HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI

*THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND PROBLEM FOCUSED COPING IN STUDENTS WHO ARE WORKING ON THEIR THESIS*

Ahmad Naufal Rafiq1, Dra. Indra Ratna K. W., M.Si.2

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

naufal.rafiq.9@gmail.com

089686076367

Abstrak

*Problem focused coping* adalah suatu strategi yang diarahkan pada suatu masalah secara langsung untuk memecahkan perkara yang sedang dialami terutama bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir skripsi. Bentuk keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan-kemampuan dalam mengatasi beraneka ragam situasi yang muncul selama mengerjakan skripsi menjadi salah satu usaha agar tugas akhir skripsi dapat selesai. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Subjek penelitian terdiri atas 50 mahasiswa aktif kelas Reguler Pagi berusia 18-25 tahun Angkatan 2017 Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur skala efikasi diri dan skala *problem focused coping*. Nilai koefisien korelasi (rxy) 0,417 dengan p <0,001, hasil uji analisis product moment (*person correleation*). Nilai koefisien determinasi (R²) yang diperoleh adalah 0,174 sehingga menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara *problem focused coping* dengan efikasi diri. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki efikasi diri terhadap masalah yang dihadapi dan dapat memikirkan langkah upaya *(problem focused coping*) yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah dalam penyusunan skripsi.

*Kata kunci:* *efikasi diri, mahasiswa, problem focused coping, skripsi*

*Problem focused coping is a strategy that is directed at a problem directly to solve problems that are being experienced, especially for students who are completing their final thesis assignment. The form of student confidence in the ability to deal with various situations that arise while working on the thesis is one of the efforts so that the final thesis assignment can be complete. The purpose of this study is to determine the relationship between self-efficacy and problem focused coping in students who are working on their thesis. The research subjects consisted of 50 active regular morning class students aged 18-25 years, class of 2017, Faculty of Psychology, Mercu Buana University, Yogyakarta. This study uses quantitative methods with measuring tools self-efficacy scale and problem focused coping scale. The value of the correlation coefficient (rxy) 0,417 with p Keywords: problem focused coping, self-efficacy, students, thesis*

PENDAHULUAN

Masalah klasik yang dialami mahasiswa pada akhir program studi adalah ketika menghadapi kewajiban untuk mengerjakan skripsi (Wardhani, 2002). Proses penyusunan skripsi menjadi tolak ukur sejauh mana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap illmu yang dimiliki (Kinansih, 2011). Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan hasil penelitian ilmiah oleh mahasiswa di jenjang program sarjana strata 1 (Soemanto, 2009). Skripsi didefinisikan sebagai pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengkaji, menganalisis, memecahkan, dan menyimpulkan masalah yang sedang diteliti (Alafgani, 2013).

Mahasiswa pada umumnya berusia 18 sampai 25 tahun dan berada pada masa remaja sampai dewasa awal jika dilihat dari segi tahap perkembangan (Santrock, 2002). Salah satu tugas perkembangan pada remaja adalah menempuh pendidikan (Hurlock, 2000).  Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik D.I Yogyakarta (BPS DIY) tahun 2021, tercatat jumlah mahasiswa di Provinsi Yogyakarta sebanyak 6.359.941 mahasiswa. Mahasiswa dapat didefinisikan individu yang sedang dalam proses menimba ilmu di Perguruan Tinggi, maupun Akademik, Politeknik Sekolah Tinggi, Institut, Universitas. Penelitian ini dilakukan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta Fakultas Psikologi angkatan 2017 yang memiliki 170 mahasiswa dinyatakan sesuai dengan kriteria subjek penelitian sehingga diambil menjadi populasi untuk penelitian ini

Tugas Mahasiswa dalam menempuh pendidikan di Perguruan tinggi adalah belajar untuk menguasai sejumlah ilmu pengetahuan yang keberhasilannya dapat dilihat dari nilai belajar yang dihasilkan setiap mata kuliah. Nilai dari setiap mata kuliah dapat mencerminkan tingkat kemampuan dan kecerdasan mahasiswa (Deagustami, Pargito, & Widodo, 2013). Mahasiswa yang mengerjakan skripsi dituntut memiliki keterampilan dalam berpikir, seperti kemampuan untuk menentukan suatu permasalahan yang dijadikan pokok bahasan dalam penelitian, mengaitkan dengan teori yang mendukung permasalahan yang diajukan dalam penelitian, kemampuan untuk menganalisis serta memahami teori-teori yang sudah dipelajari (Rahma, Dwi, & Dea, 2018).

Skripsi bisa menjadi stresor bagi mahasiswa, namun dapat dianggap sebagai tantangan positif yang harus dihadapi mahasiswa (Sujono, 2014) Mahasiswa yang mengerjakan skripsi sering mengalami hambatan dan kesulitan, ada yang optimis dengan kemampuannya dalam menghadapi tantangan tersebut, tidak sedikit yang pesimis dengan kemampuannya, menyerah dalam menghadapi masalah serta tantangan saat mengerjakan skripsi (Wijayanti, 2013).

Fakta mengenai adanya tantangan atau tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa dalam mengerjakan skripsi tidak terbantahkan (Anindya & Sartika, 2018). Hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa selama penyusunan skripsi meliputi dua jenis yaitu hambatan internal dan hambatan eksternal (Sujono, 2014). Hambatan internal dapat muncul karena faktor internal yang berasal dari individu tersebut, seperti: kondisi fisik, motivasi, kemampuan kognitif, dan kesulitan mendapatkan referensi, sedangkan. Hambatan eksternal berkaitan dengan sumber yang berasal dari luar, seperti: lingkungan, fasilitas belajar, serta proses konsultasi bimbingan dengan dosen pembimbing (Asmawan, 2016). Hambatan-hambatan tidak terduga yang ditemui selama proses mengerjakan skripsi menyebabkan tujuan mahasiswa untuk menyelesaikan studi secepatnya tertunda, tertundanya tujuan yang diharapkan akibat ketidakmampuan dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu. Ketidakmampuan ini yang menimbulkan masalah pada mahasiswa (Asmawan, 2016).

Masalah-masalah yang muncul selama mengerjakan skripsi merupakan hambatan yang harus dihadapi mahasiswa, tingkat stres yang tinggi diakibatkan ketidakmampuan dalam mengerjakan skripsi, memungkinkan mahasiswa menggunakan strategi coping yang tidak efektif (Rizky, Zulharman, & Devi, 2014). Terdapat dua bentuk strategi coping yaitu, *problem focused coping* dan *emotion focused coping* (Lazarus & Folkman dalam Smeet, 1994). Penggunaan *problem focused coping* lebih sering digunakan daripada *emotion focused coping*, dikarenakan *problem focused coping* adalah strategi coping yang mencakup upaya untuk menghasilkan solusi alternatif dengan mempertimbangkan kerugian serta manfaat dari berbagai tindakan dan memutuskan tindakan yang mampu untuk mengubah situasi (Lapierre & Allen, 2006). Sedangkan, *emotion focused coping* merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stres tanpa berusaha untuk mengubah situasi yang menjadi sumber stres (Yuhenita, 2014). Strategi coping yang relatif efektif dalam menghadapi masalah mahasiswa mengerjakan skripsi adalah *problem focused coping* (Wardhani, 2002).

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi yang digunakan dalam menyelesaikan masalah, seperti mendefinisikan masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif dan bertindak. Menurut Sarafino (2006) *problem focused coping* merupakan salah satu usaha yang berfungsi untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh stres atau mengembangkan kemampuan untuk menghadapi stres. Smeet (1994) mengemukakan bahwa *problem focused coping* adalah usaha individu untuk mengurangi stres dengan mempelajari keterampilan yang baru, individu akan cenderung menggunakan problem focused coping untuk mengubah situasi yang dialam.

*Problem focused coping* dapat diukur dengan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984) yaitu, (1) konfrontasi koping *(confrontative coping*), cara individu menghadapi masalah secara langsung, individu akan berpegang teguh pada pendirian dan mempertahankan yang diinginkan untuk mengubah situasi stres secara agresif dengan keberanian mengambil resiko. (2) mencari dukungan sosial (*seeking social support*), pemecahan masalah dengan berusaha mengumpulkan dukungan emosi serta informasi dari lingkungan sekitar. Termasuk di dalamnya adalah mencari nasehat, pertolongan, dukungan sosial, dan empati. (3) merencanakan pemecahan masalah (*planful problem solving*), individu membuat rencana tindakan dan mengubah situasi untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Merencanakan masalah merupakan usaha yang dilakukan individu untuk memikirkan, menyusun dan membuat perencanaan pemecahan masalah.

Mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping* cenderung memandang, menilai dan mempersepsikan sumber daya yang dimiliki mampu mengarahkannya untuk melakukan suatu tindakan secara langsung. Selain itu, mahasiswa yang menggunakan *emotion focused coping* akan mempersepsikan dan memandang bahwa sumber daya yang dimilikinya tidak cukup memadai untuk melakukan tindakan konstrutif dengan cara mengatur, mengurangi, meredakan tekanan emosional atau mengatasi stres yang diakibatkan oleh adanya masalah selama mengerjakan skripsi yang sedang dihadapi (Yuhenita, 2004). Individu menggunakan *problem focused coping* dapat segera mengatasi masalah-masalah yang muncul dalam proses mengerjakan skripsi sehingga terhindar dari masalah dan stres yang berkepanjangan (Maryam, 2012).

Hasil penelitian Sinaga (2005) mememukan mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi menunjukkan 84,3% melakukan *problem focused coping* dengan mempelajari cara yang baru dan 15,7%. Mahasiswa menggunakan *emotion focused coping* bahwa perilaku cenderung mengatur emosi berkaitan dengan situasi kejadian, dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* lebih banyak digunakan sebesar 59,03%. Penggunaan *problem focused coping* meningkat pada situasi yang dinilai dapat diubah menjadi lebih baik, sedangkan penggunaan *emotion focused coping* meningkat pada situasi yang dinilai tidak memungkinkan untuk dirubah (Lazarus & Folkman 1984)*.*

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* pada individu, yaitu kesehatan dan energi (*health and energy*), efikasi diri, kemampuan pemecahan masalah (*problem solving skill*), keterampilan sosial *(social skill*), dukungan sosial *(social support*), sumber material (*material resources*). Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping*, peneliti memilih efikasi diri yaitu setiap individu mempunyai keyakinan tertentu yang menjadi upaya dan harapan dalam melakukan *stategi coping* saat kondisi apapun. Keyakinan diri akan memberikan harapan positif bagi individu untuk melakukan *stategi coping* yang bisa dilakukan untuk menghadapi masalah yang muncul, keyakinan individu disebut dengan efikasi diri (Mastuti, 2010). Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti memilih efikasi diri untuk dijadikan variabel bebas dalam penelitian ini

Menurut Bandura (1977) efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan diri dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Bandura (1997) efikasi diri individu dapat bervariasi pada masing–masing dimensi. Dimensi-dimensi efikasi diri menurut Bandura (1997) yaitu *level, generality dan strength*.

Salah satu faktor yang menjadi kendala mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yaitu memiliki efikasi diri yang rendah, mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung mudah menyerah dan menggunakan strategi coping yang dirasakan lebih mudah. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi memilih strategi coping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) untuk menangani tuntutan-tuntutan yang dialami dan bertahan terhadap situasi yang penuh tekanan serta tetap memiliki motivasi untuk bertindak dan berusaha menyusun skripsi (Pasiori, Jamiludin, & Marhan, 2020). Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi menggunakan *problem focused coping* sedangkan individu dengan efikasi diri rendah cenderung mengunakan *emotion focused coping* (Schaufeli, Bakker, & Salanova, 2006). Peran efikasi diri yang tinggi untuk menuntun individu agar lebih menggunakan *problem focused coping* sebagai upaya pengatasan masalah yang efektif (Wardhani, 2002). *Problem focused coping* lebih sering digunakan individu yang merasa yakin bahwa dirinya dapat mengubah situasi. (Folkman & Lazarus, 1984). Mahasiswa menggunakan *problem focused coping* dapat mengatasi masalah-masalah yang muncul dalam proses penyusunan skripsi sehingga terhindar dari stres yang berkepanjangan dan tidak semakin menunda mengerjakan skripsi (Wardhani, 2011). Bentuk penyelesaian masalah yang tidak matang, yaitu cenderung kurang fleksibel dan emosional akan mengakibatkan stres (Albercht, 1980).

Hasil penelitian Mastuti (2010) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan *problem focused coping* dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa psikologi, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan semakin mudah dalam mengatasi masalah yang dihadapi ketika mengerjakan skripsi. Efikasi diri yang kuat mendorong mahasiswa tersebut berusaha keras dan optimis untuk memperoleh hasil yang positif. Hal ini didukung hasil penelitian Pasiori, Jamiludin, dan Marhan (2020) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara efikasi diri dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Dari beberapa hal yang dipaparkan sebelumnya, maka penelitian ini akan membahas terkait efikasi diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sehingga dapat ditarik rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?

METODE

Metode penelitian ini melalui pendekatan kuantitatif dengan *problem focused coping* sebagai varibel terikat dan efikasi diri berperan untuk variabel bebas. Teknik pengumpulan data menggunakan alat pengukuran skala *likert* yaitu Skala *Problem focused coping* dan Skala Efikasi Diri. Skala *Problem focused coping* berdasarkan aspek-aspek menurut Lazarus dan Folkman (1984). Sementara Skala Efikasi Diri mengacu pada dimensi-dimensi menurut Bandura (1997), selanjutnya Bandura (dalam Abdullah, 1999) dalam setiap dimensi-dimensi efikasi diri tersebut ada empat aspek yang termuat.

 Populasi dalam dalam penelitian ini adalah mahasiswa Angkatan 2017 kelas Reguler Pagi (R1) Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta berusia 18-25 tahun yang sedang mengerjakan tugas akhir skripsi dan berada pada masa remaja akhir sampai dewasa awal dalam tahap perkembangan (Santrock, 2002). Sampel berjumlah 50 mahasiswa diambil dengan *kouta sampling*. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunnakan analisis korelasi *product moment* dari Karl Pearson dengan program *Statistical Package for Sosial Sciences (SPSS) for windows.* Analisis *Product Moment* dapat digunakan untuk menguji hipotesis tentang ada tidaknya hubungan antara dua variabel (Sugiyono, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi *product moment (Pearson Correlation)* menunjukkan bahwa nilai antara efikasi diri dengan *problem focused coping* (rxy) sebesar 0,417 dengan p<0,001 serta nilai koefiien determinasi (R2) adalah 0,174 sehingga menyatakan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara efikasi diri dengan *problem focused coping.*

Hal ini berarti hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, diterima. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini, menjelaskan bahwa efikasi diri berkaitan dengan *problem focused coping*, semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berarti penelitian ini mendukung hasil penelitian dari Salanova, Bakker, & Lorens (2006) yakini individu dengan efikasi diri tinggi akan menggunakan *problem focused coping* sedangkan individu yang memiliki efikasi diri rendah memilih emotion focused coping*.*

Keberhasilan mahasiswa dalam penyusunan skripsi tentunya dipengaruhi oleh efikasi diri (Fransiskus, 2010). Efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas untuk mencapai hasil yang diinginkan (Bandura, 1997). Dalam penelitian ini, keyakinan diri yang dimiliki mahasiswa mampu mengatasi permasalahan yang muncul dalam penyusunan skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri rendah cenderung untuk pasrah dan mudah menyerah, sedangkan individu dengan efikasi diri tinggi akan mencoba mengatasi permasalahan yang dihadapkan dengan berusaha. Mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi masalah dan mampu bertahan dalam situasi sulit yang berkaitan dengan kesulitan yang ditemui.

Individu yang memiliki efikasi diri mampu mengatasi permasalahan dalam proses penyusunan skripsi akan mampu mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan masalah secara langsung (Sujono, 2014). Hal ini sejalan dengan pendapat Bandura (1997) bahwa efikasi diri individu akan ikut menentukan jenis strategi coping terhadap suatu persoalan dan penyelesaian tugas. Dalam penelitian ini, mahasiswa yang merasa memiliki kemampuan memecahkan masalah yang dihadapi akan menggunakan *problem focused coping*. Sebaliknya, mahasiswa yang menilai dirinya tidak memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi masalah akan menggunakan *emotion focused coping* (Salanova, Bakker, & Lorens, 2006). Sejalan dengan pendapat Folkman dkk. (1986) bahwa individu yang merasa memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi akan menggunakan *problem focused coping*.

Peran Efikasi diri yang tinggi menuntun individu untuk lebih menggunakan *problem focused coping* sebagai upaya pengatasan masalah yang efektif (Wardhani, 2002). Hal ini sejalan dengan pendapat Myers (dalam Kusumaningtyas, 2018) yang mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi akan menujukkan sikap yang gigih, tidak cemas, dan tidak mengalami tekanan dalam menghadapi suatu hal. Dalam penelitian ini, pemilihan *problem focused coping* oleh mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi dalam mengatasi masalah penyusunan skripsi yang dialami, sikap gigih dan tidak mudah merasa tertekan dalam menghadapi situasi stres sangat berhubungan dengan usaha mahasiswa untuk merubah situasi yang penuh masalah menjadi situasi yang diyakini dapat dikontrol.

Berdasarkan data empirik hasil skor efikasi diri, diperoleh subjek yang berada pada kategori tinggi sebanyak 29 orang (58,0%), subjek yang berada pada kategori sedang sebanyak 21 Orang (42,0%) dan tidak ada subjek yang berada dalam kategori rendah. Hasil kategori menggambarkan bahwa kategori tinggi memiliki presentase total lebih besar dari pada kategori rendah dan sedang. Mahasiswa yang berada dalam kategori tinggi mempunyai keyakinan diri dalam menyelesaikan skripsi. Sementara itu untuk *problem focused coping*, data empirik menunjukkan bahwa subjek berada pada kategori tinggi sebanyak 31 orang (62,0%), subjek yang berada pada kategori sedang sebanyak 19 Orang (38,0%) dan tidak ada subjek yang berada dalam kategori rendah. Hasil kategori menggambarkan bahwa kategori tinggi memiliki presentase total lebih besar dari pada kategori rendah dan sedang. Mahasiswa yang berada dalam kategori tinggi memiliki kemampuan pemecahan masalah yang efektif. Berdasarkan koefisien determinasi (R²) sebesar 0,174 maka dapat diartikan bahwa efikasi diri memberi sumbangan sebesar 17,4% terhadap penggunaan *problem focused coping.* Dengan demikian sebesar 82,6% dipengaruhi oleh sejumlah variabel lain yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini mendukung beberapa hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya. Mastuti (2010) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada korelasi positif antara efikasi diri dan *problem focused coping*. Sejalan dengan penelitian tersebut, Sutarinik & Maunaturrohmah (2017) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan *problem focused coping*. Jamiludin, dan Marhan, (2020) melakukan penelitian yang menyimpulkan bahwa terdapat adanya hubungan positif antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa ada hubungan positif antara efikasi diri dan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara efikasi diri dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini berarti semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah penggunaan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan diterima.

SARAN

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat meningkatkan dan mempertahankan *problem focused coping*, yaitu dengan cara meningkatkan, mempertahankan efikasi diri dan tetap berusaha ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi sehingga dapat menyelesaikan berbagai tuntutan yang ada. Hal ini bisa sebagai memacu efikasi diri pada mahasiswa untuk mengerjakan skripsi dengan baik.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya yang akan menggunakan variabel *problem focused coping* dan efikasi diri atau bertujuan untuk mengembangkan penelitian dengan tema yang sama, khususnya masalah perilahal penyusunan skripsi yang sering dijadikan alasan mahasiswa untuk menyelesaikan studi tepat waktu. Pengambilan subjek penelitian hendaknya tidak terbatas pada satu fakultas saja, melainkan bisa menggunakan pada mahasiswa-mahasiswa dengan bermacam-macam fakultas, sehingga hasil penelitian lebih bervariasi dan dapat digeneralisasikan untuk kepentingan yang lebih luas

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, S. M. (1999). *Hubungan efikasi diri dengan adaptive selling pada agen asuransi jiwa. Skripsi* (tidak diterbitkan*).* Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.

Abidin, Y. (2012). *Pembelajaran bahasa berbasis pendidikan karakter*. Refika Aditama.

Alafgani, A. P. (2013). *Analisis faktor-faktor kesulitan mahasiswa jurusan pendidikan teknik arsitektur FPTK UPI dalam penyelesaian Skripsi* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).

Alok, R., Das, S. K., Agarwal, G. G., Tiwari, S. C., Salwahan, L., & Srivastava, R. (2014). *Problem-focused coping and self-efficacy as correlates of quality of life and severity of fibromyalgia in primary fibromyalgia patients*. *JCR: Journal of Clinical Rheumatology*, *20*(6), 314-316.

Adinugraha, R. R., Suprihatin, T., & Fitriani, A. (2021). *Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa angkatan 2015 yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*.

Anindya, G. S., & Sartika, D. (2018). Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan Stres pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Islam Bandung. *Prosiding Psikologi*, 345-351.

Asmawan, Moh. Chairil.(2016). Analisis Kesulitan Mahasiswa Menyelesaikan Skripsi. Journal-UMS, 20(2), 3331-7222

Alwisol. (2006). *Psikologi kepribadian*. Malang: UMM Press.

Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Azwar, S. (2015*). Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavior Change. Psychological Review*, 84,191-215.

Bandura, A. (1991). Self-efficacy mechanism in physiological activation and health-promoting behavior In Madden J IV (Ed.), Neurobiology of learning, emotion, and affect (pp. 229–269).

Bandura, A. (1997). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Bangun, E. B. (2018*).* Efikasi diri mahasiswa penyusunan skripsi (studi deskripsi kuantitatif pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Sanata Darma Yogyakarta Angkatan 2014). *Skripsi,* Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.

Badan Pusat Statistik Provinsi D.I Yogyakarta. (2021). Jumlah perguruan tinggi, mahasiswa, dan tenaga pendidik (Negeri dan Swasta) di Provinsi Yogyakarta. Diakses pada 20 Desember 2021 dari <https://yogyakarta.bps.go.id/statictable/2020/07/27/137/jumlah-perguruan-tinggi-mahasiswa-dan-tenaga-pendidik-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-agama-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-di-yogyakarta-2018-dan-2019-.html>

Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial. Edisi kesepuluh: jilid 2*. Jakarta: Erlangga.

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.

Chang, Y. (2011). *Psychometric Validity of the Problem-Focused Style of Coping scale: In Relation to Self-Efficacy and Life Satisfaction Among Nursing Staff in Taiwan. Journal of Advanced Nursing*, *67*(7), 1625–1631.

Colordo, D. Godoy-Izquierdo & Godoy J. (2010). *Coping Self Efficacy in a Community-Based Sample of Women and Men from the United Kingdom: the Impact of Sex and Health Status. Behavioral Medicine, 36: 12-21, 2010.*

Rachmah, D. N. (2016). *Self Efficacy, Coping Stress* dan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. *Ecopsy*, *1*(1),

Darmono, A., & Hasan, A. (2002). *Menyelesaikan skripsi dalam satu semester*. Jakarta: Grasindo.

Deagustami, R. Pargito & Widodo, S. (2013). Hubungan Antara Keikutsertaan Mahasiswa Dalam Kegiatanorganisasi Kemahasiswaan Dengan Indeks Prestasi Kumulatif mahasiswa Program Studi Pendidikan Geografi Universitas Lampung. Jurnal Pendidikan Progresif. 1(8), 1-7.

Ayu Elviana, D. (2013). *Perbedaan Coping Stress PFC dan EFC pada Mahasiswa Progdi Bimbingan dan Konseling yang Stres dalam Menyusun Skripsi* (Doctoral dissertation, Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP-UKSW).

Folkman, S. Lazarus, R.S., Gruen, R.J., & Logis, A., 1986, *Apprasail, Coping, Healt Status, and Psychological., Symptoms, Journal of Personality and social Psychology*, Vol. 5o, No.3

Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology*, *50*(5), 992.

Gunawan, E. C. (2017). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Ekonomika Dan Bisnis di Universitas Kristen Satya Wacana.

Hurlock, E.B. (1993). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehdiupan (edisi kelima).* Jakarta: Erlangga.

Kartika, R. D., Deria, D., & Ruhansih, D. S. (2018). Hubungan Antara Strategi Penanggulangan Stress *(Coping Stress)* Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir di Jurusan *Radiodiagnostik* dan *Radiotherapy Politeknik “X” Bandung*. *Fokus*, *1*(1), 1–10.

Kusumaningtyas, D. T. (2018). Hubungan Antara Dimensi Efikasi Diri Dengan *Problem Focused Coping* Korban Bullying Di Sekolah Dasar. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*

Kinansih (2011). *Skripsi Kelar Dalam 30 Hari*. Klaten: Galmas Publisher.

*Krantz, S. E. (1983). Cognitive appraisals and problem-directed coping: A prospective study of stress. Journal of Personality and Social Psychology,*44(3), 638.

Lazarus, R. S., Coyne, J. C., & Folkman, S. (1984). Cognition, emotion and motivation: The doctoring of Humpty-Dumpty. *Approaches to emotion*, 221-237.

Lazarus, R S and Folkman, S, (1984). *Stres, appraisal, and coping*. New York: Springer

Lapierre, L. M., & Allen, T. D (2006) work-supp family, family supportive supervision use of organizational benefits, and problem focused coping: Ilmplications for work family conflict and employee well being, *Journal pf Occupational Health Psychology, 2(11) 169-8*

Mastuti, N. P. (2010) Hubungan Efikasi Diri dengan *Problem Focused Coping* Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Pekanbaru. Riau

Maulya, E., & Asniar, A. (2017). *Self efficacy, Strategi Coping* dan Stres Mahasiswa Kurikulum Berbasis Kompetensi*.* *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, *2*(3).

Mayasari, M. P., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran Komunikasi Interpersonal dan *Problem Focused* Coping Terhadap Stres Mahasiswa Universitas Udayana yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Udayana*, 88-98.

Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.

Nazir, M. (1998). *Metode penelitian*. Jakarta: PT. Ghalia Indonesia.

Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B. (2003) *Psikologi Abnormal*. Terjemahan Psikologi Universitas Indonesia (ed. Ke-5). Jakarta: Erlangga.

Ormrod, E.J (2008). *Psikologi pendidikan.* Jakarta, Indonesia: Erlangga

Prianto, F. X. R. (2010). Efikasi Diri Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Sanata Dharma yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi (tidak diterbitkan). Yogyakarta*: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Pasiori, W., Jamiludin, J., & Marhan, C. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo Kendari. *Jurnal Sublimapsi*, *1*(1), 76-84.

Pragholapati, A., & Ulfitri, W. (2019). Gambaran Mekanisme *Coping* pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, *3*(2), 115-126.

Rafikasari, M. N., & Purwandari, E. (2015). Hubungan antara Efikasi Diri Dengan *Strategi Coping* pada Mahasiswa Yang Mengerjakan skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Rachmawati, F., & Budiningsih, T. E. (2017). Hubungan antara Berpikir Positif dengan Efikasi Diri Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, *7*(1), 14-17).

Rizky, E., & Zulharman, Z. (2014). Hubungan Efikasi Diri dengan *Coping Stress* pada Mahasiswa Angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau.

Rheseli, S. (2019). Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Konformitas Terhadap Teman Sebaya Dengan Perilaku Menyontek Pada Siswa SMA*.*

Rohmah, F. A. (2006). Pengaruh Diskusi Kelompokk Untuk Menurunkan Stres Pada Mahasiswa Yang sedang Skripsi. Humanitas: Indonesia *Psychological Journal*, 3(1).

Salanova, M., Bakker, A. B., & Lorens, S. (2006). *Flow at work: evidence foran upward spiral of personal and organizational resources*. *Journal of Happiness Studies,* 7, 1-22.

Soemanto. (2009). *Pendidikan Wiraswasta*. Jakarta: Radar Jaya Offset.

Santrock, John W. (2002*). Life Span Development*. Jakarta: Erlangga

Sarafino, E. P. (2006) *Health Psychology: Biopholysical Interacactions*. New York: John Willey and Sons.

Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Salanova, M. (2006). The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study. *Educational and psychological measurement*, *66*(4), 701-716.

Schunk, D. H. (1985). *Self-efficacy and classroom learning. Psychology in the Schools*, 22, 208-223.

Shofiah, V., & Raudhatus, S. (2014). *Self- Efficacy dan Self- Regulation Sebagai Unsur Penting dalam Pendidikan Karakter. Kutubkhanah*: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan, *17*(2), 214–229.

Siska, M. (2011). Hubungan Efikasi Diri dengan Stres Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa UIN SUSKA Riau Pekanbaru*.*

Siswoyo, Dwi. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.

Silalahi, Uber. (2009). *Metode Penelitian Sosial.* Bandung: Refika Aditama.

Sinaga, Mawar, A. (2005). *Coping* Stres Mahasiswa Psikologi Salatiga*.* Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.

Smett, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.

Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M. (2019). Peran Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri Terhadap *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Preklinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, *6*(3), 99-110.

Sujono. (2014). Hubungan antara Efikasi Diri *(SELF EFFICACY)* dengan *Problem Pocused Coping* Dalam Proses Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fmipa Unmul. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *2*(2).

Sulistyowati, D. A., Wismanto, Y. B., & Utami, C. T. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Optimisme Dengan *Problem focused coping* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang. *Prediksi*, *4*(1), 11.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.

Tri Semaraputri, S. A. K., & Rustika, I. M. (2018). Peran *Problem focused coping* dan Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja Akhir Yang Menjadi Pengurus Organisasi Kemahasiswaan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, *5*(01), 35.

Van Dinther, M., Dochy, F., & Segers, M. (2011). Factors affecting students’ self-efficacy in higher education. *Educational research review*, *6*(2), 95-108.

Wardhani, L.W. (2002). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan *Problem Focused Coping* Menghadapi masalah skripsi*.* Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Widowati, R., & Raushanfikri, A. (2020). Pengembangan Skala Efikasi Diri untuk Kesehatan Kerja (SE DKK*): Studi Pendahuluan. Psikologika:* Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, *25*(2), 185–214.

Wijayanti, N. (2013). Strategi coping menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan. *Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*.

Wingkel, W. S. (2004). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar.* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama

Yuliana, F. D., Makhfudli, M., & Kusumaningrum, T. (2020). Hubungan Strategi Koping dengan *Self Efficacy dan Self Care* pada Pasien Tuberkulosis Paru. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, *4*(2), 67

Syamsu, Y., & Juntika, N. A (2007) *Teori Kepribadian.* Bandung: Remaja Rosdakarya

.