31	.000 31	.000 31

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Kuesioner Strategi Koping

Correlations

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		Sig. (2-tailed) N	.859 31	.848 31	.939 31	.006 31	.542 31	.402 31	.114 31	.005 31	.206 31	.029 31	.469 31	.305 31		.003 31	.711 31	.168 31	.019 31	.043 31	.402 31	.401 31	.658 31	.144 31	.214 31	.155 31	.670 31	.437 31	.783 31	.047 31	.073 31	.551 31	.052 31	.600 31	.054 31	.470 31	.017 31	.682 31	.216 31	.697 31	.814 31	.226 31	.063 31	.157 31	.504 31	.001 31	.138 31	.173 31	.191 31	.870 31	.960 31	.053 31	.008 31																																																																																																																																																																																																																																																																																											
Y14	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N		-.036 31	.005 31	.264 31	.580 31	.168 31	.207 31	.069 31	.253 31	.701 31	.299 31	.093 31	.494 31	.510 31	1 31	-.047 31	.576 31	.330 31	.067 31	-.022 31	-.048 31	.315 31	.383 31	.425 31	.451 31	-.049 31	.163 31	-.117 31	.134 31	.506 31	-.136 31	.089 31	-.057 31	-.066 31	.265 31	.265 31	.677 31	.248 31	.005 31	.031 31	.054 31	.409 31	.131 31	.172 31	.469 31	.284 31	.236 31	.074 31	.376 31	.170 31	-.005 31	.071 31	.520 31																																																																																																																																																																																																																																																																																										
			.846 31	.979 31	.150 31	.001 31	.365 31	.263 31	.713 31	.170 31	.000 31	.102 31	.620 31	.005 31	.003 31	.003 31		.801 31	.001 31	.069 31	.720 31	.908 31	.796 31	.085 31	.034 31	.011 31	.799 31	.388 31	.529 31	.471 31	.004 31	.467 31	.634 31	.761 31	.147 31	.150 31	.980 31	.869 31	.774 31	.022 31	.484 31	.354 31	.008 31	.122 31	.202 31	.694 31	.037 31	.361 31	.977 31	.705 31	.003 31																																																																																																																																																																																																																																																																																													
			31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31																																																																																																																																																																																																																																																																																											
Y15	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N		.176 31	.249 31	.081 31	.401 31	.384 31	.316 31	.211 31	.022 31	.439 31	.133 31	.157 31	.069 31	-.047 31		-.055 31	.359 31	.551 31	.506 31	.286 31		.124 31	.192 31	.260 31	.073 31	.310 31	.424 31	-.292 31	-.238 31	.455 31	.388 31	.080 31	-.036 31	-.222 31	-.128 31	.306 31	.458 31	.343 31	.279 31	-.058 31	.199 31	.091 31	-.154 31	.211 31	.244 31	.430 31	-.009 31	.365 31	.463 31	.265 31	.396 31																																																																																																																																																																																																																																																																																												
			.343 31	.176 31	.677 31	.023 31	.430 31	.081 31	.212 31	.906 31	.014 31	.477 31	.381 31	.798 31	.004 31	.801 31		.769 31	.401 31	.004 31	.018 31	.506 31	.333 31	.506 31	.333 31	.188 31	.011 31	.006 31	.301 31	.011 31	.111 31	.198 31	.013 31	.668 31	.849 31	.292 31	.499 31	.014 31	.015 31	.159 31	.258 31	.625 31	.409 31	.205 31	.191 31	.016 31	.964 31	.049 31	.050 31	.027 31																																																																																																																																																																																																																																																																																														
			31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Y16	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N		-.107 31	-.043 31	.371 31	.422 31	.229 31	.542 31	.293 31	.030 31	.362 31	.233 31	-.113 31	.292 31	.254 31		.576 31	-.055 31	1 31	.283 31	-.111 31	-.228 31	-.260 31	.016 31	.233 31	.144 31	.244 31	-.046 31	.305 31	.083 31	.356 31	-.203 31	-.205 31	.164 31	-.062 31	-.273 31	.352 31	.599 31	.119 31	-.086 31	-.267 31	-.202 31	-.481 31	.064 31	.395 31	.339 31	.109 31	.119 31	-.099 31	.340 31	-.200 31	-.287 31	-.014 31	.361 31																																																																																																																																																																																																																																																																																										
			.566 31	.818 31	.040 31	.017 31	.214 31	.002 31	.872 31	.046 31	.208 31	.546 31	.168 31	.181 31	.001 31	.769 31		.124 31	.522 31	.218 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31	.932 31	.209 31	.158 31

Y18	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.029 31	.124 31	.024 31	.281 31	.195 31	.014 31	.476* 31	.601* 31	.050 31	.469* 31	.119 31	.262 31	.366* 31	.067 31	.551* 31	.111 31	.524* 31	.392* 31	.200 31	.090 31	.327 31	.236 31	.032 31	.253 31	.330 31	.194 31	.082 31	.093 31	.438* 31	.498* 31	.198 31	.004 31	.034 31	.026 31	.162 31	.236 31	.377* 31	.171 31	.069 31	.127 31	.281 31	.399* 31	.253 31	.578* 31	.573* 31	.207 31	.321 31	.181 31	.516* 31	.428* 31
Y19	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.419* 31	.110 31	.322 31	.083 31	.491* 31	.024 31	.217 31	.367* 31	.016 31	.224 31	.269 31	.195 31	.156 31	.022 31	.506* 31	.228 31	.141 31	.392* 31	.186 31	.237 31	.076 31	.037 31	.147 31	.490* 31	.253 31	.302 31	.045 31	.157 31	.319 31	.422* 31	.159 31	.124 31	.262 31	.022 31	.504* 31	.303 31	.281 31	.015 31	.215 31	.013 31	.240 31	.054 31	.142 31	.323 31	.002 31	.275 31	.438* 31	.088 31	.312 31	
Y20	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.143 31	.228 31	.062 31	.043 31	.099 31	.062 31	.106 31	.305 31	.219 31	.219 31	.093 31	.156 31	.046 31	.088 31	.286 31	.294 31	.200 31	.280 31	.186 31	.348 31	.443* 31	.404* 31	.170 31	.038 31	.084 31	.044 31	.054 31	.047 31	.059 31	.022 31	.137 31	.050 31	.086 31	.310 31	.126 31	.180 31	.026 31	.271 31	.010 31	.338 31	.056 31	.006 31	.159 31	.343 31	.238 31	.355 31	.178 31	.288 31		
Y21	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.349 31	.372* 31	.006 31	.257 31	.433* 31	.251 31	.102 31	.275 31	.097 31	.220 31	.243 31	.083 31	.368 31	.058 31	.124 31	.016 31	.105 31	.090 31	.237 31	.348 31	.326 31	.517* 31	.095 31	.211 31	.347 31	.036 31	.126 31	.113 31	.092 31	.118 31	.088 31	.261 31	.130 31	.394* 31	.372* 31	.320 31	.187 31	.360 31	.066 31	.296 31	.008 31	.069 31	.169 31	.319 31	.548* 31	.097 31	.425* 31			
Y22	Pearson Correlation	-.214 31	.368* 31	.003 31	.136 31	.229 31	.492* 31	.400* 31	.282 31	.350 31	.040 31	.348 31	.248 31	.269 31	.383 31	.193 31	.232 31	.600* 31	.327 31	.076 31	.443* 31	.645* 31	.277 31	.177 31	.440* 31	.230 31	.095 31	.333 31	.084 31	.082 31	.176 31	.457* 31	.398* 31	.513* 31	.164 31	.384* 31	.388 31	.405* 31	.394* 31	.530* 31	.211 31	.338 31	.625* 31	.248 31	.271 31	.293 31	.657* 31				

	Sig. (2-tailed) N	.2 4 8 3 1	.0 4 1 3 1	.9 8 6 3 1	.0 0 2 3 1	.3 7 8 3 1	.2 1 6 3 1	.0 0 5 3 1	.0 2 6 3 1	.1 1 4 3 1	.0 5 4 3 1	.8 2 9 3 1	.0 5 5 3 1	.1 4 3 3 1	.0 3 4 3 1	.3 0 1 3 1	.2 0 9 3 1	.0 0 0 3 1	.0 7 3 3 1	.6 8 3 3 1	. 0 1 3 3 1	.0 8 1 3 1	. 3 1	.0 0 0 3 1	.1 3 1 3 1	.3 5 0 3 1	.0 1 3 3 1	.2 1 3 3 1	. 6 1 0 3 1	.0 6 7 3 1	.6 5 5 3 1	.6 6 0 3 1	.6 4 0 3 1	.3 4 5 3 1	.0 1 0 3 1	.0 2 7 3 1	.0 0 3 3 1	.3 7 9 3 1	.0 3 3 3 1	.0 9 1 3 1	.0 2 4 3 1	.0 2 8 3 1	.0 0 2 3 1	.2 5 8 3 1	.0 6 3 3 1	.0 0 9 3 1	.1 9 2 3 1	.0 0 0 3 1	.1 7 8 3 1	.1 4 1 3 1	.1 1 0 3 1	.0 0 0 3 1		
Y23	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.3 3 4 3 1	.2 5 8 3 1	.3 1 7 3 1	.4 7 0 3 1	.4 3 7 3 1	.1 6 8 3 1	.2 4 5 3 1	.3 2 4 3 1	.4 9 6 3 1	.3 4 5 3 1	.2 1 9 3 1	.3 6 0 3 1	.2 1 6 3 1	.4 2 5 3 1	.2 6 6 3 1	.1 4 8 3 1	.4 4 0 3 1	.2 3 6 3 1	.0 3 7 3 1	.4 0 4 3 1	.3 2 6 3 1	.6 4 5 3 1	1 3 3 1	.2 7 3 3 1	. - 1 8 2 3 1	.1 8 4 3 1	.1 8 1 3 1	. 0 3 3 1	.0 9 1 3 1	.1 5 0 3 1	.1 0 9 3 1	. - 1 0 9 3 1	.0 6 4 3 1	.2 9 4 3 1	.4 3 8 3 1	.4 0 3 3 1	.1 6 9 3 1	.4 7 0 3 1	.2 0 7 3 1	.3 1 7 3 1	.1 4 6 3 1	.1 3 8 3 1	.3 2 2 3 1	.2 5 7 3 1	.3 3 8 3 1	.0 6 6 3 1	.4 5 8 3 1	.0 7 8 3 1	.1 6 3 3 1	.0 6 8 3 1	.0 0 0 3 1		
Y24	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.1 1 8 3 1	.5 3 2 3 1	.1 2 0 1 1	.2 0 4 3 1	.3 5 4 3 1	.1 7 7 3 1	.1 6 4 3 1	.3 8 2 3 1	.2 6 5 3 1	.4 7 7 3 1	.2 0 2 3 1	.1 6 8 3 1	.3 2 2 3 1	.2 4 1 3 1	.0 0 3 3 1	.2 4 0 3 1	.3 4 1 3 1	. - 0 3 2 3 1	.1 4 7 3 1	. - 1 7 0 3 1	.5 1 7 3 1	.2 7 7 3 1	.2 7 3 3 1	1 3 3 1	.0 8 3 3 1	.2 8 0 3 1	.0 7 4 3 1	. 0 2 4 3 1	.0 7 9 3 1	. - 1 0 1 3 1	. - 1 2 1 3 1	.0 5 3 3 1	. 0 0 4 3 1	.2 0 0 3 1	.4 7 3 3 1	.1 3 8 3 1	.0 9 9 3 1	.0 3 7 3 1	.0 3 6 3 1	.0 4 0 3 1	.0 3 6 3 1	. - 0 3 6 3 1	.0 2 8 3 1	.1 5 6 3 1	.1 5 0 3 1	.0 0 9 3 1	.3 8 6 3 1	.3 5 0 3 1	.2 7 3 3 1	.2 4 7 3 1	.1 4 2 3 1	.4 0 5 3 1	
Y25	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.7 6 6 3 1	.2 1 8 3 1	.3 1 2 3 1	.0 7 0 3 1	.2 3 5 3 1	.1 4 9 3 1	.1 1 7 3 1	.1 3 6 3 1	. - 1 3 1	.2 9 9 3 1	.3 4 4 3 1	. - 0 5 4 3 1	.0 8 0 3 1	. - 0 4 9 3 1	.3 7 8 3 1	. - 0 4 6 3 1	. - 0 5 8 3 1	.2 5 3 3 1	.4 9 0 3 1	. 0 3 8 3 1	.0 9 5 3 1	. - 1 7 4 3 1	. - 1 8 2 3 1	.0 8 3 3 1	1 3 3 1	.2 0 7 3 1	.3 1 5 3 1	. 1 6 9 3 1	. - 0 2 3 3 1	.3 8 2 3 1	.3 8 5 3 1	.2 8 8 3 1	.3 9 8 3 1	. - 1 2 0 3 1	. - 0 2 0 3 1	.0 2 3 3 1	.4 9 0 3 1	.0 8 8 3 1	.2 6 8 3 1	.0 3 1 3 1	.8 6 5 3 1	.1 6 8 3 1	.2 5 4 3 1	. - 0 7 8 3 1	.0 1 3 3 1	. - 0 5 9 3 1	. - 0 7 5 3 1	.1 5 7 3 1	. - 2 4 1 3 1	.2 5 1 3 1	.1 8 9 3 1	. - 0 3 4 3 1	.2 4 2 3 1
Y26	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.1 3 2 3 1	.1 6 5 3 1	.1 1 9 3 1	.4 0 6 3 1	.2 9 6 3 1	.1 8 1 3 1	.5 4 5 3 1	.3 9 3 3 1	.1 7 6 3 1	.4 0 5 3 1	. 0 0 3 1	.3 6 5 3 1	. - 0 0 3 1	.3 6 5 3 1	.1 6 3 3 1	.3 1 0 3 1	.3 0 5 3 1	.4 8 2 3 1	.3 3 0 3 1	.2 5 3 3 1	.2 1 1 3 1	.4 4 0 3 1	.1 8 4 3 1	.2 8 0 3 1	.2 0 7 3 1	1 3 3 1	.4 7 4 3 1	. 0 5 0 3 1	.0 8 1 3 1	.2 6 1 3 1	.3 3 7 3 1	.0 6 6 3 1	.0 5 6 3 1	.7 2 5 4 3 1	.7 6 4 8 3 1	.0 0 0 3 1	.1 0 1 3 1	.4 2 5 3 1	.3 7 5 3 1	.1 9 9 3 1	.2 3 8 3 1	.3 4 9 3 1	.4 7 1 3 1	.6 2 0 3 1	. 0 0 4 3 1	.2 0 9 3 1	.3 2 1 3 1	.1 9 1 3 1	.3 1 8 3 1	.3 8 0 3 1	.2 4 7 3 1	.1 6 5 3 1	.6 0 4 3 1

[illegible]

	Sig. (2- taile d) N	.1 4 0 3 1	.7 5 4 3 1	.4 2 6 3 1	.0 2 5 3 1	.0 0 4 3 1	.1 3 0 3 1	.0 0 2 3 1	.0 0 4 3 1	.1 4 9 3 1	.0 2 6 3 1	.0 5 1 3 1	.0 8 0 3 1	.0 5 2 3 1	.6 3 4 3 1	.0 3 1 3 1	.3 7 9 3 1	.3 4 5 3 1	.0 0 4 3 1	.0 1 8 3 1	.9 0 6 3 1	.6 2 4 3 1	.6 6 0 3 1	.5 6 1 3 1	.5 1 5 3 1	.0 3 4 3 1	.0 6 4 3 1	.1 2 4 3 1	.0 2 3 3 1	.3 1 9 3 1	.1 3 0 3 1	.6 0 9 3 1	.0 0 2 3 1	.2 3 1 3 1	.7 0 1 3 1	.0 1 6 3 1	.0 0 5 3 1	.1 4 1 3 1	.0 0 3 3 1	.0 7 6 3 1	.1 2 7 3 1	.0 2 5 3 1	.2 9 4 3 1	.3 2 1 3 1	.0 0 7 3 1	.2 9 2 3 1	.6 0 3 3 1	.4 5 7 3 1	.3 4 8 3 1	.0 7 5 3 1	.0 0 1 3 1				
Y32	Pear son Corr elati on Sig. (2- taile d) N	.2 3 0 3 1	.1 8 6 3 1	.0 7 3 3 1	.2 6 8 3 1	.1 4 1 3 1	.0 2 6 3 1	.0 9 9 3 1	.0 2 4 3 1	.1 8 8 3 1	.1 2 2 3 1	.5 0 9 3 1	.3 1 4 3 1	.0 9 8 3 1	.0 5 7 3 1	.0 8 0 3 1	.0 6 2 3 1	.1 0 9 3 1	.1 9 8 3 1	.1 5 9 3 1	.1 3 7 3 1	.1 1 8 3 1	.0 8 7 3 1	.1 0 9 3 1	.0 5 3 3 1	.2 8 5 3 1	.0 6 6 3 1	.1 4 8 3 1	.0 3 7 3 1	.0 6 2 3 1	.4 6 4 3 1	.3 3 7 3 1	.2 1 2 3 1	.3 6 3 3 1	.5 5 7 3 1	.3 0 1 3 1	.3 2 8 3 1	.3 2 0 3 1	.0 4 0 3 1	.0 2 5 3 1	.3 7 5 3 1	.1 3 5 3 1	.2 7 4 3 1	.2 3 7 3 1	.0 4 8 3 1	.0 2 0 3 1	.7 9 9 3 1	.9 1 6 3 1	.5 1 6 3 1	.8 7 6 3 1	.3 5 3 3 1	.8 8 5 3 1	.0 9 5 3 1	.3 0 5 3 1	
		.2 1 4 3 1	.3 1 7 3 1	.6 9 5 3 1	.1 4 6 3 1	.4 5 0 3 1	.8 8 9 3 1	.5 9 6 3 1	.8 9 9 3 1	.3 1 1 3 1	.5 1 2 3 1	.0 0 3 3 1	.0 8 6 3 1	.6 0 0 3 1	.7 6 1 3 1	.7 6 6 3 1	.7 3 9 3 1	.5 5 9 3 1	.2 8 5 3 1	.3 9 4 3 1	.4 6 3 3 1	.5 2 8 3 1	.6 4 0 3 1	.7 5 9 3 1	.1 2 0 3 1	.7 2 5 3 1	.4 2 8 3 1	.7 2 5 3 1	.4 2 8 3 1	.8 4 2 3 1	.0 0 9 3 1	.0 6 4 3 1	.2 5 2 3 1	.0 4 5 3 1	.4 0 3 3 1	.1 5 0 3 1	.0 7 1 3 1	.0 7 9 3 1	.0 3 8 3 1	.4 6 9 3 1	.1 3 6 3 1	.1 3 9 3 1	.7 9 9 3 1	.9 1 6 3 1	.5 1 6 3 1	.8 7 6 3 1	.3 5 3 3 1	.8 8 5 3 1	.0 9 5 3 1	.3 0 5 3 1					
Y33	Pear son Corr elati on Sig. (2- taile d) N	.2 7 3 1	.0 8 2 3 1	.3 5 2 3 1	.2 4 9 3 1	.3 3 2 3 1	.0 7 1 3 1	.0 7 1 3 1	.2 8 3 3 1	.4 1 0 3 3 1	.3 9 1 3 3 1	.5 9 2 3 3 1	.2 2 3 3 3 1	.3 4 9 3 3 1	.2 6 6 3 3 1	.0 3 6 3 3 1	.2 7 3 3 3 1	.0 2 4 3 3 1	.0 0 4 3 3 1	.1 2 0 3 3 1	.1 5 0 3 3 1	.0 8 8 3 3 1	.1 7 6 3 3 1	.0 6 4 3 3 1	.0 0 4 3 3 1	.3 9 8 3 3 1	.0 5 6 3 3 1	.0 8 4 3 3 1	.3 9 1 3 3 1	.2 1 7 3 3 1	.1 5 1 3 3 1	.5 2 8 3 3 1	.4 6 4 3 3 1	.2 9 6 3 3 1	.4 0 3 3 3 1	.1 5 1 3 3 1	.4 2 9 3 3 1	.0 3 4 3 3 1	.2 4 9 3 3 1	.3 9 7 3 3 1	.1 8 1 3 3 1	.2 4 9 3 3 1	.1 7 5 3 3 1	.1 6 5 3 3 1	.0 2 1 3 3 1	.0 5 1 3 3 1	.0 7 8 3 3 1	.6 7 7 3 3 1	.4 9 3 3 3 1	.5 3 5 3 3 1	.1 1 6 3 3 1	.2 4 2 3 3 1	.3 7 6 3 3 1		
		.1 3 8 3 1	.6 6 5 3 1	.7 7 2 3 1	.0 6 8 3 1	.7 6 4 3 1	.7 4 5 3 1	.1 2 2 3 3 1	.0 2 2 3 3 1	.2 5 4 3 3 1	.0 2 7 3 3 1	.0 2 0 3 3 1	.0 0 0 3 3 1	.2 4 4 3 3 1	.1 4 9 3 3 1	.8 4 4 3 3 1	.8 3 9 3 3 1	.9 8 0 3 3 1	.5 7 9 3 3 1	.0 6 4 3 3 1	.7 9 0 3 3 1	.6 3 9 3 3 1	.3 4 5 3 3 1	.7 4 4 3 3 1	.9 4 4 3 3 1	.0 2 4 3 3 1	.4 1 8 3 3 1	.0 6 4 3 3 1	.8 5 4 3 3 1	.1 5 7 3 3 1	.0 7 7 3 3 1	.3 3 0 3 3 1	.1 7 4 3 3 1	.3 7 7 3 3 1	.4 7 4 3 3 1	.1 7 5 3 3 1	.3 3 3 3 3 1	.3 3 3 3 3 1	.9 1 0 3 3 1	.7 8 7 3 3 1	.6 4 7 3 3 1	.4 9 3 3 3 1	.5 7 3 3 3 1	.1 1 6 3 3 1	.2 4 2 3 3 1	.3 7 6 3 3 1									
Y34	Pear son Corr elati on Sig. (2- taile d) N	.1 3 7 3 1	.0 3 7 3 0	.3 7 3 7	.1 0 5 6	.1 5 6	.4 1 7 6	.1 7 5 6	.4 4 1 6	.1 8 1	.1 3 7	.1 0 5	.4 4 4	.1 3 5	.2 6 5	.0 3 6	.2 2 2	.3 5 2	.3 5 0	.0 3 4	.2 6 2	.0 5 6	.2 6 1	.4 5 7	.2 9 4	.2 0 0	.1 2 0	.4 7 1	.1 7 6	.2 0 8	.4 5 7	.0 1 8	.2 2 1	.3 3 7	.2 9 6	.3 6 4	.5 6 7	.2 2 0	.2 9 6	.3 9 4	.4 2 3	.5 0 3	.6 0 9	.3 0 7	.2 5 6	.3 0 8	.0 9 2	.3 0 9	.2 3 3	.0 8 3	.1 2 3	.5 5 1	.0 0 1		
		.4 6 2 3 1	.8 4 5 3 1	.8 7 2 3 1	.0 3 7 5	.5 7 5	.4 0 1 9	.3 1 7	.0 4 7	.3 1 2	.5 7 4	.0 2 3	.0 2 3	.4 1 3	.1 5 0	.2 2 9	.0 5 2	.3 5 2	.0 5 3	.8 5 6	.1 5 5	.7 6 4	.1 5 5	.0 1 0	.1 0 9	.2 8 0	.5 2 0	.0 0 8	.3 4 4	.2 6 0	.0 1 0	.9 2 3	.2 3 1	.0 6 4	.1 0 5	.0 4 4	.0 0 1	.2 3 5	.1 0 5	.0 2 8	.0 1 8	.0 0 4	.0 0 4	.0 9 3	.1 3 6	.0 9 3	.6 2 2	.0 9 1	.2 0 8	.6 5 7	.5 1 0	.0 0 1			
Y35	Pear son Corr elati on Sig. (2- taile d) N	.1 1 2 3 1	.2 5 4 3 1	.3 5 8 3 1	.5 6 9 3 1	.3 0 1 3 1	.2 2 5 3 1	.2 8 5 3 1	.3 5 6 3 1	.5 7 5 3 1	.4 2 5 3 1	.4 0 3 3 1	.5 5 7 3 1	.4 2 5 3 1	.6 7 7 3 1	.1 2 8 3 1	.5 9 9 3 1	.5 3 7 3 1	.0 2 6 3 1	.1 2 6 3 1	.0 8 9 3 1	.1 3 0 3 1	.3 9 8 3 1	.4 3 8 3 1	.0 3 3 3 1	.9 1 3 3 1	.1 3 6 3 1	.2 7 4 3 1	.0 3 5 3 1	.3 3 1 3 1	.0 7 2 3 1	.2 1 2 3 1	.4 0 3 3 1	.3 6 4 3 1	.1 7 1 3 1	.1 5 1 3 1	.0 8 0 3 1	.0 6 7 3 1	.6 3 8 3 1	.0 6 3 3 1	.4 1 6 3 1	.2 6 5 3 1	.3 4 7 3 1	.2 8 4 3 1	.1 0 3 3 1	.5 8 2 3 1	.0 0 4 3 1	.7 3 6 3 1	.0 2 0 3 1	.1 5 5 3 1	.0 0 3 3 1	.7 3 5 3 1	.0 5 0 3 1	.2 5 2 3 1	.6 1 0 3 1
		.5 5 0 3 1	.1 6 9 3 1	.0 4 8 3 1	.0 0 1 3 1	.1 0 0 3 1	.2 2 9 3 1	.1 2 4 3 1	.0 4 9 3 1	.0 2 1 3 1	.0 0 1 3 1	.0 2 5 3 1	.0 0 3 3 1	.0 0 3 3 1	.0 0 3 3 1	.4 9 1 3 1	.0 0 2 3 1	.8 8 9 3 1	.4 9 9 3 1	.4 9 9 3 1	.6 3 2 3 1	.4 8 7 3 1	.0 2 7 3 1	.0 1 4 3 1	.0 0 7 3 1	.9 1 3 3 1	.1 3 6 3 1	.2 5 2 3 1	.0 2 4 3 1	.0 4 4 3 1	.3 5 7 3 1	.4 1 7 3 1	.6 6 9 3 1	.7 2 0 3 1	.2 5 2 3 1	.4 0 3 3 1	.3 6 4 3 1	.1 7 1 3 1	.1 5 1 3 1	.0 8 0 3 1	.0 6 7 3 1	.0 0 0 3 1	.7 3 6 3 1	.0 2 0 3 1	.1 5 5 3 1	.0 0 3 3 1	.7 3 5 3 1	.0 3 3 3 1	.7 8 8 3 1	.1 7 1 3 1	.0 0 3 3 1	.7 3 5 3 1	.0 0 3 3 1		

	Sig. (2-tailed) N	.81031	.64431	.00661	.00121	.00211	.00161	.11931	.05991	.07111	.02581	.03281	.22611	.02221	.75881	.00661	.03661	.71331	.93711	.89011	.31311	.02441	.02591	.86661	.05441	.37331	.01211	.18711	.41811	.07661	.07991	.02711	.01881	.00001	.01001	.06991	.10001	.00551		.01511	.00011	.21311	.35011	.16881	.48881	.11661	.24211	.67311	.44211	.00011																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
Y41	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.21831	.00001	-.05441	.48711	.10091	.00001	.50111	.23441	-.02771	.15221	.18231	.12381	.13311	.11991	.06441	.29221	.12771	.21151	.27111	.36011	.39441	.16991	-.03661	.25441	.47111	.27991	.18111	.22811	.13771	.28001	.37511	.18111	.50311	.06331	.53661	.58311	.51011	.53711	.43211	111	.48711	.38111	.37311	.12411	.00001	.00001	.14111	.14441	-.03001	.53661																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		.23931	1.00001	.77011	.00051	.56031	1.00001	.00041	.20044	.88471	.41155	.32683	.50683	.06343	.48833	.73112	.19556	.24466	.14000	.04773	.04283	.36473	.84478	.16478	.16881	.00089	.12277	.32933	.21733	.46333	.12277	.03833	.33043	.00466	.73323	.00233	.00011	.00011	.00022	.01155		.00055	.03497	.50073	1.00003	.45099	.43333	.87112	.00022																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
		.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
Y42	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.14471	.09133	.34366	.41881	.30066	.64111	.44331	.26771	.46641	.12099	.40001	.26011	.17722	.09911	.39551	.48111	.28133	.01100	.01100	.06666	.53001	.47201	-.07881	.62001	.22221	.27771	.20001	.40991	.40111	.13355	.24499	.60991	.41666	.45711	.35333	.36441	.41666	.68711	.48711	111	.04488	.29966	.35544	.05599	.28001	.01199	.03399	.19398	.19988	.64881																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		.43011	.61861	.08111	.01199	.04037	.00037	.11403	.08299	.42567	.01133	.35455	.62258	.02286	.12405	.92533	.79599	.07666	.08076	.00080	.87633	.72255	.02299	.13131	.28922	.78955	.02299	.13131	.28922	.78955	.02299	.13131	.28955	.02010	.01010	.05144	.04200	.20005	.00055		.79088	.10561	.75522	.12737	.95375	.83855	.20000																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
		.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111																																																																																																																																																																																																																																																																																																										
Y43	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.01171	.12221	.03280	.26900	.09006	.20211	-.10771	.28022	-.14455	-.05881	.09555	.12255	.46991	-.15544	.33399	-.02899	-.39900	-.24038	.29355	.21100	.20077	.15666	.01133	.00044	.12255	.20177	.25111	.03322	.19355	.27744	.17755	.30077	.26655	.22922	.11133	.06633	.11300	.23300	.38111	.04488	111	.34455	-.23366	.02288	-.07788	.10733	-.09396	.03344	.24422																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
		.92771	.51299	.83977	.16322	.26661	.91677	.52444	.17244	.43777	.75881	.61048	.50099	.82366	.06223	.39233	.08236	.02366	.19411	.84111	.10077	.25655	.40022	.94455	.98833	.50044	.17722	.86655	.22544	.13366	.34777	.09933	.15500	.73566	.53566	.21333	.03344	.79988		.05777	.20011	.87711	.67555	.58338	.60088	.85588	.19911																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
		.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111	.33111

[illegible]

		Sig. (2- tail d) N	.2 2 7 3 1	.0 2 5 3 1	.8 9 3 3 1	.0 5 0 1 1	.0 4 4 3 1	.2 9 1 3 1	.2 6 0 3 1	.4 6 6 3 1	.7 6 5 3 1	.4 0 5 3 1	.1 3 4 3 1	.2 2 3 3 1	.9 6 0 3 1	.9 7 7 3 1	.0 9 9 3 1	.1 1 7 3 1	.1 3 2 3 1	.3 2 9 3 1	.0 1 4 3 1	.0 5 0 1 1	.0 0 1 3 1	.1 4 6 3 1	.0 8 0 1 1	.1 8 0 3 1	.3 0 8 3 1	.1 8 0 3 1	.0 0 1 3 1	.9 4 8 3 1	.1 7 3 3 1	.0 3 7 3 1	.3 4 8 3 1	.3 5 3 3 1	.5 3 5 3 1	.6 5 7 3 1	.7 8 8 3 1	.4 8 6 3 1	.0 0 2 3 1	.0 2 3 3 1	.3 5 1 3 1	.6 7 3 3 1	.4 3 9 3 1	.8 3 7 3 1	.6 0 8 3 1	.2 0 2 3 1	.4 6 5 3 1	.4 0 1 3 1	.3 0 2 3 1	.0 0 1 3 1	.1 3 7 3 1	.0 2 0 3 1																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
Y50	Pear son Corr elati on Sig. (2- tail d) N		.2 0 7	.0 6 5	.1 7 5	.2 5 7	.1 8 9	.0 2 4	.3 6 6	.4 9 8	.2 3 8	.4 3 7	.1 5 3	.3 4 8	.3 5 1	.0 7 1	.2 6 5	.0 1 4	.3 7 3	.5 1 6	.0 6 8	.1 7 8	.0 9 7	.2 9 3	.3 1 4	.1 2 3	.0 3 4	.1 6 5	.1 5 1	.0 3 1	.1 3 5	.3 4 5	.3 2 4	.0 2 6	.2 4 2	.1 2 3	.2 5 2	.0 4 9	.2 3 1	.1 6 5	.0 5 8	.1 4 3	.0 3 0	.1 9 8	.0 3 4	.4 9 2	.2 9 9	.4 8 8	.2 8 0	.3 2 5	.2 7 3	1	.4 1 7																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
			.2 6 4	.7 2 7	.3 4 7	.1 6 2	.3 0 8	.0 4 3	.0 0 4	.1 0 9	.0 1 4	.4 1 2	.0 5 5	.0 5 3	.7 0 5	.1 5 0	.9 4 2	.0 3 9	.6 0 4	.1 1 0	.0 8 5	.5 1 0	.8 5 6	.3 7 6	.4 1 7	.0 8 8	.0 7 5	.8 8 9	.1 5 0	.5 1 0	.1 7 1	.7 9 5	.2 1 0	.3 7 4	.7 5 7	.4 4 2	.8 7 1	.2 8 5	.8 5 8	.0 0 5	.1 0 2	.0 0 5	.1 2 6	.0 7 4	.1 3 7	.0 2 0																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
			3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1	3 1

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 5 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Stres Akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.860	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	46.1935	93.361	.198	.864
X02	45.7419	91.198	.431	.854
X03	46.7097	84.880	.716	.842
X04	46.7742	83.981	.630	.845
X05	46.5161	87.991	.447	.854
X06	47.2903	96.346	.085	.866
X07	48.0645	90.062	.400	.855
X08	47.5484	87.056	.449	.854
X09	47.0323	88.099	.524	.850
X10	47.7097	84.280	.696	.842
X11	47.9355	89.329	.548	.850
X12	48.0645	88.662	.585	.849
X13	47.3871	80.178	.675	.842
X14	47.6452	88.703	.444	.854
X15	47.4839	93.658	.276	.859
X16	47.7742	93.781	.227	.861
X17	47.7419	90.265	.419	.855
X18	47.4839	79.925	.614	.846

Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Strategi Koping

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.933	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	152.8710	503.849	.098	.934
Y02	152.9355	497.129	.321	.932
Y03	152.6129	501.178	.270	.932
Y04	153.4839	469.925	.760	.929
Y05	152.8710	486.583	.567	.931
Y06	152.9032	494.690	.348	.932
Y07	153.4839	473.191	.672	.929
Y08	152.9032	483.624	.595	.930
Y09	153.1935	480.428	.531	.931
Y10	153.3871	481.245	.591	.930
Y11	152.6129	495.978	.398	.932
Y12	153.6452	470.437	.679	.929
Y13	152.7097	491.880	.437	.932
Y14	153.1290	482.316	.480	.931
Y15	152.8065	495.161	.367	.932
Y16	152.9032	493.757	.324	.932
Y17	153.6452	472.103	.698	.929
Y18	153.0000	494.933	.401	.932
Y19	152.4516	502.456	.294	.932
Y20	153.0645	497.396	.251	.933
Y21	152.9677	491.299	.390	.932
Y22	154.3871	475.312	.626	.930
Y23	153.5806	480.452	.562	.930
Y24	153.0000	493.533	.373	.932
Y25	152.5484	502.056	.217	.933
Y26	153.0645	482.796	.575	.930

Y27	153.0323	494.099	.345	.932
Y28	152.8710	499.183	.223	.933
Y29	153.0645	494.462	.311	.932
Y30	152.8387	501.806	.201	.933
Y31	153.1290	486.983	.534	.931
Y32	152.9677	496.766	.268	.933
Y33	152.6452	497.303	.350	.932
Y34	153.7742	480.981	.514	.931
Y35	153.1613	482.673	.582	.930
Y36	153.1935	485.761	.624	.930
Y37	152.9355	487.529	.582	.931
Y38	153.1935	490.228	.468	.931
Y39	153.1613	485.340	.518	.931
Y40	153.2581	476.598	.578	.930
Y41	153.2258	482.981	.500	.931
Y42	153.4839	476.658	.618	.930
Y43	153.0000	497.333	.194	.934
Y44	153.1290	489.116	.420	.932
Y45	153.2581	484.598	.524	.931
Y46	152.9032	495.024	.358	.932
Y47	153.5161	483.525	.471	.931
Y48	152.9355	493.396	.368	.932
Y49	152.8387	493.140	.384	.932
Y50	153.3871	490.378	.380	.932

Lampiran 7 Hasil Uji Statistik Spearman Rank

Nonparametric Correlations

[DataSet1]

Correlations			Stres Akademik	Strategi Koping
Spearman's rho	Stres Akademik	Correlation Coefficient	1.000	-.254**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	235	235
	Strategi Koping	Correlation Coefficient	-.254**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	235	235

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8 Lembar Kuesioner Stres Akademik Sebelum Uji Coba

Kuesioner The Perception of Academic Stress Scale (PASS)

Identitas Responden:

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Angkatan :

NIM :

Petunjuk pengisian

Kuesioner ini dilakukan melalui google form dan terdiri dari beberapa pernyataan, di sini anda diminta untuk memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan diri anda sendiri. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

R : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Selanjutnya anda diminta untuk menjawab kuesioner dengan cara memberi tanda (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda dan sebelum mengirim kuesioner dimohon memeriksa kembali jawaban anda, dimohon tidak mengosongkan satu pernyataan. Data kuisisioner ini saya ambil guna untuk penelitian dan saya menjaga kerahasiaannya, hanya peneliti dan responden yang mengetahui jawaban responden.

No.	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1	Saya yakin saya bisa mendapatkan nilai yang bagus selama pembelajaran di masa pandemi					
2	Saya yakin bahwa saya akan sukses setelah saya lulus nanti					
3	Saya mampu membuat keputusan akademik dengan mudah saat pembelajaran selama pandemi					

4	Waktu yang diberikan untuk perkuliahan dan menyelesaikan tugas selama pandemi sudah cukup					
5	Saya mempunyai waktu yang cukup untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas perkuliahan selama pandemi					
6	Dosen saya memberikan kritik terhadap kemampuan akademik saya selama pembelajaran daring selama pandemi					
7	Saya merasa khawatir jika gagal dalam ujian saat pembelajaran daring selama pandemi					
8	Kekhawatiran saya tentang gagal ujian merupakan kelemahan diri saya					
9	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis terhadap pencapaian akademik saya saat pembelajaran selama pandemi					
10	Saya rasa materi perkuliahan yang diberikan terlalu banyak saat pembelajaran selama pandemi					
11	Saya rasa tugas kuliah yang diberikan dosen terlalu banyak saat pembelajaran selama pandemi					
12	Saya tidak bisa memahami materi secara penuh ketika saya telat masuk perkuliahan online selama pandemi					
13	Tuntutan akademik dari orang tua diluar kemampuan saya membuat saya stres					
14	Kompetensi dengan teman saya dalam mendapatkan nilai bagus cukup ketat saat pembelajaran selama pandemi					
15	Soal ujian yang diberikan biasanya sulit saat pembelajaran selama pandemi					
16	Waktu yang diberikan untuk menjawab ujian sangat singkat selama pandemi					
17	Saya merasa sangat tegang pada waktu ujian selama pandemi					
18	Walaupun saya sudah lulus, saya khawatir tidak mendapatkan pekerjaan					

Sumber: Diadopsi dari kuesioner *The Perception of Academic Stress Scale (PASS)* Dalia Bedewy and Adel Gabriel (2015) yang telah dimodifikasi oleh peneliti.

Lampiran 9 Lembar Kuesioner Strategi Koping Sebelum Uji Coba

Kuesioner Ways of Coping

Petunjuk pengisian

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan, di sini anda diminta untuk memberikan respon atau jawaban yang sesuai dengan diri anda sendiri. Setiap pernyataan hanya ada satu jawaban yang harus dipilih yang sesuai dengan diri anda, diantaranya:

TP : Tidak Pernah

J : Jarang

KD : Kadang-Kadang

S : Sering

Selanjutnya anda diminta untuk menjawab kuesioner dengan cara memberi tanda (√) pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman anda dan sebelum mengirim kuesioner dimohon memeriksa kembali jawaban anda, dimohon tidak mengosongkan satu pernyataan.

No.	Pernyataan	TP	J	KD	S
1	Saya sering berusaha fokus dan berkonsentrasi untuk mengerjakan tugas yang telah diberikan saat perkuliahan				
2	Saya sering menganalisis stres yang saya alami selama perkuliahan saat pandemi, agar dapat memahaminya dengan baik				
3	Saya sering mencari kesibukan lain, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi (menonton drama/film, main bersama teman, tidur,dll)				
4	Saya sering mengabaikan rasa stres yang saya alami akibat perkuliahan mereda sendiri				
5	Saya sering mencari dukungan dan pengertian dari orang terdekat saya, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
6	Saya sering berusaha semaksimal mungkin untuk mengatasi perasaan stres saya saat perkuliahan selama pandemi, walaupun saya tahu itu tidak akan berhasil				

7	Saya sering meyakinkan orang lain yang membuat saya menjadi stres karena tuntutan akademik agar mereka memahami saya dan berubah pikiran				
8	Saya sering bercerita kepada teman terdekat saya, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi,				
9	Saya sering menyalahkan diri sendiri, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
10	Saya sering mencoba tetap terbuka terhadap apapun yang dapat mengakibatkan saya merasa stres ketika perkuliahan selama pandemi				
11	Saya sering berharap akan ada perubahan, ketika saya merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
12	Saya sering pasrah ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi; terkadang saya memang mengalami nasib sial				
13	Saya sering menajalani hari-hari seperti biasa walaupun dalam keadaan stres akibat perkuliahan selama pandemi				
14	Saya sering memendam sendiri rasa stres yang saya alami ketika perkuliahan selama pandemi				
15	Saya sering mencari hikmah dan sisi positif ketika mendapatkan tugas yang banyak atau kendala saat perkuliahan selama pandemi				
16	Saya sering tidur lebih lama dari biasanya ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
17	Saya sering mengungkapkan rasa marah, kecewa, atau lainnya kepada orang-orang yang menyebabkan saya merasa stres ketika perkuliahan selama pandemi				
18	Saya sering menerima masukan dan saran dari orang lain, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
19	Saya sering berkata hal-hal baik kepada diri sendiri untuk membantu saya merasa lebih baik ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
20	Saya sering terinspirasi untuk melakukan suatu hal yang kreatif untuk meredakan rasa stres saya alami ketika perkuliahan selama pandemi				
21	Saya sering mencoba melupakan semua yang saya anggap sebagai pemicu saya menjadi stres ketika perkuliahan selama pandemi				
22	Saya sering mendapatkan bantuan profesional (tenaga medis) ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				

23	Saya sering berubah dalam hal baik/positif karena stres yang saya alami ketika perkuliahan selama pandemi				
24	Saya sering menunggu dan melihat situasi yang akan terjadi sebelum memutuskan untuk mengambil tindakan				
25	Saya sering meminta maaf dan mencoba memperbaiki kembali ketika saya melakukan kesalahan kepada orang lain				
26	Saya sering membuat rencana-rencana dan akan saya aplikasikan nanti ketika nanti ketika saya merasa stres saat perkuliahan				
27	Saya sering mengontrol stres saya alami ketika perkuliahan selama pandemi sesuai keinginan saya				
28	Saya sering melampiaskan perasaan stres yang saya alami saat perkuliahan selama pandemi lewat banyak cara				
29	Saya sering menyadari bahwa saya sendiri yang menyebabkan saya merasa stres selama perkuliahan saat pandemi				
30	Saya sering merasakan menjadi lebih baik lagi setelah menyelesaikan masalah stres karena perkuliahan selama pandemi dari pada sebelumnya				
31	Saya sering berbicara dengan orang lain yang dapat membantu saya ketika saya merasa tertekan akibat perkuliahan selama pandemi				
32	Saya sering menjauh dari penyebab stres saat perkuliahan selama pandemi dengan berlibur atau bersantai sejenak				
33	Saya sering makan, minum, bermeditasi, atau berbelanja untuk meredakan rasa stres akibat perkuliahan selama pandemi				
34	Saya sering mengambil keputusan yang berisiko besar/beresiko untuk meredakan stres perkuliahan selama pandemi				
35	Saya sering tidak tergesa-gesa mengerjakan suatu pekerjaan/ tugas yang diberikan selama perkuliahan saat pandemi				
36	Saya sering menemukan ide baru untuk mengatasi stres ketika perkuliahan selama pandemi				
37	Saya sering menjaga harga diri dan tetap berteguh hati ketika mendapat kritikan dari lingkungan akademik yang dapat membuat saya menjadi stres				

38	Saya sering menemukan kembali apa yang menjadi bagian penting dalam hidup saya ketika saya merasa tertekan akibat perkuliahan selama pandemi				
39	Saya sering mengubah cara saya belajar dan mengerjakan tugas agar tidak menyebabkan saya stres karena perkuliahan selama pandemi				
40	Saya sering menghindari orang sekitar saya saat merasa stres karena perkuliahan selama pandemi				
41	Saya sering tidak memikirkan hal yang membuat saya stres terlalu dalam dan mengganggu saya				
42	Saya sering meminta masukan dari saudara dan teman terdekat saya tentang stres yang saya rasakan selama perkuliahan saat pandemi				
43	Saya sering menutupi semua perasaan lelah, stres, penat saya selama mengikuti perkuliahan saat pandemi dari orang lain supaya mereka tidak tahu				
44	Saya sering mengabaikan rasa stres akibat perkuliahan selama pandemi dan tidak terlalu menganggapnya serius				
45	Saya sering berbicara dengan orang lain tentang rasa stres yang saya rasakan saat perkuliahan selama pandemi				
46	Saya sering pantang menyerah dan berjuang demi cita-cita saya walaupun merasa stres saat perkuliahan selama				
47	Saya sering melampiaskan perasaan stres akibat perkuliahan selama pandemi kepada orang lain				
48	Saya sering belajar dari pengalaman saya sebelumnya saat mengalami hal yang serupa seperti situasi stres akibat perkuliahan selama pandemi				
49	Saya sering tau apa yang harus saya lakukan saat merasa stres akibat perkuliahan selama pandemi, sehingga saya berusaha lebih keras lagi agar berhasil menghindarinya				
50	Saya sering menyangkal bahwa saya mengalami stres saat perkuliahan selama pandemi				

Sumber: Diadopsi dari kuesioner *Ways of Coping* oleh Lazarus dan Folkman (1985) (Atmawijaya, 2018) dan telah dimodifikasi oleh peneliti.

Lampiran 10 Lembar Kuesioner Stres Akademik Setelah Uji Coba

Kuesioner The Perception of Academic Stress Scale (PASS)

No.	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1	Saya yakin bahwa saya akan sukses setelah saya lulus nanti					
2	Saya mampu membuat keputusan akademik dengan mudah saat pembelajaran selama pandemi					
3	Waktu yang diberikan untuk perkuliahan dan menyelesaikan tugas selama pandemi sudah cukup					
4	Saya mempunyai waktu yang cukup untuk beristirahat setelah mengerjakan tugas perkuliahan selama pandemi					
5	Saya merasa khawatir jika gagal dalam ujian saat pembelajaran daring selama pandemi					
6	Kekhawatiran saya tentang gagal ujian merupakan kelemahan diri saya					
7	Dosen saya memiliki harapan yang tidak realistis terhadap pencapaian akademik saya saat pembelajaran selama pandemi					
8	Saya rasa materi perkuliahan yang diberikan terlalu banyak saat pembelajaran selama pandemi					
9	Saya rasa tugas kuliah yang diberikan dosen terlalu banyak saat pembelajaran selama pandemi					
10	Saya tidak bisa memahami materi secara penuh ketika saya telat masuk perkuliahan online selama pandemi					
11	Tuntutan akademik dari orang tua diluar kemampuan saya membuat saya stres					
12	Kompetensi dengan teman saya dalam mendapatkan nilai bagus cukup ketat saat pembelajaran selama pandemi					
13	Saya merasa sangat tegang pada waktu ujian selama pandemi					

14	Walaupun saya sudah lulus, saya khawatir tidak mendapatkan pekerjaan					
----	--	--	--	--	--	--

Sumber: Diadopsi dari kuesioner *The Perception of Academic Stress Scale (PAS)* Dalia Bedewy and Adel Gabriel (2015) yang telah dimodifikasi oleh peneliti.

Lampiran 11 Lembar Kuesioner Strategi Koping Setelah Uji Coba

Kuesioner Ways of Coping

No.	Pernyataan	TP	J	KD	S
1	Saya sering mengabaikan rasa stres yang saya alami akibat perkuliahan mereda sendiri	4			
2	Saya sering mencari dukungan dan pengertian dari orang terdekat saya, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi	5			
3	Saya sering berusaha semaksimal mungkin untuk mengatasi perasaan stres saya saat perkuliahan selama pandemi, walaupun saya tau itu tidak akan berhasil	6			
4	Saya sering meyakinkan orang lain yang membuat saya menjadi stres karena tuntutan akademik agar mereka memahami saya dan berubah pikiran				
5	Saya sering bercerita kepada teman terdekat saya, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi,				
6	Saya sering menyalahkan diri sendiri, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
7	Saya sering mencoba tetap terbuka terhadap apapun yang dapat mengakibatkan saya merasa stres ketika perkuliahan selama pandemi				
8	Saya sering berharap akan ada perubahan, ketika saya merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
9	Saya sering pasrah ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi; terkadang saya memang mengalami nasib sial				
10	Saya sering menajalani hari-hari seperti biasa walaupun dalam keadaan stres akibat perkuliahan selama pandemi				
11	Saya sering memendam sendiri rasa stres yang saya alami ketika perkuliahan selama pandemi				
12	Saya sering mencari hikmah dan sisi positif ketika mendapatkan tugas yang banyak atau kendala saat perkuliahan selama pandemi				

13	Saya sering tidur lebih lama dari biasanya ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
14	Saya sering mengungkapkan rasa marah, kecewa, atau lainnya kepada orang-orang yang menyebabkan saya merasa stres ketika perkuliahan selama pandemi				
15	Saya sering menerima masukan dan saran dari orang lain, ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
16	Saya sering mencoba melupakan semua yang saya anggap sebagai pemicu saya menjadi stres ketika perkuliahan selama pandemi				
17	Saya sering mendapatkan bantuan profesional (tenaga medis) ketika merasa stres saat perkuliahan selama pandemi				
18	Saya sering berubah dalam hal baik/positif karena stres yang saya alami ketika perkuliahan selama pandemi				
19	Saya sering menunggu dan melihat situasi yang akan terjadi sebelum memutuskan untuk mengambil tindakan				
20	Saya sering membuat rencana-rencana dan akan saya aplikasikan nanti ketika nanti ketika saya merasa stres saat perkuliahan				
21	Saya sering mengontrol stres saya alami ketika perkuliahan selama pandemi sesuai keinginan saya				
22	Saya sering berbicara dengan orang lain yang dapat membantu saya ketika saya merasa tertekan akibat perkuliahan selama pandemi				
23	Saya sering makan, minum, bermeditasi, atau berbelanja untuk meredakan rasa stres akibat perkuliahan selama pandemi				
24	Saya sering mengambil keputusan yang berisiko besar/beresiko untuk meredakan stres perkuliahan selama pandemi				
25	Saya sering tidak tergesa-gesa mengerjakan suatu pekerjaan/ tugas yang diberikan selama perkuliahan saat pandemi				
26	Saya sering menemukan ide baru untuk mengatasi stres ketika perkuliahan selama pandemi				
27	Saya sering menjaga harga diri dan tetap berteguh hati ketika mendapat kritikan dari lingkungan akademik yang dapat membuat saya menjadi stres				

28	Saya sering menemukan kembali apa yang menjadi bagian penting dalam hidup saya ketika saya merasa tertekan akibat perkuliahan selama pandemi				
29	Saya sering mengubah cara saya belajar dan mengerjakan tugas agar tidak menyebabkan saya stres karena perkuliahan selama pandemi				
30	Saya sering menghindari orang sekitar saya saat merasa stres karena perkuliahan selama pandemi				
31	Saya sering tidak memikirkan hal yang membuat saya stres terlalu dalam dan mengganggu saya				
32	Saya sering meminta masukan dari saudara dan teman terdekat saya tentang stres yang saya rasakan selama perkuliahan saat pandemi				
33	Saya sering mengabaikan rasa stres akibat perkuliahan selama pandemi dan tidak terlalu menganggapnya serius				
34	Saya sering berbicara dengan orang lain tentang rasa stres yang saya rasakan saat perkuliahan selama pandemi				
35	Saya sering pantang menyerah dan berjuang demi cita-cita saya walaupun merasa stres saat perkuliahan selama				
36	Saya sering melampiaskan perasaan stres akibat perkuliahan selama pandemi kepada orang lain				
37	Saya sering belajar dari pengalaman saya sebelumnya saat mengalami hal yang serupa seperti situasi stres akibat perkuliahan selama pandemi				
38	Saya sering tau apa yang harus saya lakukan saat merasa stres akibat perkuliahan selama pandemi, sehingga saya berusaha lebih keras lagi agar berhasil menghindarinya				
39	Saya sering menyangkal bahwa saya mengalami stres saat perkuliahan selama pandemi				

Sumber: Diadopsi dari kuesioner *Ways of Coping* oleh Lazarus dan Folkman (1985) (Atmawijaya, 2018) dan telah dimodifikasi oleh peneliti.

Lampiran 12 Lembar Permohonan Studi Pendahuluan



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website : <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

Nomor : 857/FIKES-UDS/U/XII/2021
 Sifat : Penting
 Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth.

Bapak/ Ibu Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
 Di

TEMPAT

Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : SITI NUR AISYAH
 Nim : 18010151
 Program Studi : S1 Keperawatan
 Waktu : Bulan Desember 2021
 Lokasi : Universitas dr. Soebandi Jember
 Judul : Strategi Koping Mahasiswa Dalam Mengatasi Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

Untuk dapat melakukan Studi Pendahuluan pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.

Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Jember, 27 Desember 2021

Tembusan Kepada Yth:
 1. Yang Bersangkutan
 2. Arsip

Universitas dr. Soebandi
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Hella Meldy Tursina., S.Kep., Ns., M.Kep
 NIK. 19911006 201509 2 096

Lampiran 13 Lembar Ijin Penelitian



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website : <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

Nomor : 691/FIKES-UDS/U/XII/2021

Sifat : Penting

Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/ Ibu Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Di

TEMPAT

Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : Siti Nur Aisyah
 Nim : 18010151
 Program Studi : S1 Keperawatan
 Waktu : Bulan Januari 2021 sampai selesai
 Lokasi : UNIVERSITAS dr. Soebandi Jember
 Judul : STRATEGI KOPING MAHASISWA DALAM MENGATASI STRES
 AKADEMIK SELAMA PANDEMI COVID-19

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.

Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Jember, 8 Desember 2021

Tembusan Kepada Yth:

1. Yang Bersangkutan
2. Arsip

Universitas dr. Soebandi
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Hella Meldy Tursina., S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19911006 201509 2 096

Lampiran 14 Lembar Layak Etik

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.283/KEPK/UDS/VIII/2022

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : SITI NUR AISYAH
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas dr. SOEBANDI
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"HUBUNGAN STRATEGI KOPING MAHASISWA TERHADAP STRES AKADEMIK SELAMA PANDEMI COVID-19"

"THE RELATIONSHIP OF STUDENT COUPLING STRATEGIES TO ACADEMIC STRESS DURING THE COVID-19 PANDEMIC"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menunjuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 01 Januari 1970 sampai dengan tanggal 09 Agustus 2023.

This declaration of ethics applies during the period January 01, 1970 until August 09, 2023.



August 09, 2022
Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Lampiran 15 Lembar Bimbingan Skripsi



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR

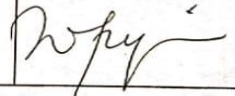
PROGRAM STUDI SI ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER

Nama Mahasiswa : Siti Nur Aisyah

NIM : 18010151

Judul : Strategi Koping Mahasiswa Dalam Mengatasi Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19

No	Tanggal	Materi Yang Dikonsulkan & Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi Yang Dikonsulkan & Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1	22/11/2021	- Konsultasi tema - Konsultasi judul		1.	17/11/2021	Konsul Tema - Ditentang Stres akademik mawa selama pandemi dg Strategi Koping - Konsultasikan dg P.1	
2	28/11/2021	Revisi Bab 1 - tambahkan penjelasan tentang mekanisme koping - tambahkan prevalensi tkg kampus yg melakukan daring		2.	25/11/2021	- Tambahkan hasil riset yg telah & strategi koping mawa. - Lanjut bab 2.	



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

3	8/12 2021	Revisi Bab 1 - Perbaiki kata awal kalimat - Lanjut Bab 2 dan 3		3	10/12 2021	- Tambahkan konsep pandemi secara singkat - Perbaiki Kerangka Teori	
4	21/12 2021	Bab 1 Revisi - Perbaiki Kerangka Konsep - Lanjut Bab 4		4	20/12 2021	- Perbaiki Kerangka Teori & Kerangka Konsep - Lanjut bab 10	
5	31/12 2021	Revisi Kerangka Konsep Revisi Bab 9 Perbaiki Kuesioner		5	29/12 2021	- Revisi Bab 10 > Prosedur pengambilan data. > Analisis Data.	
6	14/1 2022	Revisi DO Lanjut Sempuro		6	11/1 2022	- Validasi & Reliabilitas - Etik penelitian. - Etik Penelitian. - Kuesioner.	
7	9/6 2022	Revisi Proposal		7	14/1 2022	- Perbaiki D.O - Validasi + Reliabilitas - Pengumpulan Data - Uji Statistik	
8	16/8 2022	- Revisi Bab 5		8	24/1 2022	Acc Sempuro	



UNIVERSITAS dr.SOE BANDI

Program Studi : 1. Ners 2. Ilmu Keperawatan 3. Farmasi 4. DIII Kebidanan
5. Profesi Bidan 6. S1 Kebidanan 7. D IV Teknologi Laboratorium Medis

Jl. DrSoebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,

E_mail : info@stikesdrsoebandi.ac.id Website: <http://www.stikesdrsoebandi.ac.id>

9	18/8 2022	Bab 6 - Karakteristik Responden dg. stres akademik - " " " " Strategi coping - Hubungan stres akademik dg. Strategi coping	19/4 2022	Acc. postampo. Lanjutan validitas, reliabilitas, dan etika penelitian.
10	25/8 2022	Revisi Abstrak - Bab 6	23/8 2022	Saran tambahan.
11	25/8 2022	Revisi Bab 7 Simpulan, Saran		
12	28/8 2022	- Revisi Abstrak - Bab 6 Pembahasan		