

# Hubungan antara Strategi Koping dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Pengurus Organisasi

## *The Relationship between Coping Strategies and Resilience In Student Organization Administrators*

Decky Kevin Pradekta<sup>1</sup> Nanda Yunika Wulandari<sup>2</sup>

<sup>12</sup>Universitas Mercu Buana Yogyakarta

<sup>12</sup> [kevinpradekta15@gmail.com](mailto:kevinpradekta15@gmail.com)

<sup>12</sup>081326570859

### Abstrak

Mahasiswa Pengurus Organisasi Kemahasiswaan adalah mahasiswa yang terlibat secara aktif dalam sebuah organisasi pada lingkup perguruan tinggi yang menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi koping dengan resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini mahasiswa pengurus organisasi kemahasiswaan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang berusia 18-25 tahun dengan jumlah subjek 120 mahasiswa pengurus organisasi. Variabel yang diukur adalah strategi koping sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel terikat. Instrumen penelitian menggunakan skala Strategi Koping berdasarkan teori Lazarus & Folkman (dalam Fahlika, 2024) dan skala Resiliensi berdasarkan teori Connor & Davidson (dalam Hanan, 2024). Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara Strategi Koping dengan Resiliensi ( $r = 0,465$ ,  $p < 0,001$ ). Koefisien determinasi ( $R^2 = 0.216$ ) mengindikasikan bahwa strategi koping memberikan kontribusi sebesar 21,6% terhadap resiliensi, sementara 78,4% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan mahasiswa pengurus organisasi menunjukkan tingkat strategi koping yang berada pada kategori tinggi dan resiliensi yang berada pada kategori sedang. Semakin tinggi strategi koping maka akan semakin tinggi resiliensi mahasiswa pengurus organisasi. Sebaliknya, semakin rendah strategi koping maka akan semakin rendah resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi.

**Kata Kunci:** Mahasiswa, Organisasi, Resiliensi, Strategi Koping

### Abstract

*Student Organization Management Students are students who are actively involved in an organization in the scope of higher education that runs the Tri Dharma of Higher Education. This study aims to determine the relationship between coping strategies and resilience in student organization administrators. The subject criteria in this study are students of student organization administrators at Mercu Buana University Yogyakarta aged 18-25 years with a total of 120 subjects. The variables measured are coping strategies as independent variables and resilience as the dependent variable. The research instrument used a Coping Strategy scale based on Lazarus & Folkman's theory (in Fahlika, 2024) and a Resilience scale based on Connor & Davidson's theory (in Hanan, 2024). Data analysis was conducted using Pearson Product Moment correlation technique. The results showed that there was a significant positive relationship between Coping Strategy and Resilience ( $r = 0.465$ ,  $p < 0.001$ ). The coefficient of determination ( $R^2 = 0.216$ ) indicates that coping strategies contribute 21.6% to resilience, while the other 78.4% is influenced by other factors. This study shows that the tendency of student organization administrators shows a level of coping strategy that is in the high category and resilience that is in the moderate category. The higher the coping strategy, the higher the resilience of students. Conversely, the lower the coping strategy, the lower the resilience in student organization administrators.*

**Keywords:** Coping Strategies, Organization, Resilience, Student.

## PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang sudah lulus dari SMA atau SLTA dan sedang menempuh pendidikan tinggi di Perguruan Tinggi atau Universitas (Aisiah & Firza, 2019). Universitas adalah lembaga pendidikan tertinggi yang menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi seperti melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat, selain itu universitas juga mewujudkan tugas-tugasnya yang berperan sebagai organisasi yang strategis untuk membangun negara dan bangsa (Heriteluna, 2017). Demi terlaksananya Tri Dharma Perguruan Tinggi pada aktivitas kemahasiswaan dan gerakan kemahasiswaan perlu adanya wadah atau organisasi yang berdiri di lingkup interal perguruan tinggi (Sumadi, 2017). Organisasi kemahasiswaan adalah wahana dan sarana pengembangan diri mahasiswa ke arah perluasan wawasan dan peningkatan kecendekiaan serta integritas kepribadian untuk mencapai tujuan pendidikan tinggi (Azidin dkk., 2022). Hal ini dikarenakan organisasi adalah sebuah group of people yang bekerja bersama-sama demi mencapai satu tujuan (Kosasih, 2017).

Mahasiswa pengurus organisasi dinilai memiliki resiliensi yang baik karena adaptif pada keadaan sulit yang dialaminya dengan bantuan dan dukungan yang diberikan dari lingkungan sekitar seperti teman atau anggota dalam organisasi (Pratami & Winarti, 2024). Hal ini diperkuat dengan

penelitian kepada 323 mahasiswa aktif yang dilakukan oleh Dhovier dan Maryam (2024), menjelaskan bahwa mahasiswa pengurus organisasi yang memiliki resiliensi baik memiliki kepercayaan bisa menyelesaikan dan berusaha mewujudkan tujuan - tujuan dalam hidupnya. Mahasiswa yang menjadi pengurus organisasi memiliki tingkat stres dimana adanya tuntutan interpersonal, tuntutan pekerjaan, tuntutan peran, serta tuntutan strukturisasi dan kepemimpinan dalam organisasi dapat menyebabkan terjadinya stres (Saputri dkk., 2020). Pada mahasiswa yang menjadi pengurus organisasi dibutuhkan adaptasi terhadap permasalahan yang harus diselesaikan secara bersamaan hal ini dikarenakan penyesuaian diri merupakan proses individu dalam menjalani kehidupan untuk mencapai tujuan-tujuan hidupnya (Amelia dkk., 2022). Kemudian Penelitian yang dilakukan Suartini dan Wulayani (2023), kepada 150 pengurus organisasi didapatkan hasil bahwa keaktifan berorganisasi mempunyai peran sebesar 39,1% terhadap peningkatan resiliensi.

Dalam mencapai hal tersebut mahasiswa harus melalui organisasi namun kendala utama yang dialami oleh mahasiswa yang aktif atau sering dianggap sebagai aktivis kampus adalah kurangnya kemampuan adaptif yang baik sehingga tercipta situasi yang stabil di kehidupannya (Husna dkk., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian kepada 150 responden yang

dilakukan oleh (Semaraputri & Rustika, 2018) bahwa penyesuaian diri atau proses adaptasi dipengaruhi oleh konsep diri sehingga individu mampu mempunyai kemampuan resilien . Penelitian yang dilakukan oleh Pratami dan Winarti (2024) kepada mahasiswa aktif berorganisasi sebagai fungsionaris atau mempunyai jabatan di organisasi didapati hasil bahwa pemicu stres mahasiswa pengurus organisasi yakni beban kerja yang berat, kurangnya dukungan orang sekitar dan peran perguruan tinggi yang masih minim.

Mengingat dinamika yang terjadi pada mahasiswa pengurus organisasi maka dari itu mahasiswa pengurus organisasi perlu mempunyai keahlian untuk mengatasi berbagai permasalahan, kemampuan individu agar dapat bertahan di dalam kesulitan disebut sebagai resiliensi (Connor & Davidson, 2003). Connor dan Davidson (2003) berpendapat bahwa resiliensi yakni sebagai alat untuk mengukur kemampuan coping stress yang berhasil. Individu yang resilien memiliki beberapa karakteristik seperti memiliki regulasi emosi yang baik, daya tahan terhadap stress, fleksibel dan mampu menerima perubahan, memiliki hubungan yang lekat dengan orang lain, dan memiliki kontrol diri (Reivich & Shatte, 2002). Dengan karakteristik yang dimilikinya, maka mahasiswa yang resilien memiliki keahlian untuk merespon secara baik dalam menghadapi kesulitan (Reivich & Shatte, 2002). Pada konteks mahasiswa

pengurus organisasi apabila memiliki resiliensi maka akan dirinya lebih beradaptasi terhadap stres yang dialami selama berada di perguruan tinggi. Kemudian pada akhirnya dirinya dapat terhindar dari distress psikologis yang bisa berdampak buruk pada performa akademik dan kehidupan pribadi mereka.

Peneliti melakukan pra penelitian atau asesmen secara langsung dengan 11 responden dengan empat mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan tiga mahasiswa berjenis kelamin perempuan yang merupakan mahasiswa pengurus organisasi di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Wawancara dilakukan pada tanggal 5 November - 9 November 2024, asesmen ini memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Adapun pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan melingkupi beberapa aspek. Aspek pertama yaitu reflects the notion of personal competence, high standards, and tenacity (personal competence), ditemukan dari 9 subjek menjelaskan bahwa mereka mampu untuk mampu melihat kompetensi dan keuletan diri sendiri.

Pada aspek kedua yaitu corresponds to trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress (trust in one's instincts), ditemukan bahwa 11 subjek menjelaskan bahwa mereka mampu untuk percaya terhadap firasat dan tolerir

pada dinamika di organisasi. Pada aspek ketiga, yaitu *relates to the positive acceptance of change, and secure relationships (positive acceptance of change and secure relationship)*, ditemukan bahwa 11 subjek menjelaskan bahwa mereka mampu menerima situasi apapun secara positif dan mampu menjaga hubungan dengan orang lain. Pada aspek keempat, yaitu *was related to control (control and factor)*, ditemukan bahwa 11 subjek menjelaskan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya dan meminta bantuan apabila sedang dalam masalah. Pada aspek kelima yaitu *to spiritual influences (spiritual influences)*, ditemukan bahwa 7 subjek menjelaskan bahwa mereka mampu untuk percaya kepada Tuhan dan percaya kepada takdir ketika berada dalam dinamika di organisasi.

Meningkatkan resiliensi adalah tugas yang sangat penting dikarenakan dapat memberikan pengalaman bagi mahasiswa organisasi dalam menghadapi permasalahan (Husna dkk., 2022). Dengan meningkatkan resiliensi maka mahasiswa dapat mengembangkan kemampuan yang absolut dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang bagus bagi hidupnya (Wijianti & Purwaningtyas, 2021). Mahasiswa pengurus organisasi akan mengembangkan cara-cara agar dapat mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi sebuah kesempatan untuk pengembangan Pratami dan Winarti (2024).

Mahasiswa akan memiliki resiliensi tinggi ketika mereka berdinamika dengan berproses dan cenderung dapat merespon situasi secara positif, tekun, dan berpikiran terbuka mahasiswa yang (Cooper dkk., 2019) Menurut Shaputra dan Abdurrohman (2022), resiliensi adalah sebuah kemampuan individu dalam kejadian yang membuat dirinya terusik. Mahasiswa perlu memiliki resiliensi agar dirinya dapat beradaptasi dan mengatasi permasalahan dalam hidupnya, permasalahan yang terjadi dapat menimbulkan berbagai macam dampak sehingga mahasiswa perlu melakukan segala usaha untuk mengatasinya (Herdi & Ristianingsih, 2022)

Resiliensi memiliki dampak bagi orang-orang yaitu mampu memonitor dan mengatur emosi mereka sendiri dan memonitor keadaan emosi orang lain (Reivich & Shatte, 2002). Resiliensi juga memiliki dampak bagi individu seperti dapat secara akurat membedakan aspek-aspek penyebab permasalahan dari suatu kesulitan yang didapatkan kemudian dikendalikan dan yang tidak dapat mereka kendalikan (Reivich & Shatte, 2002). Selanjutnya resiliensi juga memberikan dampak efikasi diri yang tinggi untuk mengambil tindakan, memiliki relasi positif sehingga dapat memanfaatkan relasi tersebut, dan melihat tantangan hidup menjadi peluang bagi diri mereka sendiri (Reivich & Shatte, 2002). Seorang individu dengan resiliensi yang lebih tinggi mengalami lebih sedikit gejala depresi dan kecemasan. Hal-hal yang perlu diantisipasi

dan dukungan yang mungkin dibutuhkan seorang individu mulai dari promosi kesehatan mental, pencegahan masalah kesehatan mental, hingga perawatan spesialis psikiatri (Ramadianto dkk., 2022) Dampak mahasiswa yang memiliki resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit dan bertahan dalam kondisi yang sulit (Sari dkk., 2020).

Menurut Kumpfer (1999) ada beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi antara lain: persepsi selektif, penyusunan ulang kognitif, perencanaan dan mimpi, identifikasi dan keterikatan dengan orang-orang prososial, modifikasi lingkungan aktif, dan coping aktif. Kemudian dikemukakan oleh Holaday dan Phearson (1997), mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yakni *psychological resources*, *social support* dan *cognitive skills*.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Hirmaningsih (2016), menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara coping dengan resiliensi, hal ini ditunjukkan dengan semakin baik strategi coping maka resiliensinya juga akan semakin membaik. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengembangkan kompetensi adaptif dan keterampilan coping meski dipaparkan pada situasi sulit (Solikhin, dkk., 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shaputra dan Abdurrohman (2022) strategi coping mempunyai dampak signifikan untuk mengembangkan resiliensi mahasiswa.

Strategi coping menurut (Maryam, 2017) adalah usaha untuk mengontrol dan

mengurangi atau mentoleransi sebuah gangguan yang mengakibatkan stres. Menurut Lazarus & Folkman, (1984) strategi coping mengacu pada upaya kognitif dan perilaku individu dalam mengelola hubungan antara individu dengan lingkungan yang problematis. Coping adalah proses melaksanakan sebuah respon-respon yang mengintervensi (Carver dkk., 1989) Strategi coping adalah sebuah upaya individu dalam mencoba untuk mengelola disparitas yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang mereka nilai dalam situasi stres (Sianipar & Pratama, 2024). Strategi coping memiliki 2 aspek yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* (Lazarus & Folkman, 1984). Menurut Kumpfer (1999) ada beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi antara lain: persepsi selektif, penyusunan ulang kognitif, perencanaan dan mimpi, identifikasi dan keterikatan dengan orang-orang prososial, modifikasi lingkungan aktif, dan coping aktif. Kemudian dikemukakan oleh Holaday dan Phearson (1997), mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yakni *psychological resources*, *social support* dan *cognitive skills*.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Hirmaningsih (2016), menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara coping dengan resiliensi, hal ini ditunjukkan dengan semakin baik strategi coping maka resiliensinya juga akan semakin membaik. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengembangkan kompetensi adaptif

dan keterampilan coping meski dipaparkan pada situasi sulit (Solikhin, dkk., 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shaputra dan Abdurrohman (2022) strategi koping mempunyai dampak signifikan untuk mengembangkan resiliensi mahasiswa.

Strategi koping menurut (Maryam, 2017) adalah usaha untuk mengontrol dan mengurangi atau mentoleransi sebuah gangguan yang mengakibatkan stres. Menurut Lazarus & Folkman, (1984) strategi koping mengacu pada upaya kognitif dan perilaku individu dalam mengelola hubungan antara individu dengan lingkungan yang problematis. Coping adalah proses melaksanakan sebuah respon-respon yang mengintervensi (Carver dkk., 1989) Strategi koping adalah sebuah upaya individu dalam mencoba untuk mengelola disparitas yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang mereka nilai dalam situasi stres (Sianipar & Pratama, 2024). Strategi koping memiliki 2 aspek yaitu problem-focused coping dan emotion-focused coping (Lazarus & Folkman, 1984).

## **METODE**

Pada bagian ini berisi metode, jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, pengukuran variabel. Dibuat dalam bentuk paragraf mengalir dan tidak dibuat numbering. Simbol-simbol statistik menggunakan simbol-simbol dan istilah standar misalnya t-test bukan t-hitung.

Menurut analisis korelasi product moment dari Karl Pearson yakni metode yang sesuai guna menguji hubungan antara dua variabel (Sugiyono, 2017). Namun, apabila ditemukan data bahwa tidak ditemukan distribusi dengan normal akan menggunakan Spearman's rho (Santoso, 2010). Berdasarkan hal tersebut peneliti menggunakan analisis ini untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara strategi koping terhadap resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Analisis data ini dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi statistika berupa SPSS 27. Subjek penelitian merupakan suatu atribut nilai dari individu atau kegiatan yang mempunyai variabel-variabel tertentu untuk dipelajari (Soegiyono, 2013). Jumlah subjek dalam penelitian ini yaitu sebanyak 120 mahasiswa pengurus organisasi di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Pemilihan subjek menggunakan teknik Purposive Sampling yaitu pengambilan sampel dengan menggunakan beberapa pertimbangan tertentu sesuai dengan kriteria yang diinginkan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti (Sugiyono, 2018). Penelitian kuantitatif sebaiknya menggunakan lebih dari 30 sampel (Lee, 2000). Peneliti menggunakan 120 subjek yang dibutuhkan pada penelitian. Adapun kriteria subjek yang

akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif di Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Mahasiswa aktif adalah mahasiswa yang berkuliah di perguruan tinggi hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dwi Yanti dkk., 2024)

2. Mahasiswa Pengurus Organisasi kemahasiswaan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Mahasiswa pengurus organisasi adalah mahasiswa dan mahasiswi yang tergabung dan aktif menjadi pengurus organisasi di tataran perguruan tinggi, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nata dkk., 2024).

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Menurut Azwar (2021), skala adalah sebuah kumpulan pertanyaan mengenai respon untuk menyingkap ciri-ciri tertentu. Azwar (2021) menambahkan kelebihan dari skala adalah fakta bahwa data yang disimpulkan pada skala ini merupakan gambaran pada aspek-aspek kepribadian seseorang, kemudian aitem-aitem pada skala diterjemahkan menjadi indikator perilaku untuk mengetahui tanggapan tidak langsung. Azwar (2021), Kemudian skala hanya dirancang untuk mengungkapkan

sikap yang konkrit dari subjek terhadap permasalahan yang dialaminya. Berdasarkan apa yang dilakukan dan bagaimana perasaannya, subjek merespon atau mengungkap suatu pendapat (Azwar, 2021).

Skala yang dipergunakan oleh peneliti dalam penelitian ini yaitu skala likert. Menurut Sugiyono (2019), skala Likert adalah skala yang dipergunakan untuk menilai pendapat, sikap, serta persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial. Pada penelitian ini, skala likert memiliki empat alternatif jawaban dengan skor mulai dari 1 hingga 4, melalui beberapa pilihan jawaban diantaranya Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), serta Sangat Tidak Sesuai (STS). Tanggapan alternatif diusulkan untuk menunjukkan bahwa subjek tidak netral atau tanpa pendapat.

Aitem dalam penelitian ini diberi skor 1 hingga 4 pada skala favorable dan unfavorable. Aitem pendukung atribut yang diukur disebut sebagai aitem yang favorable, sedangkan aitem bukan pendukung atribut yang diukur disebut sebagai aitem yang unfavorable (Azwar, 2021). Untuk skor aitem favourable; pernyataan Sangat Sesuai (SS) mendapatkan skor 4, Pernyataan Sesuai (S) mendapatkan skor 3, pernyataan Tidak Sesuai (TS) mendapatkan skor 2, dan pertanyaan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapatkan skor 1. Sedangkan untuk skor

item unfavourable pernyataan Sangat Sesuai (SS) mendapatkan skor 1, Pernyataan Sesuai (S) mendapatkan skor 2, pernyataan Tidak Sesuai (TS) mendapatkan skor 3, dan pertanyaan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapatkan skor 4.

Skala yang peneliti gunakan pada penelitian ini merupakan skala strategi koping dan resiliensi:

1. Skala Resiliensi

Skala Resiliensi yang digunakan peneliti menggunakan skala yang disusun oleh Hanan (2024). Adapun aspek-aspek resiliensi sebagai berikut:

a. Reflects the notion of personal competence, high standards, and tenacity

Individu yang memiliki resiliensi yang baik mampu memiliki standar yang tinggi dengan melihat kompetensi dan keuletan diri sendiri.

b. Corresponds to trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress.

Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik mempunyai kemampuan untuk percaya terhadap firasat dan tolerir kepada hal baik dan buruk.

c. Relates to the positive acceptance of change, and secure relationships

Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik memiliki kemampuan untuk dapat menerima situasi

apapun secara positif dan mampu menjaga hubungan dengan orang lain.

d. Was related to control

Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya dan meminta bantuan apabila sedang dalam masalah.

e. To spiritual influences

Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik memiliki kemampuan untuk percaya kepada Tuhan dan percaya kepada takdir.

Skala resiliensi ini memiliki 17 item pernyataan favourable dan pernyataan unfavourable. Untuk skor item favourable; pernyataan Sangat Setuju (SS) mendapatkan skor 4, Pernyataan Setuju (S) mendapatkan skor 3, pernyataan Tidak Setuju (TS) mendapatkan skor 2, dan pertanyaan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapatkan skor 1. Sedangkan untuk skor item unfavourable pernyataan Sangat Setuju (SS) mendapatkan skor 1, Pernyataan Setuju (S) mendapatkan skor 2, pernyataan Tidak Setuju (TS) mendapatkan skor 3, dan pertanyaan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapatkan skor 4.

Skala dalam penelitian ini yaitu resileinsi yang peneliti ada dari skala resiliensi yang disusun oleh Hanan (2024). Proses pertama meminta perizinan secara langsung kepada peneliti sebelumnya untuk menggunakan skala, melalui aplikasi whatsapp. Peneliti sebelumnya telah

melakukan uji coba pada kepada 92 karyawan, hasil uji coba pada skala resiliensi menunjukkan bahwa dari 25 aitem terdapat 17 aitem dinyatakan valid. Peneliti menggunakan skala strategi koping yang disusun oleh Fahlika (2024) dan sudah mendapatkan izin adaptasi dari penelitian sebelumnya. Adapun berdasarkan aspek-aspek strategi koping, yaitu:

Skala strategi koping ini terdapat 37 aitem pernyataan favourable dan pernyataan unfavourable. Untuk skor aitem favourable; pernyataan Sangat Setuju (SS) mendapatkan skor 4, Pernyataan Setuju (S) mendapatkan skor 3, pernyataan Tidak Setuju (TS) mendapatkan skor 2, dan pertanyaan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapatkan skor 1. Sedangkan untuk skor aitem unfavourable pernyataan Sangat Setuju (SS) mendapatkan skor 1, Pernyataan Setuju (S) mendapatkan skor 2, pernyataan Tidak Setuju (TS) mendapatkan skor 3, dan pertanyaan Sangat Tidak Setuju (STS) mendapatkan skor 4. dan pertanyaan Sangat Tidak Sesuai (STS) mendapatkan skor 4.

a. Problem focused coping

Upaya untuk merampungkan permasalahan pada titik permasalahan. Seseorang akan selesai dalam permasalahan jika dirinya mempelajari cara atau kebiasaan baru. Ada beberapa indikator yang patut untuk diperhatikan sebagai berikut:

1). Planful Problem Solving

Planful problem solving adalah tindakan yang bertujuan untuk mengubah kondisi dengan diikuti pendekatan analitis yang menyelesaikan masalah.

2). Confrontative Coping

Confrontative coping adalah respon tindakan guna mengubah situasi yang dapat menggambarkan tingkat resiko yang harus diambil.

3). Seeking Social Support

Seeking social support adalah respon tindakan dengan mencari dukungan dari pihak luar baik profesional maupun lingkungan terdekat dengan berupa penyampaian informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.

b. Emotional focused coping

Upaya untuk merampungkan masalah pada emosi yang menjadi pusatnya, dimana dalam hal ini emosi adalah respon tubuh terhadap stres yang datang. Tindakan ini mengatasi emosi agar teratur namun tidak mengatasi sumber masalah. Beberapa indikator yang dapat mempengaruhi sebagai berikut:

1). Avoidance

Avoidance adalah upaya individu untuk menghindari dari masalah yang dihadapi.

2). Self Control

Self control adalah upaya individu untuk melakukan regulasi emosi agar dapat mengontrol diri.

3). Positive Reappraisal

Positive reappraisal adalah tindakan individu dengan menciptakan makna-makna positif yang bertujuan untuk mengembangkan diri sendiri dengan melibatkan individu hal yang religius.

4). Distancing

Distancing adalah upaya individu dalam menjaga jarak dari orang lain agar tidak terbelenggu oleh permasalahan.

5). Acceptance Responsibility

Acceptance responsibility adalah tindakan dengan memunculkan kesadaran diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi dan berusaha untuk membuat segala hal berjalan dengan semestinya.

Skala dalam penelitian ini yaitu strategi koping yang peneliti adaptasi dari skala strategi koping yang disusun oleh Fahlika (2024). Proses pertama dalam meminta perizinan secara langsung kepada peneliti sebelumnya untuk menggunakan skala, melalui google email. Peneliti sebelumnya telah melakukan uji coba pada kepada 60 residen penyalahgunaan narkoba, hasil uji coba pada skala strategi koping menunjukkan bahwa dari 32 aitem terdapat 27 aitem dinyatakan valid.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan deskripsi data subjek yang sesuai dengan kriteria data penelitian terdapat 120 subjek (100%) dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 51 subjek (42,5%) dan perempuan sebanyak 69 (57,5%). Subjek dengan kriteria usia 18-25 tahun, didapati hasil bahwa usia 18 tahun sejumlah 4 mahasiswa pengurus organisasi (3,3%), 19 tahun sejumlah 7 mahasiswa pengurus organisasi (5,8%), 20 tahun sejumlah 27 mahasiswa pengurus organisasi (22,5%), 21 tahun sejumlah 48 mahasiswa pengurus organisasi (40%), 22 tahun sejumlah 24 mahasiswa pengurus organisasi (20%), 23 tahun sejumlah 5 mahasiswa pengurus organisasi (4,2%), 24 tahun sejumlah 3 mahasiswa pengurus organisasi (2,5%), dan 25 tahun sejumlah 2 mahasiswa pengurus organisasi (1,7%). Mahasiswa pengurus organisasi terbagi kedalam 4 kategori. Kategori mahasiswa pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi S1 sejumlah 39 subjek (32,5%). Kategori mahasiswa pengurus Badan Esekutif Mahasiswa Fakultas sejumlah 34 subjek (28,3%). Kategori mahasiswa pengurus Badan Esekutif Mahasiswa Universitas sejumlah 21 subjek (17,5%). Kategori mahasiswa pengurus Unit Kegiatan Mahasiswa UMBY sejumlah 26 subjek (21,7%). Subjek dengan kriteria menjabat sebagai ketua di organisasi sejumlah 8 mahasiswa (6,7%), subjek dengan kriteria menjabat sebagai sekretaris di organisasi sejumlah 21 mahasiswa (17,5%), subjek

dengan kriteria menjabat sebagai bendahara di organisasi sejumlah 28 mahasiswa (23,3%), dan subjek dengan kriteria menjabat sebagai anggota fungsionaris di organisasi sejumlah 63 mahasiswa (23,3%). Subjek dengan kriteria lama berada di organisasi selama 1 tahun sejumlah 41 mahasiswa pengurus organisasi (34,2%), lama berada di organisasi selama 2 tahun sejumlah 62 mahasiswa pengurus organisasi (51,7%), dan lama berada di organisasi selama 3 tahun sejumlah 17 mahasiswa pengurus organisasi (14,2%).

Table 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	ilai K-S-Z	ig (p)	Keterangan
Strategi Koping	0.078	0.001	Tidak Normal
Resiliensi	0.230	0.073	Normal

Berdasarkan tabel 1 diketahui hasil uji normalitas strategi koping menunjukkan nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov sebesar  $0.078 > 0,05$  dan resiliensi sebesar  $0.023 < 0,05$ . Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data penelitian terdistribusi normal. Selanjutnya, dilakukan uji linearitas dengan hasil seperti di bawah ini.

Table 2. Uji Linearitas

	F	Sig.	Ket
Linearity			
Strategi Koping Resiliensi	37.617	0.001	Linear

Berdasarkan tabel 2 diketahui hasil uji linearitas diperoleh nilai signifikansi linearity

sebesar 0.000 ( $p < 0,05$ );  $F=37.617$ , lalu nilai signifikansi deviation from linearity sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ );  $F=37.617$ . Maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini memiliki hubungan yang linear. Dengan hasil ini, maka analisis lanjutan untuk melihat hubungan antar variabel.

Table 3. Hasil Uji Korelasi

Variabel	R	R <sup>2</sup>	Sig.	Ket
Strategi Koping Resiliensi	.465	0,216	0,000	Ada hubungan positif

Berdasarkan hasil analisis product moment (pearson correlation) diperoleh korelasi ( $r_{xy}$ )= 0.465 dengan nilai signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.001$ ) dalam kategori sedang berarti ada hubungan positif antara strategi koping dengan resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Semakin tinggi strategi koping maka semakin tinggi resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Sebaliknya, semakin rendah strategi koping maka semakin rendah juga tingkat resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Kemudian, hasil dari koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0.216, artinya hubungan dari strategi koping dengan resiliensi 21,6% dan 78.4% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Selanjutnya, dianalisis pula terkait kategorisasi data penelitian untuk melihat posisi subjek dalam kelompok. Kategorisasi subjek dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4. Kategorisasi Data

Kategorisasi	Strategi Koping		Resiliensi	
	F	%	F	%
Rendah	0	0%	0	0%
Sedang	14	30,8%	120	100%

Tinggi	106	69,2%	0	0%
--------	-----	-------	---	----

Berdasarkan hasil kategorisasi skala strategi koping yang dilakukan menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebesar 106 subjek (69.2%). Kategori sedang subjek (30.8%) dan kategori rendah sebesar 0 subjek (0%). Berdasarkan hasil kategorisasi skala resiliensi yang dilakukan menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi 0 subjek (0%) kategori sedang 120 subjek (100%), dan kategori rendah sebesar 0 subejek (0%).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan strategi koping dengan resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Berdasarkan deskripsi data subjek yang sesuai dengan kriteria data penelitian terdapat 120 subjek (100%) dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 51 subjek (42,5%) dan perempuan sebanyak 69 (57,5%). Subjek dengan kriteria usia 18-25 tahun, didapati hasil bahwa usia 18 tahun sejumlah 4 mahasiswa pengurus organisasi (3,3%), 19 tahun sejumlah 7 mahasiswa pengurus organisasi (5,8%), 20 tahun sejumlah 27 mahasiswa pengurus organisasi (22,5%), 21 tahun sejumlah 48 mahasiswa pengurus organisasi (40%), 22 tahun sejumlah 24 mahasiswa pengurus organisasi (20%), 23 tahun sejumlah 5 mahasiswa pengurus organisasi (4,2%), 24 tahun sejumlah 3 mahasiswa pengurus organisasi (2,5%), dan 25 tahun sejumlah 2 mahasiswa pengurus organisasi (1,7%).

Mahasiswa pengurus organisasi terbagi kedalam 4 kategori. Kategori mahasiswa pengurus Himpunan Mahasiswa Program Studi S1 sejumlah 39 subjek (32,5%). Kategori mahasiswa pengurus Badan Esekutif Mahasiswa Fakultas sejumlah 34 subjek (28,3%). Kategori mahasiswa pengurus Badan Esekutif Mahasiswa Universitas sejumlah 21 subjek (17,5%).

Kategori mahasiswa pengurus Unit Kegiatan Mahasiswa UMBY sejumlah 26 subjek (21,7%). Subjek dengan kriteria menjabat sebagai ketua di organisasi sejumlah 8 mahasiswa (6,7%), subjek dengan kriteria menjabat sebagai sekretaris di organisasi sejumlah 21 mahasiswa (17,5%), subjek dengan kriteria menjabat sebagai bendahara di organisasi sejumlah 28 mahasiswa (23,3%), dan subjek dengan kriteria menjabat sebagai anggota fungsionaris di organisasi sejumlah 63 mahasiswa (23,3%). Subjek dengan kriteria lama berada di organisasi selama 1 tahun sejumlah 41 mahasiswa pengurus organisasi (34,2%), lama berada di organisasi selama 2 tahun sejumlah 62 mahasiswa pengurus organisasi (51,7%), dan lama berada di organisasi selama 3 tahun sejumlah 17 mahasiswa pengurus organisasi (14,2%).

Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment atau pearson correlation diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = 0.465 dengan nilai signifikansi  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ) yang artinya ada hubungan positif antara strategi koping dengan resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Semakin tinggi strategi koping maka semakin tinggi resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Sebaliknya, semakin rendah strategi koping maka semakin rendah juga tingkat resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Maka hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Berdasarkan hasil hipotesis yang telah dilakukan, didapatkan koefesian korelasi sebesar 0.465 yang menunjukkan bahwa hubungan korelasi antar dua variabel cukup sabar. Oleh karena itu strategi koping berpengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa yang diakibatkan oleh manajemen waktu yang tidak dimiliki dengan baik oleh mahasiswa pengurus organisasi dan beban-beban akademik yang berat untuk itu diperlukan kontrol diri yang baik agar mahasiswa dapat

memilih strategi koping yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Solikhin, dkk., (2024), bahwa strategi koping yang baik sangat berdampak secara signifikan bagi mahasiswa pengurus organisasi dikarenakan perlunya bantuan bagi mahasiswa untuk tetap stabil ketika menghadapi permasalahan di dunia perkuliahan. Menurut Lazarus & Folkman (1984), aspek pertama dari strategi koping adalah problem focused coping yang berkaitan erat dengan resiliensi. Selanjutnya penelitian terbaru yang dilakukan oleh Adra dan Soektikno (2022) memaparkan bahwa problem focused coping yang dimiliki oleh individu akan berdampak terhadap resiliensi, seperti peningkatan problem focused coping akan berkesinambungan dengan peningkatan resiliensi selanjutnya penurunan problem focused coping juga akan berdampak pada penurunan resiliensi. Sehingga Problem focused coping yang berfokus pada masalah akan membantu individu untuk percaya bahwa mereka akan mengalami ketahanan diri yang baik atau disebut dengan resiliensi. (Zahrani dkk., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Semaraputri dan Rustika (2018) yang menyebutkan bahwa problem focused coping memiliki peran yang signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa yang menjadi pengurus organisasi kemahasiswaan di Universitas atau perguruan tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa problem focused coping berkaitan dengan resiliensi dikarenakan bagi mahasiswa pengurus organisasi yang ingin tetap stabil dalam kondisi apapun perlu menyelesaikan akar permasalahan mereka.

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Fatirahma dkk., 2025) aspek kedua dari strategi koping adalah emotional focused coping yang berkaitan erat dengan resiliensi. Hal ini dikarenakan bahwa individu menggunakan emotional focused coping hanya saat berada pada kondisi diluar

kehendaknya, dimana tidak ada yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah yang begitu menekan dirinya (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Selanjutnya menurut Wachs (2006) bahwa mekanisme koping yang digunakan oleh setiap manusia atau individu dapat mempengaruhi hubungan antara resiliensi dengan strategi problem focused coping dan emotional-focused coping. Hal ini sejalan pengertian dari strategi koping sebagai usaha individu guna mengatasi masalah dan menangani emosi yang negatif (Lazarus & Folkman, 1984). Sehingga mahasiswa pengurus organisasi yang dihadapkan dengan problematika dan dituntut untuk mengembangkan diri di organisasi dapat mempunyai resiliensi yang baik ketika mereka menerapkan metode-metode strategi koping yang efektif (Suartini & Wulanyani, 2023).

Berdasarkan data demografi kelompok usia yang dipaparkan oleh Santrock (2012) bahwa usia 18 tahun – 25 tahun termasuk dalam kategori masa dewasa awal. Pada dewasa awal ini pastinya memiliki tugas dan tanggung jawab yang berat sehingga untuk melanjutkan kehidupan tidak terlepas dari strategi koping dan resiliensi guna menunjang hal-hal yang ingin dicapai (Wangge & Sarwono, 2024). Sering kali ditandai dengan transisi penting dalam kehidupan seseorang termasuk menjadi seorang mahasiswa pengurus organisasi (Rahim dkk., 2022). Usia-usia mahasiswa pengurus organisasi berada pada rentang dewasa awal yang mengakibatkan mereka mengalami problematika kehidupan. (Sawiji dkk., 2022)

Berdasarkan data demografi jenis kelamin, didapatkan hasil penelitian untuk mahasiswi pengurus organisasi berjumlah 69 orang (57,5%) memiliki persentase lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa pengurus organisasi sejumlah 51 orang (42,5%). Hal tersebut sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Dianita dan Budiarto (2024) dan didapatkan hasil penelitian bahwa strategi koping pada mahasiswi sebanyak 92 responden (74,2%) dan laki – laki sebanyak 32 responden (25,8%), sehingga, dapat dikatakan bahwa mahasiswa berjenis kelamin perempuan lebih banyak melakukan mekanisme coping di bandingkan dengan mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki. Maka dapat disimpulkan bahwa perempuan dapat mengantarkan permasalahan yang mereka miliki melalui strategi koping sehingga mereka memiliki ketahanan diri yang baik atau disebut dengan resiliensi daripada laki-laki.

Berdasarkan data demografi jabatan di organisasi yakni ketua organisasi, sekretaris organisasi, bendahara organisasi, dan terakhir anggota pengurus organisasi (Fibrianto, 2016). Adapun tugas ketua yaitu mengorkestrakan organisasi agar berjalan sesuai rencana organisasi, sekretaris memiliki tugas untuk mencatat segala dokumen dan administrasi, selanjutnya bendahara mengelola segala urusan mengenai keuangan organisasi, dan terakhir anggota pengurus organisasi mempunyai tugas untuk menjalankan fungsi kerja organisasi sesuai dengan bidang masing-masing. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Ulfah dan Shobakh (2024), umumnya mahasiswa pengurus organisasi punya tugas dan tanggung jawab terutama yang menjabat di organisasi sebagai ketua, sekretaris dan bendahara atau anggota pengurus.

Selanjutnya berdasarkan data demografi lamanya berada dalam sebuah organisasi yakni 1 tahun, 2 tahun, dan paling lama selama 3 tahun, masa periode jabatan organisasi dibagi menjadi dua kategori yaitu masa periode jabatan organisasi baru dan masa periode jabatan organisasi lama. Selanjutnya Isriyadi (dalam Ayuni & Khoirunnisa, 2021) berpendapat bahwa membagi masa kerja ke dalam dua kategori, yaitu kategori baru, dengan masa periode jabatan organisasi (kurang dari)  $\leq 3$  tahun dan kategori lama, dengan masa kerja (lebih dari)  $\geq 3$  tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayuni & Khoirunnisa (2021) dalam Pengelompokan masa periode jabatan didasarkan pada

lamanya masa periode jabatan ormawa, yaitu  $\leq 3$  tahun berada pada kelompok masa kerja baru, kemudian mulai dari 3 tahun dan selebihnya akan berada pada kelompok masa kerja lama.

Selanjutnya, berdasarkan kategorisasi strategi koping pada mahasiswa pengurus organisasi menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebesar 88.3% (106 subjek) dan kategori sedang sebesar 11,7% (14 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi. Subjek yang berada dalam kategori tinggi adalah subjek yang memiliki kemampuan untuk strategi koping yang baik sehingga dapat mengatasi permasalahan. Subjek yang berada dalam kategorisasi sedang adalah subjek yang kurang dapat mengatasi stres. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shaputra dan Abdurrohmim (2022) yang didapatkan hasil bahwa strategi koping yang baik yang dimiliki oleh mahasiswa dapat membantu dirinya untuk tetap bertahan terhadap konflik seperti resiliensi yang dapat berdampak pada mahasiswa pengurus organisasi.

Selanjutnya, berdasarkan hasil kategorisasi resiliensi didapatkan hasil subjek yang berada dalam kategori sedang sebesar 100% (120 subjek). Sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh subjek berada dalam kategorisasi sedang. Subjek yang berada dalam kategorisasi sedang adalah mahasiswa pengurus organisasi yang belum mampu untuk bertahan dan bangkit kembali setelah mengalami permasalahan atau sering disebut dengan resiliensi. Melalui hasil penelitian ini diketahui bahwa strategi koping dapat menjadi variabel prediktor yang penting dalam upaya membantu terjadinya resiliensi dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan mahasiswa pengurus organisasi untuk bertahan dalam permasalahan atau sering disebut resiliensi. Hasil penelitian ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Maharani et al. (2024) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan strategi koping yang tinggi cenderung dapat melakukan resiliensi dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara strategi koping dengan resiliensi pada

mahasiswa pengurus organisasi. Semakin tinggi strategi koping maka akan semakin tinggi resiliensi mahasiswa pengurus organisasi. Sebaliknya, semakin rendah strategi koping maka akan semakin rendah resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan adanya hubungan positif antara strategi koping dengan resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi strategi koping yang dimiliki oleh mahasiswa maka akan semakin tinggi resiliensinya. Sebaliknya semakin rendah strategi koping yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah resiliensinya. Kemudian pentingnya strategi koping melalui aspek problem focused coping untuk membangun resiliensi pada mahasiswa pengurus organisasi hal ini disebabkan problem-focused coping merujuk pada pendekatan yang berfokus untuk mengatasi permasalahan secara langsung daripada menghindarinya. Selanjutnya, pentingnya strategi koping melalui aspek emotional focused coping yang sangat berperan dimana mahasiswa pengurus organisasi dapat merampungkan permasalahan yang ditimbulkan oleh emosi sehingga mampu mempunyai ketahanan diri terhadap badai permasalahan di hidupnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Adra, K. S. & Soetikno, Soetikno. (2024). *Hubungan Problem Focused Coping dengan Resiliensi Pada Warga Binaan*

- Remaja Kasus Narkotika Di Lembaga Permasayarakatan. Jurnal Psikologi Konseling*, 17(2).  
<https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.66029>
- Aisiah, A., & Firza, F. (2019). *Kendala yang Dihadapi Mahasiswa Jurusan Sejarah dalam Menulis Proposal Skripsi. Diakronika*, 18(2), 90.  
<https://doi.org/10.24036/diakronika/vol18-iss2/70>
- Alfa Wijianti, D. K., & Purwaningtyas, F. D. (2021). *Coping Stres, Resiliensi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. PSIKOWIPA (Psikologi Wijaya Putra)*, 1(2), 11–17.  
<https://doi.org/10.38156/psikowipa.v1i2.35>
- Amelia, D., Elita, V., & Utomo, W. (2022). *Gambaran Resiliensi Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Masa Pandemi Covid-19. JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(2), 100–108.  
<https://doi.org/10.57218/jkj.vol1.iss2.394>
- Aprilianti, S., Jayadi, A., & Minanton, M. (2023). *Strategi Coping Perawat Dalam Mengelola Dampak Psikologis Selama Pandemi COVID-19: Literature Review. Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 3(1), 16–22.  
<https://doi.org/10.59894/jpkk.v3i1.487>
- Arifudin, O. (2023). *Pendampingan Meningkatkan Kemampuan Mahasiswa Dalam Submit Jurnal Ilmiah Pada Open Journal System. Jurnal Bakti Tahsinia (JBT)*, 1(1), 50–58.
- Astuti, F. (2014). *Program Kelas Karyawan Ditinjau Dari Konsep. 143–152.*  
<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/9270/FetiAstuti.pdf?sequence=1>
- Ayu, D., Martha, E., Setyadi, D., Dharma, U. S., & Money, Y. (2024). *HUBUNGAN ANTARA EMOTIONAL FOCUSED COPING DENGAN PERILAKU KONSUMTIF PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI BIMBINGAN & KONSELING. 2*, 153–157.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.*
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi. Pustaka Pelajar*
- Azidin, Y., Rahmah, A., Zuraida, D., & Maulana, R. (2022). *Pelatihan*

- Kepemimpinan dan Manajemen Organisasi dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan. AMMA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(02), 82–87.  
<https://journal.mediapublikasi.id/index.php/amma/article/view/79>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (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>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). *Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.  
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cobb, E., Meixelsperger, J., & Seitz, K. (2015). *Di Luar Kelas: Membina Keterampilan Lunak dalam Organisasi LIS Pra-Profesional. Jurnal Administrasi Perpustakaan*, 55, 114 - 120.  
<https://doi.org/10.1080/01930826.2014.995550>
- Cooper, B., Wang, J., Bartram, T., & Cooke, F. L. (2019). *Well-being-oriented human resource management practices and employee performance in the Chinese banking sector: The role of social climate and resilience. Human Resource Management*, 58(1), 85–97.  
<https://doi.org/10.1002/hrm.21934>
- Dhovier, I., & Maryam, E. W. (2024). *Resiliensi Mahasiswa yang Bekerja. Pubmedia Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1–10.  
<https://diksima.pubmedia.id/index.php/Psychology/article/view/40>
- Dianita, K. N., & Budiarmo, L. S. (2024). *UNIVERSITAS TARUMANAGARA JAKARTA ANGKATAN 2022*. 5(September), 6543–6548.
- Dwi Yanti, E., Tayan, A., & Samudra, M. L. (2024). *Pengaruh Konten Kreator Tiktok Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa FIKOMM Universitas Mercu Buana Yogyakarta Tahun 2023. JKOMDIS : Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 4(1), 123–128.  
<https://doi.org/10.47233/jkomdis.v4i1.1448>
- Dyah, R. K. (2021). *Strategi coping menghadapi pandemi Covid-19 pada populasi umum. Analitika Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(1), 2502–4590.  
<http://doi.org/10.31289/analitika.v13i1.496>
- Efendi, D., & Kusuma, E. A. (2021). *The Role of the Management Accounting System and Decision-Making Style on Managerial performance. Jurnal Keuangan dan Perbankan*, 25(1).  
<https://doi.org/10.26905/jkdp.v25i1.5330>
- Epifania M. Ladapase, & Anastasia Sona. (2023). *Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Universitas Nusa Nipa Indonesia Di Maumere. Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(2), 42–47.  
<https://doi.org/10.36805/empowerment.v2i2.664>
- Everall, R. D., Jessica Altrows, K., & Paulson, B. L. (2006). *Creating a future: A study of resilience in suicidal female adolescents. Journal of Counseling and Development*, 84(4), 461–470.  
<https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x>
- Fahlika, V. (2024). *HUBUNGAN STRATEGI COPING DENGAN INTENSI RELAPSE PADA RESIDEN PENYALAHGUNAAN NARKOBA DI BADAN NARKOTIKA NASIONAL PROVINSI SUMATERA UTARA*.
- Fatirahma, N. & Hendriani, W. (2025). *PERAN COPING STRESS ORANG TUA TUNGGAL YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. Jurnal Education and development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 13(1).
- Fibrianto, A. S. (2018). *Kesetaraan Gender Dalam Lingkup Organisasi Mahasiswa Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2016. Jurnal Analisa Sosiologi*, 5(1).  
<https://doi.org/10.20961/jas.v5i1.18422>
- Hanan, M. A. (2024). *KERJA PADA KARYAWAN RITEL GENERASI Z DI SURABAYA SKRIPSI PROGRAM STUDI PSIKOLOGI SI UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA*.

- Hanifah, H., Susanti, S., & Adji, A. S. (2020). Perilaku Dan Karakteristik Peserta Didik Berdasarkan Tujuan Pembelajaran. *Manazhim*, 2(1), 105–117. <https://doi.org/10.36088/manazhim.v2i1.638>
- Herd, H., & Ristianingsih, F. (2022). Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Ditinjau Berdasarkan Gelar Budaya. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 10(1), 30–40. <https://doi.org/10.21009/insight.101.05>
- Heriteluna, M.-. (2017). Membangun Nilai Kompetitif Perguruan Tinggi sebagai Organisasi Pembelajaran dalam Perspektif Tatanan Mikro, Makro dan Lingkungan Eksternal. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial*, 3(1), 36–49. <https://doi.org/10.23887/jiis.v3i1.11468>
- Holaday, M., & McPhearson, R. W. (1997). Resilience and severe burns. *Journal of Counseling and Development*, 75(5), 346–356. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1997.tb02350.x>
- Husna, F., Nurazizah, H., Aimah, U., Komalasari, S., & Hermina, C. (2022). Pengaruh Organisasi pada Resiliensi Mahasiswa dalam Pandangan Studi Literatur. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 2(2), 65–69.
- I. K. Sumadi. (2017). Universitas Udayana. Laporan Penelitian Hipertensi, 2(1102005092), 18.
- Irawan, T. M. I. A., Hamzah, R. M., & Mulyati, S. (2024). Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa Korban Bullying: Sebuah Kajian Sistematis. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 70. <https://doi.org/10.31602/jbkr.v10i1.14931>
- Klarer, M. (2020). *Theoretical approaches to literature. An Introduction to Literary Studies*, November 2015, 81–108. <https://doi.org/10.4324/9780203978412-11>
- Kosasih, K. (2017). Peranan Organisasi Kemahasiswaan Dalam Pengembangan Civic Skills Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 25(2), 188. <https://doi.org/10.17509/jpis.v25i2.6196>
- Kumpfer, K. L. (1999). The resilience framework. *Resilience and Development: Positive Life Adaptations*, 179–224.
- Lee, K. (2000). Science and the Scientific Approach. In *The Language and Approach of Science* (hal. 3–21).
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. *Stress appraisal and coping*. Newyork : Springer Publishing Company.Inc.
- Li, M. H., & Yang, Y. (2016). A Cross-Cultural Study on a Resilience–Stress Path Model for College Students. *Journal of Counseling and Development*, 94(3), 319–332. <https://doi.org/10.1002/jcad.12088>
- Maharani, N. A., Muntafi, M. S., & Anyar, G. (2024). PsychoNutrition Student Summit. 01(1), 22–33.
- Mahendika, D., & Sijabat, S. G. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial, Strategi Coping, Resiliensi, dan Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA di Kota Sukabumi. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 1(02), 76–89. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.261>
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101.
- Muhammad Abduh Farras Gibran Nasution, & Randa Putra Kasea Sinaga. (2023). Analisis Dinamika Organisasi Mahasiswa dalam Program Kampus Merdeka (Studi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara). *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 2(3), 321–329. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v2i3.2420>
- Mulyaningsih, N., Asbari, M., & Rahmawati, RS. (2023). Keterampilan Berpikir Kritis dan Pemecahan Masalah Mahasiswa. *Jurnal Sistem Informasi dan Manajemen (JISMA)*, 3 (1), 58–61. <https://doi.org/10.4444/jisma.v3i1.887>
- Nata, G. G. J., Lumintang, G. G., Sumarauw, J. S. B., Disiplin, A., Integritas, D. A. N., & Organisasi, P. (2024). UNIVERSITAS SAM RATULANGI MANADO ANALYSIS OF DISCIPLINE AND INTEGRITY OF THE ORGANIZATIONAL MANAGEMENT OF THE STUDENT ASSOCIATION OF

- THE DEPARTMENT OF MANAGEMENT, FACULTY OF ECONOMICS AND BUSINESS, SAM RATULANGI UNIVERSITY, MANADO  
*Jurnal EMBA Vol. 12. 12(3), 624–633.*
- Nelma, H. (2022). *Gambaran Strategi Coping pada Profesional Kesehatan Mental. Jp3Sdm, 11(1), 12–22.*  
<https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/940/842>
- Okki Setiya Wijaya, Santi Paramita, & Adi Nugroho Susanto Putro. (2023). *Produktivitas Organisasi Sekber PMVBI (Pemuda Buddhayana) Kabupaten Jepara Menurut Gaya Komunikasi Pemimpin. TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora, 1(3), 273–284.*  
<https://doi.org/10.47861/tuturan.v1i3.462>
- Paliyama, J. K., Susilowati, E., & Rahayuningsih, E. (2021). *Resiliensi Perempuan Dengan Kehamilan Tidak Diinginkan Di Kota Bandung. Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos), 3(02), 108–125.*  
<https://doi.org/10.31595/lindayasos.v3i0.2.450>
- Patunru, S., Madani, M., Manajemen, M., Muhammadiyah, U., Manajemen, M., Muhammadiyah, U., Manajemen, M., & Muhammadiyah, U. (2020). *Akademik Mahasiswa Program Studi Teknologi. Competitiveness, 9(2), 151–163.*
- Pratama, A. R., Rawati, M., Fajri, F., Oktaviany, K., & Messy, M. (2024). *Dinamika Organisasi Mahasiswa: Pengembangan, Komitmen, dan Transformasi di Zaman Modern. Jurnal Manajemen dan Budaya, 4(2), 28–38.*  
<https://doi.org/10.51700/manajemen.v4i2.627>
- Pratami, A., & Winarti, P. A. (2024). *Gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa yang mengikuti organisasi. Prosiding Seminar Psikologi Pendidikan ke-1 Asosiasi Psikologi Pendidikan Indonesia (APPI) Wilayah Jawa Barat, 1, 1–17.*
- Pratiwi, A. C., & Hirmaningsih. (2016). *Hubungan Coping dan Resiliensi pada Perempuan Kepala Rumah Tangga Miskin Relationship Between Coping and Resilience in Poor Women Heads of households. Jurnal Psikologi, 12(2), 68–73.*
- Pratiwi, S. A., & Yuliandri, B. S. (2022). *Anteseden Dan Hasil Dari Resiliensi. Motiva Jurnal Psikologi, 5(1), 8.*  
<https://doi.org/10.31293/mv.v5i1.5667>
- Putri, A. F. (2018). *Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. SCHOLID: Indonesian Journal of School Counseling, 3(2), 35.*  
<https://doi.org/10.23916/08430011>
- Putu, L., Diah, N., Sari, P., Ayu, G., & Fridari, D. (2024). *Hubungan kecerdasan emosional dan resiliensi pada remaja yang mengalami putus cinta di sma negeri 2 denpasar. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(2), 572–584.*  
<https://doi.org/10.5281/zenodo.10492623>
- Qurrotu, A., & Noviana, R. (2021). *Perbedaan Komitmen Organisasi Ditinjau Berdasarkan Masa Kerja pada Karyawan PERBEDAAN KOMITMEN ORGANISASI DITINJAU BERDASARKAN MASA KERJA PADA KARYAWAN Riza Noviana Khoirunnisa. 84–98.*
- Rahim, A., Putra, F., & Solina, W. (2022). *Ketercapaian Tugas Perkembangan Mahasiswa pada Masa Dewasa Awal di Universitas PGRI Sumatera Barat (Studi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018). Jurnal Wahana Konseling, 5 (1), 70–79.*  
<https://doi.org/10.31851/juang.v5i1.7962>
- Ramadianto, A. S., Kusumadewi, I., Agiananda, F., & Raharjanti, N. W. (2022). *Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: association with coping strategy and resilience. BMC Psychiatry, 22(1), 1–12.*  
<https://doi.org/10.1186/s12888-022-03745-1>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *Faktor ketahanan: 7 keterampilan penting untuk mengatasi rintangan hidup yang tak terelakkan. Broadway Books.*
- Rismawati, A. E., Handayani, N., & Purnamasari, V. (2024). *Jurnal Kesmas Prima Indonesia Pendidikan kesehatan strategi koping stres menggunakan media audio visual terhadap efikasi diri*

- mahasiswa keperawatan anesthesiologi. 8(2).
- Sabrina Dea Raharjo, & Widjanarko, M. (2023). Strategi Coping Pada Mahasiswa Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(4), 12–18.
- Santrock, J.W. (2007). *Perkembangan Anak. Jilid 1 Edisi kesebelas*. Jakarta : PT. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development. Edisi Ketigabelas*. Jakarta: PT. Erlangga.
- Sapardo, F. J. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping Stres Pada Mahasiswa Merantau yang Bekerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 217–224. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4776>
- Saputri, L., Aamalia Puspita, P., & Arisandy Eka Putra Sembiring, D. (2020). Pengaruh Organisasi Kemahasiswaan, Konflik Peran, Stres Organisasi Terhadap Pretasi Akademik Mahasiswa FKIP Universitas Jambi. *Indonesian Educational Administration and Leadership Journal (IDEAL)*, 02(2), 123–138.
- Sari, C. A. K., & Zaini, A. H. (2024). Peran Dukungan Sosial pada Penyesuaian Akademik Mahasiswa Baru dengan Resiliensi Akademik sebagai Mediator. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 64–78. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.23190>
- Sawiji, S., Putra, GA, & Agustin, IM (2022). Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12 (3), 615–622. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/195>
- Secades, X. G., Molinero, O., Salguero, A., Barquín, R. R., de la Vega, R., & Márquez, S. (2016). Relationship between resilience and coping strategies in competitive sport. *Perceptual and Motor Skills*, 122(1), 336–349. <https://doi.org/10.1177/0031512516631056>
- Semaraputri, S. A. K. T., & Rustika, I. M. (2018). Peran Problem Focused Coping dan Konsep Diri Terhadap Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(1), 35–47.
- Shaputra, A. W., & Abdurrohman. (2022). Hubungan antara strategi coping dengan resiliensi pada mahasiswa rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)* 7, 71–76.
- Sianipar, N., & Pratama, M. (2024). Hubungan Self Compassion Dengan Emotion-Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Kampus X Padang. *Edu Sociata (Jurnal Pendidikan Sosiologi)*, 7(1), 869–875. <https://doi.org/10.33627/es.v7i1.2312>
- Soegiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Suartini, N. M., & Wulanyani, N. M. S. (2023). Studi Korelasi Aktivitas Organisasi terhadap Resiliensi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 1(18).
- Sulistiyorini, M. A., & Sarajar, D. K. (2024). Problem Focused Coping dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir UKSW yang Menyusun Tugas Akhir. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(1989), 15927–15937.
- Sundari, E. (2024). Cendikia pendidikan. *Cendekia Pendidikan*, 4(4), 50–54.
- Syafriani, Y., & Ramadhani, S. (2023). Budaya Organisasi dan Dampak Organisasi terhadap Lembaga Pendidikan. *Masaliq*, 3(1), 77–85. <https://doi.org/10.58578/masaliq.v3i1.790>
- Syska purnama sari, Januar Eko Aryansah, & Kurnia Sari. (2020). Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 9(1), 18–19.
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analysis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54–65. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>

- Solikhin, VA, Musa, P., Nurwati, RN, Senjaya, AF, Sari, VN, Anjelia, B., ... Aditya, R. (2024). Strategi Koping : Upaya Resiliensi Ibu Anak Disabilitas di SLB Dharma Asih Pontianak. *SOSIO EDUKASI Jurnal Studi Masyarakat Dan Pendidikan*, 8 (1), 34–44. <https://doi.org/10.29408/sosedu.v8i1.26925>
- Wachs, T. D. (2006). Contributions of temperament to buffering and sensitization processes in children's development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 28–39. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.004>
- Wangge, M. L., & Sarwono, R. B., (2024). RESILIENSI INDIVIDU DEWASA AWAL PASCA PUTUS CINTA (STUDI FENOMENOLOGI PADA MAHASISWA YANG TERLEPAS DARI TOXIC RELATIONSHIP). *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 2 (2), 106–116. <https://doi.org/10.3287/liberosis.v2i2.2620>
- Wolin, S., & Wolin, S. (1995). Resilience among youth growing up in substance-abuse families. *Pediatric Clinics of North America*, 42(2), 415–429. [https://doi.org/10.1016/S0031-3955\(16\)38955-6](https://doi.org/10.1016/S0031-3955(16)38955-6)
- Wulansari, A., Munawaro, S., Ibrahim, M., Papia, J. N. T., Syafruddin, & Alfinansari, A. (2023). Strategi Penguatan Pendidikan Karakter Pada Perguruan Tinggi. *Journal on Education*, 06(01), 3769–3781.
- Yuhanita, N. N., & Indiati, I. (2021). Tingkat Resiliensi Orang Tua dalam Mendampingi Anak Sekolah dari Rumah pada Masa Pandemi. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5336–5341. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1583>
- Zahrani, FT, Aini, S., Firjatullah, CT, Faizah, FSA, & Islaha, S. (2024). Kebangkitan Remaja Penyintas Gempa Cianjur: Peran Mekanisme Coping dan Ketahanan. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 15 (03), 247–255. <https://doi.org/10.26740/jpvt.v15n03.p247-255>
- Zidni Immawan Muslimin. (2021). Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi . *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 115–131.
- Albert, C., & Garcí'a-Serrano, C. (2010). Cleaning the slate? School choice and educational outcomes in Spain. *High Educ*, 559–582. <http://doi.org/10.1007/s10734-010-9315-9>