

Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi: Apakah Terkait dengan Efikasi Diri Akademik?

Belga Grace El Roy ¹, Christiana Hari Soetjiningsih ²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

Email: ¹ belgagrace736@gmail.com, ² soetji_25@yahoo.co.id

Artikel Info	ABSTRACT
<p>Riwayat Artikel: Penyerahan 19/09/2022 Revisi 28/09/2022 Diterima 31/10/2022</p> <hr/> <p>Keyword: Academic Self Efficacy; Problem Focused Coping; Student; Thesis.</p>	<p><i>The purpose of this study was to determine the relationship between academic self-efficacy and coping with stress, which focused on the problem of students working on their thesis. This research is quantitative research with a correlational design. Participants accepted 52 students who are working on a thesis at the SWCU Psychology Faculty. Data analysis using Pearson's product-moment correlation technique shows a value of $r = 0.831$ and a significance value of 0.000 ($p \leq 0.05$), which means that there is a positive relationship between academic self-efficacy and problem-focused coping in students who are working on their thesis. The higher the academic self-efficacy of students who are working on their thesis, the higher/better the problem-focused coping, and vice versa</i></p>

ABSTRAK	Kata Kunci
<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara <i>academic self-efficacy</i> dengan <i>coping stress</i> yang berfokus pada masalah (<i>Problem Focused Coping</i>) pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 52. mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi UKSW. Analisis data dengan teknik korelasi <i>product moment</i> dari Pearson menunjukkan nilai $r = 0,831$ dan nilai signifikansi sebesar $0,000$ ($p \leq 0,05$). Hasil hipotesis menunjukkan terdapat hubungan positif antara <i>Academic self-efficacy</i> dengan <i>problem focused coping</i> pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sehingga makin tinggi <i>self-efficacy</i> akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi maka makin tinggi/baik <i>problem focused coping</i> nya, dan sebaliknya.</p>	<p>Academic Self Efficacy; Problem Focused Coping; Mahasiswa; Skripsi</p>

Copyright (c) Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi

Korespondensi:

Belga Grace El Roy

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

Email: belgagrace736@gmail.com



LATAR BELAKANG

Kesibukan utama mahasiswa tingkat akhir adalah mengerjakan skripsi. Menurut Rosanty (2014) skripsi merupakan tugas akhir yang wajib disusun oleh setiap mahasiswa sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana di dalam lingkungan akademis. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa pada masa akhir studinya berdasarkan pada hasil penelitian, kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah dan memakan cukup banyak waktu, proses yang rumit, tenaga, waktu dan biaya yang dikeluarkan juga cukup banyak (Permatasari, Arifin, & Padilah, 2020).

Skripsi merupakan tugas akhir yang harus diselesaikan seorang mahasiswa sesuai bidang yang diminatinya dan kewajiban mahasiswa untuk mengerjakan sesuai dengan ilmu-ilmu yang didapat selama berkuliah (Panggali, Marisa, & Purnomo, 2017). Mahasiswa dapat merasa tertekan karena harus mengerjakan skripsi dengan terstruktur dan sesuai dengan pedoman, sesuai dengan tata tulis skripsi, dan literatur atau referensi sumber yang digunakan juga penulisan daftar pustaka dengan baik dan benar (Sujono, 2014). Adapun kendala yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi menurut Slameto (2003) adalah mahasiswa yang kesulitan mencari judul skripsi, kesulitan mencari sumber bacaan dan literatur, dana yang terbatas, dan kecemasan yang dirasakan dalam menghadapi dosen pembimbing.

Selain itu lulus tepat waktu dan memiliki gelar adalah harapan orang tua yang menjadi tuntutan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi namun perkuliahan daring selama masa pandemi berpengaruh pada proses konsultasi skripsi tidak bisa dilakukan secara langsung tetapi secara daring atau tertulis via email yang bisa membuat penyelesaian skripsi terhambat dan tidak dapat lulus tepat waktu. Dengan adanya berbagai kendala dan tuntutan tersebut dapat membuat mahasiswa merasakan adanya tekanan pada dirinya dan menjadi stress.

Menurut Folkman dan Lazarus (1984) suatu kondisi atau keadaan yang membebani tersebut dinamakan *stress*. Weinberg dan Gould (2003) menyatakan bahwa *stress* muncul karena adanya hal yang tidak seimbang antara tuntutan baik secara fisik maupun psikis dengan kemampuan yang dimiliki individu untuk memenuhinya. Menurut Sarafino (1994) *stress* merupakan tekanan yang berasal dari luar dan dari dalam individu dan memiliki pengaruh terhadap kehidupan individu.

Mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana angkatan 2018 saat ini sedang mengerjakan skripsi yang menjadi kesibukan utama mahasiswa tingkat akhir. Hasil wawancara yang dilakukan penulis kepada sepuluh mahasiswa, menunjukkan bahwa lima mahasiswa diantaranya memiliki rasa takut saat mendengar kata skripsi dan tiga mahasiswa juga merasa takut, cemas, tegang, dan khawatir apakah dirinya dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu atau tidak bahkan tidak suka ditanya untuk perkembangan skripsinya. Dua mahasiswa lainnya menyatakan dirinya merasa takut dan bingung untuk memulai menulis skripsi, dan juga salah satu mahasiswa sempat menangis saat mengerjakan skripsi. Namun dari sepuluh mahasiswa, mahasiswa yang merasa takut, cemas, tegang, dan khawatir tetap menghadapi dan menyelesaikan skripsi, mahasiswa juga tetap mengerjakan skripsinya.

Dengan segala tuntutan yang dialami, mahasiswa tetap mampu menghadapi tekanan yang ada. Hal ini disebut dengan *coping stress* yang berfokus pada masalah atau *Problem Focused Coping*. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *Problem Focused Coping (PFC)* adalah strategi coping untuk mengurangi tekanan yang berasal dari tuntutan yang sedang dialami seseorang dan membuat seseorang menjadi lebih mampu dalam menghadapi suatu kondisi yang menekan. Dalam hal ini seorang mahasiswa akan mengerjakan skripsinya dalam kondisi apapun. *Problem-focused coping* sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, seperti melakukan tawar-menawar saat membeli suatu barang, atau belajar untuk meningkatkan

keterampilan seperti misalnya mengikuti keterampilan berbahasa asing, menjahit, dan pelatihan komputer, dengan kata lain seorang individu langsung menghadapi situasi yang ada.

Demikian juga yang terjadi pada sepuluh mahasiswa yang penulis wawancarai dan hasil yang didapatkan yaitu saat mahasiswa merasa stress dan tertekan, mahasiswa tetap menghadapi skripsinya dan tetap mengerjakan revisi yang diberikan oleh dosen pembimbing dimana hal ini merupakan mekanisme *coping* yang berfokus pada masalah atau *problem focused coping* karena mahasiswa langsung terlibat atau langsung menghadapi situasi yang sedang terjadi. Mahasiswa yang memiliki *problem focused coping* yang rendah dapat berdampak negatif pada pengerjaan skripsinya seperti tidak dapat terselesaikan dengan baik, kurangnya strategi untuk menyelesaikan revisi yang diterima, dan semakin merasa tertekan karena tidak dapat mengatasinya.

Menurut Rahmandani, Karyono, dan Dewi (Rachmah, 2013) terdapat faktor eksternal dan faktor internal yang mempengaruhi strategi *coping*. Faktor eksternal yang mempengaruhi *coping stress* yaitu dukungan sosial, penguatan positif, dan tekanan dari luar. Faktor internal yang mempengaruhi *coping stress* yaitu kognitif seseorang, karakteristik kepribadian, dan sikap terbuka. Kognitif seseorang adalah salah satu proses untuk membentuk efikasi diri atau *self-efficacy* (Astuti & Gunawan, 2016). *Self-Efficacy* adalah kepercayaan seorang individu terhadap kemampuan dirinya dalam mencapai berbagai tujuan atau menyelesaikan tugas dan menghasilkan perubahan kearah yang lebih baik.

Bandura (King, 2017) menjelaskan bahwa *Self-Efficacy* memiliki hubungan dengan beberapa perubahan dan perkembangan yang positif yang terjadi dalam hidup seorang individu, diantaranya peningkatan kemampuan pemecahan masalah dalam hal ini adalah pengerjaan skripsi. Menurut Folkman dan Lazarus (1984) ada beberapa faktor yang memengaruhi *problem focused coping*, salah

satunya adalah keyakinan yang positif berkaitan dengan keyakinan yang dimiliki mahasiswa dalam hal akademik yaitu disebut dengan *academic self-efficacy*. Chairiyati (2013) menjelaskan bahwa *academic self-efficacy* (ASE) diartikan sebagai keyakinan yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuannya untuk mengatur, menyusun, dan melaksanakan suatu kegiatan dengan baik dalam hal akademik.

Zajacoca (Arlinka & Akmal, 2017) mendefinisikan *academic self efficacy* sebagai keyakinan yang dimiliki mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam melaksanakan tugas-tugas akademik. Owen dan Froman (1988) menyatakan bahwa *academic self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang bahwa dirinya dapat melakukan tugas-tugas akademik dalam situasi kelas atau sosial serta keyakinan seseorang dalam kemampuan kognitif yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Dalam penelitian ini tugas akademik yang dimaksud yaitu pengerjaan skripsi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *academic self-efficacy* merupakan rasa yakin yang dimiliki oleh mahasiswa dalam pengerjaan skripsinya untuk dapat menyelesaikan skripsi dan revisi dengan baik menggunakan kemampuan kognitifnya.

Sebagai mahasiswa tingkat akhir mahasiswa yakin dan mampu dapat mengerjakan skripsi. *Self-efficacy* yang positif (Rachmah, 2013) merupakan keyakinan untuk mampu melakukan perilaku yang menjadi tujuannya. Mahasiswa yang menilai dirinya bisa dan mampu dalam mengerjakan skripsi maka dengan keyakinan tersebut mahasiswa akan mengerjakannya dengan keyakinan diri yang tinggi. Hargenhahn (Rizky & Risma, 2014) menyatakan bahwa seseorang yang menganggap kemampuannya cukup tinggi akan berusaha lebih keras dan lebih gigih dalam menjalankan tugas akademik dibandingkan dengan orang yang menganggap kemampuan dirinya rendah.

Mahasiswa yang memiliki *academic self-efficacy* rendah dapat berdampak buruk atau negatif seperti kurangnya dorongan untuk mau

mengerjakan skripsi dan revisi yang diberikan oleh dosen dan tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki. Sehingga *self-efficacy* akademik yang dimiliki mahasiswa memiliki peran penting yaitu mahasiswa dapat menyelesaikan berbagai tuntutan di perguruan tinggi dan mahasiswa mampu mengatasi berbagai kendala dan tekanan yang dapat baik berat maupun ringan dengan cara merencanakan dan merancang berbagai strategi.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasiori, Jamiludin, dan Marhan (2020) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Pengaruh *self efficacy* dan *problem focused coping* sebesar 73,6%, selebihnya yaitu 26,4% dipengaruhi oleh faktor *self efficacy* dari luar.

Penelitian lainnya yaitu dilakukan oleh Wijayanto (2020) dengan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir didapatkan hasil yang positif antara *academic self efficacy* terhadap *problem focused coping* dengan sumbangan efektif sebesar 24% yang artinya semakin tinggi *academic self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Sujono (2014) mendapatkan hasil yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* dan membuktikan hasil yang positif pada mahasiswa fakultas matematika dan IPA Universitas Mulawarman Samarinda artinya semakin tinggi *academic self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Murfika, Bahar, dan Kaimuddin (2021) mendapatkan hasil yang negatif yaitu tidak terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Dengan pernyataan diatas, maka penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui hubungan antara *academic self-*

efficacy dan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi Fakultas Psikologi UKSW. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi pengembang ilmu psikologi terkait *academic self-efficacy* dan *problem focused coping* dan hasil penelitian diharapkan menjadi sumber wawasan pengetahuan dan informasi bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi terkhusus mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW mengenai pentingnya *academic self-efficacy* dan *problem focused coping*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain/strategi korelasional dengan tujuan untuk menentukan hubungan antara *academic self-efficacy* dan *problem focused coping*. Subjek penelitian adalah mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi dan didapati responden sebanyak 52 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *accidental sampling*

Alat pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan *google form* yang disebarkan melalui aplikasi *whatsapp* dengan kriteria partisipan yaitu mahasiswa aktif fakultas psikologi angkatan 2018 dan sedang mengerjakan skripsi. Peneliti menggunakan dua jenis skala yaitu *academic self-efficacy* yang merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Owen dan Froman (1988) dengan nama skala *The Collage Academic Self Efficacy Scale* dan terdapat tiga aspek yaitu *overt social situation*, *cognitive operation*, dan *technical skill* dengan total 33 aitem yang telah diadaptasi Bahasa Indonesia oleh Ildil, Bariyyah, Dewi, dan Rangka (2019) dengan hasil uji reliabilitasnya 0,931.

Skala yang kedua adalah skala *problem focused coping* dari Folkman dan Lazarus yang disusun oleh Amalia (2019) berdasarkan aspek-aspek Folkman dan Lazarus dengan total 28 aitem dan mendapat hasil uji reliabilitas 0,917. Kedua skala menggunakan model skala Likert dengan empat pilihan jawaban yaitu: SS =

Sangat Sesuai, S = Sesuai, TS = Tidak Sesuai, STS = Sangat Tidak Sesuai serta diuji dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 21*.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data Subjek

Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW angkatan 2018. Banyaknya responden yang terlibat yaitu sebanyak 52 orang. Deskripsi data subjek berdasarkan jenis kelamin yaitu 13% untuk subjek berjenis kelamin laki-laki dan 87% subjek berjenis kelamin perempuan, artinya subjek perempuan yang paling banyak mengisi

kuesioner. Sedangkan deskripsi data subjek berdasarkan usia yaitu subjek dengan usia 21 tahun dengan jumlah 8 responden dan presentase sebanyak 15%, usia 21 tahun dengan jumlah 24 responden presentase sebanyak 46%, usia 22 tahun terdapat 15 responden dengan presentase 29%, usia 23 tahun dengan jumlah 4 responden dengan presentase 8%, dan usia 26 tahun sebanyak 1 responden dengan presentase 2%. Artinya subjek dengan usia 21 tahun paling banyak mengisi kuesioner dengan jumlah 24 responden dan presentase sebanyak 46%. Data jenis kelamin dan usia dapat dilihat pada tabel 1:

Tabel 1 Deskripsi Data Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Kategori	Jumlah	Presentase
Jenis kelamin		
Laki-laki	7	13%
perempuan	45	87%
Total	52	100%
Usia		
20 tahun	8	15%
21 tahun	24	46%
22 tahun	15	29%
23 tahun	4	8%
26 tahun	1	2%
Total	52	100%

Analisis Deskriptif

Dari 52 partisipan didapatkan mean dari *problem focused coping* yaitu sebesar 41,6 dan

standar deviasi 5,04, sedangkan mean dari *academic self-efficacy* yaitu sebesar 91,5 dan standar deviasi 9,66.

Tabel 2 Kategori Skor Problem focused coping

Kategori	Interval	F	Presentase
Sangat Tinggi	$47,3 \leq x \leq 52$	9	17%
Tinggi	$42,5 \leq x \leq 47,2$	9	17%
Sedang	$37,7 \leq x \leq 42,4$	26	50%
Rendah	$32,9 \leq x \leq 37,6$	7	13%
Sangat Rendah	$28 \leq x \leq 32,8$	1	2%
TOTAL		52	100%

Pada tabel 2, tingkat *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa pada kategori sangat tinggi sebesar 17% dengan jumlah 9 partisipan, pada kategori tinggi sebesar 17% dengan jumlah 9 partisipan, pada kategori

sedang sebesar 50% dengan jumlah 26 partisipan, kategori rendah sebesar 13% dengan jumlah 7 partisipan, dan kategori sangat rendah sebesar 2% dengan jumlah 1 partisipan. Sebagian besar partisipan ada pada kategori

sedang yaitu sebesar 50% terdapat 26 partisipan.

Tabel 3 Kategori Skor Academic Self Efficacy

Kategori	Interval	F	Presentase
Sangat Tinggi	$102,3 \leq x \leq 111$	10	19%
Tinggi	$93,5 \leq x \leq 102,2$	9	17%
Sedang	$84,7 \leq x \leq 93,4$	23	44%
Rendah	$75,9 \leq x \leq 84,6$	9	17%
Sangat Rendah	$67 \leq x \leq 75,8$	1	2%
TOTAL		52	100%

Pada tabel 3, tingkat *academic self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa pada kategori sangat tinggi sebesar 19% dengan jumlah 10 partisipan, pada kategori tinggi sebesar 17% dengan jumlah 9 partisipan, pada kategori sedang sebesar 44% dengan jumlah 23 partisipan, kategori rendah sebesar 17% dengan

jumlah 9 partisipan, dan kategori sangat rendah sebesar 2% dengan jumlah 1 partisipan. Sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang yaitu sebesar 44% terdapat 23 partisipan. Sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang yaitu sebesar 44% dengan jumlah 23 orang.

Tabel 4 Mean dan Standar Deviasi

Mean Academic Self Efficacy	Mean Problem Focused Coping
91,5	41,6

Tabel 5 Standar Deviasi

Standar Deviasi Academic Self Efficacy	Standar Deviasi Problem Focused Coping
9,66	5,04

Uji Asumsi : Normalitas

Uji normalitas pada variabel *academic self-efficacy* dan *problem focused coping* menggunakan perhitungan Kolmogorov-

Smirnov dengan bantuan IBM SPSS Statistics 21, jika koefisien signifikansi ($P \geq 0.05$) maka data dikatakan normal.

Tabel 6 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Kolmogorov-Smirnov Z	Keterangan
PFC	0.057	1.333	Normal
ASE	0.265	1.005	Normal

Berdasarkan pengujian normalitas pada total skor PFC (*problem focused coping*) dan ASE (*academic self-efficacy*), dapat dilihat pada tabel 4 bahwa nilai signifikansi pada variabel PFC sebesar 0.057 dan pada variabel ASE sebesar 0.265. Sehingga distribusi kedua data dikatakan normal karena ≥ 0.05 .

Uji Asumsi : Linearitas

Uji linearitas pada variabel *academic self-efficacy* dan *problem focused coping* dengan bantuan IBM SPSS 21, *Sig. Deviation from Linearity* lebih besar dari 0.05 yang berarti hubungan kedua variabel linear

Tabel 7 Hasil uji Linearitas

Variabel	Sig. Deviation from Linearity (p)	F	Keterangan
ASE dan PFC	0,287	1,250	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas pada variabel ASE dan PFC mendapatkan skor 0,287 yang lebih besar dari 0,05 artinya normal.

Uji Hipotesis

Pengujian Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dan dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistic 21*, dengan hasil pada tabel 6:

Tabel 8 Uji Hipotesis

Variabel	Koefisien korelasional (r)	Sig/p
ASE dan PFC	0,785	0,000

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel 6, nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p \leq 0,05$) dengan nilai $r = 0,785$ yang berarti terdapat hubungan positif antara *academic self-efficacy* dan *problem focused coping* pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UKSW. Sumbangan efektif *Academic self-efficacy* terhadap *Problem Focused Coping* sebesar 61,6%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis dari kedua variabel menunjukkan hasil yang positif sehingga semakin tinggi *academic self-efficacy* pada mahasiswa maka semakin tinggi pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, sebaliknya semakin rendah *academic self-efficacy* pada mahasiswa maka semakin rendah pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa. Penelitian ini juga mendapatkan hasil positif yang sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Pasiore, Jamiludin, dan Marhan (2020) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Penelitian lainnya yaitu dilakukan oleh Wijayanto (2020) dengan penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir didapatkan hasil yang positif antara *academic self efficacy* terhadap *problem focused coping* dengan sumbangan efektif sebesar 24% yang artinya semakin tinggi *academic self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh

Sujono (2014) mendapatkan hasil yang sangat signifikan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* dan membuktikan hasil yang positif pada mahasiswa fakultas matematika dan IPA Universitas Mulawarman Samarinda artinya semakin tinggi *academic self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa

Academic self-efficacy menjadi hal penting yang dimiliki mahasiswa, dimana setiap mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan memiliki kemampuan dan kemauan untuk mengerjakannya maka dapat dikaitkan dengan cara pemecahan masalah dalam mengerjakan setiap revisi yang diberikan oleh dosen. Seperti yang dijelaskan oleh Owen dan Froman (1988) menyatakan bahwa *academic self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang bahwa dirinya dapat melakukan tugas-tugas akademik dalam situasi kelas akademik atau sosial serta keyakinan seseorang dalam kemampuan kognitif yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Seorang mahasiswa yang memiliki kemauan dan yakin bahwa dirinya mampu menyelesaikan memiliki arti bahwa *academic self-efficacy* yang dimilikinya tinggi dan berkaitan dengan kemampuan untuk memecahkan masalah secara langsung atau *problem focused coping*.

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa *problem focused coping* (PFC) adalah strategi yang digunakan untuk memecahkan masalah secara langsung yang berfokus pada pemetaan masalah, menyusun solusi alternatif, merencanakan strategi, dan bertindak memecahkan masalah untuk mengurangi tekanan yang dihadapi. Sama halnya pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

yang pada akhirnya skripsi dapat selesai apabila mahasiswa tersebut memiliki keyakinan pada dirinya dan mampu untuk menyusun pemetaan masalah yang ada, mencari solusi, merencanakan strategi pemecahan masalah dan bertindak untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi untuk dapat mengurangi tekanan yang ada.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara *academic self-efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi maka menjadikan mahasiswa yang menerima revisi pada skripsinya dapat terselesaikan. Namun apabila seorang mahasiswa memiliki *self-efficacy* akademik yang rendah maka kemampuan pemecahan masalah yang dimilikinya rendah pula, dan membuat mahasiswa mengerjakan skripsi secara tidak maksimal atau tidak terselesaikan dengan baik.

Pada penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018 yang sedang mengerjakan skripsi memiliki *academic self-efficacy* (ASE) dan *problem focused coping* (PFC) dalam kategori sedang yaitu 44% untuk *academic self-efficacy* dan 50% untuk *problem focused coping* artinya mahasiswa yang mengerjakan skripsi memiliki kemauan dan mengerjakan skripsi dan kemampuan memecahkan masalah pada taraf sedang. Namun terdapat beberapa kategori lainnya yaitu sangat tinggi sebesar 19% untuk ASE dan 17% untuk PFC artinya mahasiswa sebagian mahasiswa memiliki sikap untuk mau dan yakin dalam mengerjakan skripsi dan kemampuan pemecahan masalah yang tergolong sangat tinggi.

Pada kategori tinggi sebesar 17% untuk ASE dan 17% untuk PFC artinya sebagian mahasiswa memiliki sikap dalam ASE dan PFC yang tergolong tinggi. Adapun sebagian mahasiswa yang ASE dan PFC pada kategori rendah yaitu sebesar 17% (ASE) dan 13% (PFC), dan kategori sangat rendah yaitu sebesar 2% untuk ASE dan PFC. Artinya tinggi rendahnya kategori mencerminkan sikap yang dimiliki mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yaitu

keyakinan dan kemampuan mahasiswa terhadap strategi penyelesaian skripsi yang dikerjakan mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan positif antara *Academic self-efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi fakultas psikologi angkatan 2018 UKSW. Semakin tinggi *self-efficacy* akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi dan baik cara pemecahan masalah atau *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa.

Saran mahasiswa dan mahasiswi angkatan 2018 Fakultas Psikologi UKSW dapat mempertahankan dan semakin meningkatkan *self-efficacy* yang dimiliki dalam hal akademik yang berkaitan dengan pemecahan masalah secara langsung atau *problem focused coping* untuk mendapatkan hasil yang diharapkan secara maksimal dengan yakin pada kemampuan dirinya dan merencanakan berbagai strategi untuk pemecahan masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, Diska. (2019). Hubungan antara *problem focused coping* dan *burnout* pada guru Sekolah Dasar. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Astuti, R., & Gunawan, W. (2016). Sumber-sumber efikasi diri karier remaja. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 141-151.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Chairiyati, L. R. (2013). Hubungan antara *self-efficacy* akademik dan konsep diri akademik dengan prestasi akademik. *Humaniora*, 4(2), 1125-1133.
- Folkman, R. S., & Lazarus, S. (1984). Stress: appraisal and coping. in *encyclopedia of Behavioral Medicine*, 148.
- Ildil, I., Bariyyah, K., Dewi, A. K., & Rangka, I. B. (2019). The college academic self efficacy scale (CASES); an Indonesian validation to measure the self efficacy of students.

- Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 4(4), 115-121.
- King, Laura.A. (2017). *The science of psychology: an appreciative view*. Edisi kedua. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal, and strategi coping*. New York: Springer Publishinf Company.
- Lazarus, R. S. (2006). *Stress and emotion: a new synthesis*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Mufika., Bahar, H., & Kaimuddin, S. M. (2021) Efikasi diri dengan strategi coping mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Sublimasi*, 2(2), 121-128.
- Owen, S. V., & Froman, R. D. (1988). *Development of a college academic self efficacy scale*. Educational Resources Information Center (ERIC).
- Panggali, R. R., Marisa, F., & Purnomo, D. (2017). Sistem pendukung keputusan untuk menentukan judul skripsi jurusan teknik informatika menggunakan metode Topsis. *JIMP (Jurnal Informatika Merdeka Pasuruan)*, 2(1).
- Pasiori, W., Jamiludin, J., & Marhan, C. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Halu Oleo Kendari. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1), 76-84.
- Permatasari, R., Arifin, M., & Padilah, R. (2020). Studi deskriptif dampak psikologis mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Universitas Pgri Banyuwangi dalam penyusunan skripsi di masa pandemi covid-19. *Jurnal Bina Ilmu Cendekia*, 2(1), 127-141.
- Rachmah, D. N. (2013). Hubungan self efficacy, coping stress, dan prestasi skademik. *Jurnal Ecopsy*, 1(1), 7-14.
- Rizky, E, Zulharman, & Risma, D. (2014). Hubungan efikasi diri dengan coping stress pada mahasiswa angkatan 2012 fakultas kedokteran universitas riau. *Jurnal Fakultas Kedokteran*, 1(2), 1-8.
- Rosanty, R. (2014). Pengaruh musik mozart dalam mengurangi stres pada mahasiswa yang sedang skripsi. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 3(2).
- Santoso, A. (2010). *Statistik untuk psikologi dari blog menjadi buku*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Sarafino, E.P. (1994). *Health psychology biopsychology interactions*. USA: John Wiley & Sons.
- Slameto. (2003). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Sujono. (2014). Hubungan antara efikasi diri (self efficacy) dengan problem focused coping dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa Fmipa Unmul. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 67-71.
- Triantoro, S., & Nofrans, E. (2009). *Manajemen emosi*. Yogyakarta: Bumi Aksara.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2003). *Foundations of sports & exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wibowo, M. (2010). *Implementasi bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Wijayanto, R. N. (2020). *Peran efikasi diri akademik dan optimisme terhadap problem-focused coping pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir*. Doctoral dissertation. Universitas Gadjah Mada.