**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KOPING BERFOKUS PADA MASALAH DALAM PENULISAN SKRIPSI DI KALANGAN MAHASISWA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND PROBLEM FOCUSED COPING IN THESIS WRITING AMONG UNIVERSITY STUDENT***

**Hanindha Kartika Setyanti Pratama1, Rahma Widyana2**

1,2Universitas Mercu Buana Yogyakarta

1[18081150@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:18081150@student.mercubuana-yogya.ac.id), 2[rahma@mercubuana-yogya.ac.id](mailto:rahma@mercubuana-yogya.ac.id)

081335804555

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping* pada mahasiswa psikologi Universitas Mercu Buana Yogayakarta selama penulisan skripsi. Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*, dimana semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi tingkat *problem-focused coping*. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, semakin rendah tingkat *problem-focused coping*. Subyek penelitian terdiri dari 108 mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang mengambil jurusan psikologi dan sedang mengerjakan skripsi. Pengumpulan data menggunakan Skala Dukungan Sosial dan Skala *Problem-Focused Coping* dan dianalisis menggunakan korelasi Pearson. Analisis menghasilkan koefisien korelasi (rxy) = 0,630 (p<0,05), menunjukkan ada hubungan positif antara dukungan sosial dan *problem-focused coping*, sehingga hipotesis penelitian diterima. Didapatkan koefisien determinan (R2) = 0,397 (p<0,05) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi hingga 39,7% terhadap *problem-focused coping* dalam sampel kami, sedangkan sisanya 60,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci :** Dukungan Sosial, *Problem-Focused Coping*, Mahasiswa, Skripsi

***Abstract***

*This study is aimed at identifying the relationship between social support and problem-focused coping among psychology students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta during thesis writing. The study hypothesis that a positive correlation exists between social support and problem-focused coping, whereby the greater the social support, the greater the levels of problem-focused coping. Conversely, the lower the social support, the lower the levels of problem-focused coping. The subjects consisted of 108 students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta who majored in psychology and were writing their thesis. Data was collected using the Social Support Scale and Problem-Focused Coping Scale and analyzed using Pearson’s correlation. The analysis generated a**(rxy) = 0,630 (p<0,05), indicating a positive correlation between social support and problem-focused coping, thus confirming the study’s hypothesis. Adeterminant coefficient of (R2) = 0,397, (p<0.05) was also generated, indicating that social support contributes up to 39,7% towards problem-focused coping in our samples, while the remaining 60,3% are accounted by other factors.*

***Keywords****: Social Support, Problem-Focused Coping, University Student, Thesis*

**PENDAHULUAN**

Skripsi adalah karya tulis ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa Strata Satu (S1) berdasar dari penelitian ilmiah yang umumnya disusun dengan tujuan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai derajat atau gelar Sarjana (S1). Gagasan yang diajukan oleh mahasiswa harus didukung oleh data dan fakta empiris-objektif, baik berdasarkan penelitian secara langsung (observasi lapangan) maupun penelitian secara tidak langsung (studi kepustakaan). Pada umumnya pembahasan keilmuan dalam skripsi hanya berdasar dari satu bidang disiplin atau bersifat monodisiplin (Nugrahani & Al-Ma’ruf, 2016).

Menurut Rismen (2015), ketika mahasiswa menyelesaikan sebuah skripsi sudah dibekali dengan ilmu statistika elementer, evaluasi pembelajaran, strategi pembelajaran, metodologi penelitian, dan ilmu yang lainnya. Menurut Adelina (2018), penulisan skripsi membimbing mahasiswa untuk belajar membuat rencana penelitian, mengumpulkan data, mengolah data, menarik kesimpulan, dan menulis laporan ilmiah. Rismen (2015) menjelaskan lebih lanjut bahwa dalam proses bimbingan skripsi mahasiswa akan dibimbing dua orang pembimbing, kemudian dilanjutkan dengan seminar proposal yang dihadiri oleh dosen penguji dan mahasiswa lainnya dengan tujuan memberikan masukan untuk kesempurnaan proposal yang ditulis.

Pada kenyataannya, mahasiswa sering mengalami kesulitan dan hambatan dalam proses penyusunan skripsi. Menurut Matra dan Fajar (2015), terdapat banyak mahasiswa yang merasa kesulitan dalam menyusun skripsi. Hal ini disebabkan oleh pengetahuan yang dimiliki mahasiswa tentang aspek-aspek dalam menulis yang baik dan benar berdasarkan aturan tata tulis yang berlaku. Selain itu, Matra dan Fajar (2015) juga mengemukakan jika dilihat dari sudut pandang mahasiswa terdapat empat faktor utama yang menyebabkan kesulitan dalam proses menyusun skripsi atau karya ilmiah diantaranya evaluasi diri, faktor keluarga, kemampuan menulis mahasiswa dalam menghadapi tantangan yang kemungkinan dapat menghambat produktivitas menulis, dan referensi skripsi yang sangat luas. Menurut Ismiati (2015), masalah-masalah yang dialami mahasiswa selama penulisan skripsi dapat menyebabkan terjadinya stres karena terdapat tekanan psikologis di dalam diri.

Harrington (2012) menjelaskan stres sebagai istilah umum yang dapat menggantikan kata-kata seperti ketegangan, ketakutan, atau kecemasan meskipun dalam keadaan lain stres dapat merujuk pada salah satu dari jenis emosi berbeda seperti gangguan, rasa malu, atau kesedihan. Lebih lanjut Harrington (2012) menjelaskan bahwa stres tidak hanya terbatas pada pengalaman emosional, tetapi juga mencakup fisiologis, perilaku, dan kognitif. Menurut Hanifah, Lutfia, Ramadhia, dan Purna (2020), ketika seseorang mengalami stres maka dapat diatasi dengan melakukan *management stress* yang di dalam ilmu psikologi disebut dengan *coping stress strategies*.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *coping* adalah usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan secara terus menerus untuk mengelola tuntutan dari eksternal dan/atau internal yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan orang tersebut. Menurut Lazarus (2006), *coping* disebut sebagai cara yang paling tepat untuk menghadapi stres atau trauma. *Coping* dibagi menjadi dua, yaitu *problem-focused coping* (koping yang berfokus pada masalah) dan *emotional-focused coping* (koping yang berfokus pada emosi) (Lazarus & Folkman, 1984).

Menurut Taylor (2015), *problem-focused coping* adalah usaha untuk melakukan sesuatu hal yang bersifat memperbaiki kondisi stres yang dapat merugikan, mengancam, atau membahayakan individu. Menurut Taylor (dalam Smet, 1994), *problem-focused coping* terdiri dari beberapa aspek, yaitu 1) konfrontasi; 2) mencari dukungan sosial; 3) merencanakan pemecahan masalah.

*Problem-focused coping* yang rendah dapat mempengaruhi individu dalam menyelesaikan tekanan yang dimiliki, hal ini pun berlaku pada mahasiswa ketika menyusun skripsi. Terdapat berita tentang mahasiswa UM di Malang mencoba bunuh diri dengan cara melompat dari jembatan, tetapi aksi ini berhasil dihentikan. Menurut Plh. Kapolsekta Lowokwaru, AKP Sutomo, terdapat beberapa alasan yang memicu MN (22) mencoba bunuh diri, alasan tersebut adalah masalah perekonomian keluarga, ibu yang baru saja meninggal dunia sedangkan ayahnya menikah lagi dan menjalani hidup dengan keluarga barunya, masalah jalinan hubungan sehingga membuatnya tidak bisa bercerita tentang permasalahan yang dialami, dan takut gagal dalam menyusun skripsi karena tidak memiliki laptop untuk menyusun skripsi (kumparan.com, 01/09/2021). Selain itu, ada juga berita tentang mahasiswa semester 14 bunuh diri dengan cara gantung diri di rumah karena skripsinya selalu ditolak dosen. Kejadian ini terjadi di Samarinda, Kalimantan Timur. Karena sering ditolak dosen, mahasiswa ini sering terlihat diam dan murung. Korban ditemukan meninggal dengan cara gantung diri di rumah milik kakak angkatnya (kompas.com, 15/07/2021). Berdasarkan dua berita di atas maka dapat disimpulkan bahwa kedua mahasiswa tersebut memiliki *problem-focused coping* yang rendah sehingga tidak mampu melakukan suatu usaha untuk memperbaiki keadaan menekan yang sedang terjadi.

Selain berita di atas juga terdapat penelitian yang dilaksanakan oleh Istaini (2014) pada 52 mahasiswa fakultas psikologi UIN Maliki Malang menunjukkan bahwa 15.4% atau 8 mahasiswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori tinggi, 71.2% atau 37 mahasiswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori sedang, dan 13,4% atau 7 mahasiswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori rendah. Sedangkan penelitian yang dilaksanakan oleh Fadlan (2019) pada 75 siswa kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah menunjukkan bahwa 12% atau 9 siswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori tinggi, 64% atau 48 siswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori sedang, dan 24% atau 18 siswa memiliki *problem-focused coping* dalam kategori rendah.

Keadaan yang dijelaskan di atas berbanding terbalik dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Walker (dalam Talamati, 2012), psikologi *well-being* pada mahasiswa akan meningkat ketika memasuki tahun-tahun seniornya. Seharusnya ketika menyusun skripsi mahasiswa memiliki *problem-focused coping* yang tinggi. Menurut Carver, Scheier, dan Weintraub (1989), *problem-focused coping* adalah strategi koping yang berguna dalam menghadapi masalah melalui tindakan yang bertujuan untuk menghilangkan atau mengubah sumber stres. *Problem-focused coping* memungkinkan individu untuk membuat rencana dan tindakan yang akan dilaksanakan, serta membuat individu berusaha menghadapi semua kemungkinan yang dapat terjadi dengan tujuan untuk mendapatkan apa yang sudah direncanakan atau diinginkan sebelumnya (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). Menurut Carver, Scheier, dan Weintraub (1989), ketika menghadapi masalah menggunakan strategi koping berupa *problem-focused coping*, individu dapat berpikir logis dan berusaha untuk menyelesaikan masalah dengan positif.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), terdapat enam faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi *problem-focused coping*, yaitu 1) kesehatan dan energi; 2) keyakinan positif; 3) keterampilan memecahkan masalah; 4) keterampilan sosial; 5) dukungan sosial; 6) materi. Berdasarkan faktor yang disebutkan di atas, peneliti memilih dukungan sosial sebagai variabel bebas.

Menurut Cutrona dan Gardner (2004), dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan oleh teman, keluarga, dan orang lain kepada individu yang menghadapi keadaan atau masalah yang penuh tekanan. Bantuan ini mungkin ditujukan untuk membantu individu yang tertekan dalam memecahkan masalah atau meredakan emosi menyakitkan yang disebabkan oleh masalah tersebut. Menurut Sarafino dan Smith (2010), dukungan dapat datang dari banyak sumber, seperti pasangan atau kekasih, keluarga, teman, dokter, atau organisasi masyarakat. Orang yang memiliki dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, dan bagian dari lingkungan sosial, seperti keluarga atau organisasi masyarakat, yang dapat membantu individu pada saat dibutuhkan. Menurut Cutrona dan Gardner (2004) dukungan sosial terdiri dari lima dimensi, yaitu 1) dukungan informasi; 2) dukungan instrumental atau nyata; 3) dukungan emosional; 4) dukungan penghargaan; 5) dukungan penilaian.

Menurut Garmezi dan Rutter (dalam Jayanti & Rachmawati, 2008), individu yang memiliki dukungan sosial tinggi akan membuat dirinya lebih yakin pada kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Pendapat tersebut didukung oleh penelitian yang dilaksanakan Jayanti dan Rachmawati (2008) menunjukkan terdapat hubun gan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *problem*-*focused coping*. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Cihnaningsih (2020), bahwa terdapat hubungan positif antara variabel dukungan sosial dengan *problem*-*focused coping*.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*. Semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi, demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah pula *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengajukan rumusan permasalahan : apakah ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *problem focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi?

**METODE**

Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa/i aktif Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Teknik sampling yang digunakan adalah *snowball sampling*, yaitu teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengumpulan sampel dengan pertimbangan tertentu.

Pada penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode skala. Skala psikologis yang digunakan terbagi menjadi dua, yaitu Skala *Problem-Focused Coping* dan Skala Dukungan Sosial. Skala pengukuran yang akan digunakan dimulai dengan menggunakan rentang skor 1 sampai 4 dengan pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *favorable* memiliki skor 4 untuk pernyataan Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 2 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *unfavorable* memiliki skor 1 untuk pernyataan Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk pernyataan Sesuai (S), skor 3 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan skor 4 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala *Problem-Focused Coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi terdiri dari 30 aitem, terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*. Dan Skala Dukungan Sosial pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi terdiri dari 60 aitem, terdiri dari 30 aitem *favorable* dan 30 aitem *unfavorable*.

Skala diuji coba pada tanggal 26 sampai dengan 27 Mei 2022 dengan melibatkan 40 partisipan yang memenuhi kriteria subjek. Hasil uji coba Skala *Problem-Focused Coping* menunjukkan bahwa dari 30 aitem yang diuji cobakan menghasilkan 26 aitem yang valid. Koefisien daya beda aitem Skala *Problem-Focused Coping* bergerak antara 0,344 sampai dengan 0,813 sedangkan koefisien reliabilitas alpha (**α**) sebesar 0,928. Sedangkan hasil uji coba Skala Dukungan Sosial menunjukkan bahwa dari 60 aitem yang diuji cobakan menghasilkan 55 aitem yang valid. Koefisien daya beda aitem Skala Dukungan Sosial bergerak antara 0,318 sampai dengan 0,789 sedangkan koefisien reliabilitas alpha (**α**) sebesar 0,963.

Metode analisis data yang digunakan dalam menelitian ini adalah korelasional. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Product Moment* dari Perason menggunakan bantuan aplikasi analisis data. Tujuan dari metode ini adalah untuk mencari korelasi/hubungan di antara satu variabel bebas dengan satu variabel terikat.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data penelitian diperoleh dari 108 subjek yaitu mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Berdasarkan data dari penelitian yang terkumpul diperoleh skor empirik dan perhitungan skor hipotetik dari variabel *problem-focused coping* dan dukungan sosial. Berikut ini adalah table Analisa statistic data penelitian :

**Tabel 1.** Analisis statistic data penelitian (N = 108)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Analisa** | ***Problem-Focused Coping*** | **Dukungan Sosial** |
| Jumlah aitem skala | 26 | 55 |
| Rentang skor hipotetik | 26-104 | 55-220 |
| Rentang skor empirik | 48-100 | 118-214 |
| Uji normalitas (Uji KS-Z) | 0,065 dengan p = 0,200 (p<0,05)  (sebaran data normal) | 0,042 dengan p = 0,200 (p<0,05)  (sebaran data normal) |
| Uji Linieritas | F = 70,231 dengan p = 0,000 (p<0,05) (hubungan kedua variabel linier) | |
| Uji korelasi *product moment* | rxy = 0,630 dengan p = 0,000 (p<0,05)  ada korelasi positif antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping* | |
| Koefisien determinasi | R2 = 0,397. Variabel dukungan sosial berkontribusi atau memberi sumbangan sebesar 39,7% terhadap variabel *problem-focused coping*. | |

Keterangan : N = jumlah subjek penelitian; KS = Kolmogorov Smirnov

Sumber : Data olahan peneliti

Berdasarkan perhitungan data hipotetik skor variabel *problem-focused coping* didapatkan skor maksimal hipotetik 4 × 26 = 104, skor minimum hipotetik 1 × 26 = 26, rata-rata (*mean*) hipotetik (26 + 104) ÷ 2 = 65, jarak sebaran (*range*) hipotetik 104 – 26 = 78, dan standar deviasi hipotetik (104 – 26) ÷ 6 = 13. Sedangkan data empirik didapatkan skor maksimal empirik sebesar 100, skor minimal empirik sebesar 48, skor rata-rata (*mean*) empirik sebesar 76,49, jarak sebaran (*range*) empirik sebesar 52 dan skor standar deviasi empirik 10,684.

Berdasarkan perhitungan data hipotetik skor variabel dukungan sosial didapatkan skor maksimal hipotetik 4 × 55 = 220, skor minimum hipotetik 1 × 55 = 55, rata-rata (*mean*) hipotetik (55 + 220) ÷ 2 = 137,5, jarak sebaran (*range*) hipotetik 220 – 55 = 165, dan standar deviasi hipotetik (220 – 55) ÷ 6 = 27,5. Sedangkan data empirik didapatkan skor maksimal empirik sebesar 214, skor minimal empirik sebesar 118, skor rata-rata (*mean*) empirik sebesar 166,76, jarak sebaran (*range*) empirik sebesar 96, dan skor standar deviasi empirik 19,653.

1. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengatahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak (Azwar, 2021). Peneliti melakukan uji normalitas menggunakan bantuan program analisis data berupa *SPSS for Windows 23.* Uji normalitas menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov (K-S Z) dengan kaidah apabila nilai p > 0,05 maka dapat diartikan bahwa sebaran data mengikuti distribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai p ≤ 0,05 maka dapat diartikan bahwa sebaran data tidak mengikuti distribusi normal.

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa uji Kolmogorov-Smirnov untuk variabel *problem-focused coping* didapatkan K-S Z = 0,065 (p > 0,05), yang berarti sebaran data variabel *problem-focused coping* mengikuti sebaran data yang normal. Kemudian pada variabel dukungan sosial didapatkan K-S Z = 0,042 (p > 0,05), yang berarti sebaran data variabel dukungan sosial mengikuti sebaran data yang normal.

1. Uji Linieritas

Kaidah untuk uji linieritas adalah apabila nilai signifikansi < 0,05 maka hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung merupakan hubungan yang linier. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi ≥ 0,05 maka hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung bukan merupakan hubungan yang linier. Dari uji linieritas antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*, didapatkan nilai F = 70,231 (p < 0,05), yang berarti hubungan antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping* merupakan hubungan yang linier.

1. Uji Hipotesis

Kaidah untuk korelasi adalah apabila nilai p < 0,05 berarti ada korelasi antara nilai variabel bebas dengan variabel tergantung. Sebaliknya, apabila nilai p ≥ 0,05 berarti tidak ada korelasi antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Korelasi antara nilai tes dukungan sosial dengan nilai tes *problem-focused coping* memiliki koefisien korelasi rxy = 0,630 (p < 0,05), yang berarti ada korelasi positif antara nilai tes dukungan sosial dengan nilai tes *problem-focused coping*. Semakin tinggi nilai tes dukungan sosial maka semakin tinggi nilai tes *problem-focused coping*. Sebaliknya, semakin rendah nilai tes dukungan sosial maka semakin rendah nilai tes *problem-focused coping*.

Pada penelitian ini, hasil analisis data yang didapatkan menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Hal ini dapat dibuktikan melalui nilai korelasi (rxy) = 0,630 (p < 0,05). Adanya korelasi menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting terhadap *problem-focused coping* bagi mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Dengan demikian, maka hipotesis yang sebelumnya telah diajukan oleh peneliti dapat diterima. Hipotesis yang sebelumnya telah diajukan adalah ada hubungan positif antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*. Semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi, demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah pula *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian ini mendapatkan hasil analisis data yang juga mengungkap nilai koefisien determinasi (R2) sebesar 0,397 yang memiliki arti bahwa variabel dukungan sosial memberi kontribusi 39,7% terhadap variabel *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dan sisanya 60,3% dipengaruhi oleh faktor lain. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi *problem-focused coping* menurut Lazarus dan Folkman, (1984) adalah 1) kesehatan dan energi; 2) keyakinan positif; 3) keterampilan memecahkan masalah; 4) keterampilan sosial; 5) sumber daya bahan.

Dukungan sosial adalah salah satu variabel yang dapat memberikan sumbangan positif terhadap *problem-focused coping*. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Jayanti dan Rachmawati (2008) bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*. Semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula *problem-focused coping*, demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin rendah pula *problem-focused coping*. Taylor (2015) menjelaskan *problem-focused coping* adalah usaha untuk melakukan sesuatu hal yang bersifat memperbaiki kondisi stres yang dapat merugikan, mengancam, atau membahayakan individu.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), salah satu faktor yang mempengaruhi *problem-focused coping* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat memberikan pengaruh bagi *problem-focused coping*. Hal ini didukung penelitian sebelumnya yang dilaksanakan oleh Cihnaningsih (2020) yang menemukan bahwa dukungan sosial mampu memberikan sumbangan efektif sebesar 38,1% terhadap *problem-focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Menurut Asberg, Bowers, Renk, dan McKinney (2008), mahasiswa yang mendapatkan dukungan memuaskan akan secara otomatis menggunakan *problem-focused coping*. Sedangkan menurut Taylor (2015), dukungan sosial adalah informasi dari orang lain bahwa individu dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan bagian dari lingkungan sosial dan memiliki kewajiban yang setara dengan orang sekitar. Menurut Uchino (2004), dukungan sosial adalah bantuan berupa tindakan nyata yang dilakukan antar individu berdasarkan pengalaman pribadi yang kemudian memberikan pengaruh dalam pandangan individu tentang kesanggupan orang lain dalam memberikan dukungan. Menurut Reyes, Elhai, dan Ford (2008), dukungan sosial adalah interaksi sosial yang memberikan orang lain bantuan secara nyata dan membawanya ke dalam hubungan sosial yang dianggap penuh kasih, perhatian, dan selalu ada pada saat dibutuhkan. Lebih lanjut, Cutrona dan Gardner (2004), merumuskan dimensi dukungan sosial sebagai berikut: 1) dukungan informasi; 2) dukungan instrumental atau nyata; 3) dukungan emosional; 4) dukungan penghargaan; 5) dukungan penilaian.

Semua hasil penelitian yang sudah dijelaskan oleh peneliti menunjukkan hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang meneliti tentang variabel yang sama, yaitu hubungan antara dukungan sosial dengan *problem-focused coping*. Berdasarkan semua penjelasan di atas, peneliti menarik kesimpulan bahwa dukungan sosial yang diberikan kepada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dapat memberikan pengaruh besar terhadap *problem-focused coping*.

Berdasarkan kategori skor, subjek memiliki dukungan sosial rendah sebesar 0% (0 subjek), sedang sebesar 47,2% (51 subjek), dan inggi sebesar 52,8% (57 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi tergolong ke dalam kategori sedang ke tinggi yang lebih yang cenderung tinggi. Berdasarkan data tersebut dapat ketahui bahwa mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dalam penelitian ini cenderung memiliki dukungan yang cukup dari berbagai sumber, seperti keluarga, dosen pembimbing, dan teman. Hal ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dianggap telah mempunyai banyak aspek dari dukungan sosial, dan hanya sedikit aspek dukungan sosial yang tidak dimiliki oleh mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

Berdasarkan kategori skor, subjek memiliki p*roblem-focused coping* rendah sebesar 0,9% (1 subjek), sedang sebesar 57,4% (62 subjek), dan tinggi sebesar 41,7% (45 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi tergolong ke dalam kategori tinggi ke sedang yang lebih yang cenderung sedang. Berdasarkan data tersebut dapat ketahui bahwa mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dalam penelitian ini cenderung memiliki *problem-focused coping* yang cukup baik. Hal ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dianggap telah mempunyai banyak aspek dari *problem-focused coping*, dan hanya sedikit aspek *problem-focused coping* yang tidak dimiliki oleh mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang sudah diuraikan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi dengan nilai koefisien korelasi rxy = 0,630 (p < 0,05). Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi. Sumbangan nilai koefisien determinasi (R2) sebesar 0,397 yang memiliki arti bahwa variabel dukungan sosial memberi kontribusi 39,7% terhadap variabel *problem-focused coping* pada mahasiswa/i Universitas Mercu Buana Yogyakarta program studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adelina, S. (2018). Faktor penyebab lamanya mahasiswa menyelesaikan skripsi di fakultas ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ecogen*, *1*(4), 184–196. https://doi.org/10.24036/jmpe.v1i1.4738

Asberg, K. K., Bowers, C., Renk, K., & McKinney, C. (2008). A Structural Equation Modeling Approach to the Study of Stress and Psychological Adjustment in Emerging Adults. *Journal of Child Psychiatry & Human Development*, *39*, 481–501. https://doi.org/10.1007/s10578-008-0102-0

Azwar, S. (2021). *Reliabilitas dan validitas* (4th ed.). Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping strategies:​ A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(2), 267–283. https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267

Cihnaningsih, H. S. (2020). Hubungan dukungan sosial dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi*. Universitas Katolik Soegijapranata.

Cutrona, C. E., & Gardner, K. A. (2004). Social support. Dalam A. J. Christensen, R. Martin, & J. M. Smyth (Eds.). In *Encyclopedia of Health Psychology*. Kluwer Academic/Plenum Publishers. https://doi.org/10.1007/978-0-387-22557-9

Dewi, R. K. (2020, 15 Juli). Viral Soal Kasus Bunuh Diri Mahasiswa Karena Skripsinya Kerap Ditolak Dosen, Ini Analisis Pengamat Pendidikan. *KOMPAS.com*. Diakses dari https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/15/120405165/viral-soal-kasus-bunuh-diri-mahasiswa-karena-skripsinya-kerap-ditolak-dosen?page=all.

Fadlan, Z. (2019). Hubungan Problem Focused Coping dengan Academic Stress Pada Siswa Kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Hanifah, N., Lutfia, H., Ramadhia, U., & Purna, R. S. (2020). Strategi coping stress saat kuliah daring pada mahasiswa psikologi angkatan 2019 Universitas Andalas. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, *15*(1), 29–43. https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/viewFile/4829/2580

Harrington, R. (2012). *Stress, health and well-being : thriving in the 21st century*. USA: Wadsworth Publishing.

Ismiati. (2015). Problematika dan coping stress mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal Al-Bayan*, *21*(32), 15–27. https://doi.org/10.22373

Istaini, L. N. (2014). *Hubungan antara hope dengan problem focused coping pada mahasiswa penyusun skripsi angkatan 2010 fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. http://etheses.uin-malang.ac.id/599/12/10410025 Ringkasan.pdf

Jayanti, A. D., & Rachmawati, M. A. (2008). *Hubungan antara dukungan sosial dengan problem focused coping pada siswa SMU program sekolah bertaraf internasional (SBI)*. 1–23. https://adoc.pub/hubungan-antara-dukungan-sosial-dengan-problem-focused-copin.html

Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotions : a new synthesis*. Springer Publishing Company.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.

Matra, S. D., & Fajar, D. A. (2015). Kesulitan dan solusi dalam menulis skripsi bahasa inggris (sebuah investigasi berdasarkan perspektif mahasiswa dan dosen di program studi pendidikan bahasa inggris , Universitas Pekalongan). *Jurnal PENA*, *29*(1), 31–39. https://doi.org/10.31941

Nugrahani, F., & Al-Ma’ruf, A. I. (2016). *Metode penulisan karya ilmiah panduan bagi mahasiswa ilmuwan dan eksekutif* (5th ed.). Yogyakarta: Pilar Media.

Reyes, G., Elhai, J. D., & Ford, J. D. (2008). *The Encyclopedia of Psychological Trauma*. John Wiley & Sons. https://doi.org/10.1002/9781118269947

Rismen, S. (2015). Analisis kesulitan mahasiswa dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal LEMMA*, *1*(2), 35–48. https://doi.org/10.22202

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health psychology biopsychosocial interactions* (7th ed.). USA: Wiley.

Smet. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo Persada.

Sujatmiko. (2021, 1 September). Sederet Pemicu Mahasiswa UM Coba Terjun dari Jembatan Suhat. *Tugu Malang*. Diakses dari https://kumparan.com/tugumalang/sederet-pemicu-mahasiswa-um-coba-terjun-dari-jembatan-suhat-1wRhcxiSFnI/full.

Talamati, B. P. (2012). Hubungan Antara Trait Kepribadian Neuroticism dan Pyschological Well-Being Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Indonesia. *Skripsi*. Universitas Indonesia.

Taylor, S. E. (2015). *Health psychology* (9th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Uchino, B. N. (2004). *Social support and physical health: Understanding the health consequences of physical health*. New Haven: Yale University Press.