

## Dapatkan dukungan sosial menjadi prediktor strategi coping berfokus pada masalah pada Mahasiswa?

Dian Sutrina Indra Wati<sup>1\*</sup>, Isrida Yul Arifiana<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No.45

\*E-mail: [diansutrina@gmail.com](mailto:diansutrina@gmail.com)

<p><b>Submitted:</b> 2021-03-01</p> <p><b>Accepted:</b> 2021-03-29</p> <p><b>Published:</b> 2021-05-04</p>	<p><b>Abstract</b></p> <p><i>This study aims to determine the relationship between social support and coping strategies that focus on student problems. The participants of this research were students of the final semester at Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya with the characteristics of being drafting theses totaling 286 students. The research data were taken using a social support scale and a coping strategy scale focusing on problems that were compiled by the researcher. Data analysis techniques used the Spearman's Rho test with the help of the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program version 16.0. The results showed that there was a positive relationship between social support and problem-focused coping strategies. This means that the higher the social support received by students, the higher the coping strategy ability to focus on problems.</i></p> <p><b>Keywords:</b> <i>Problem Focused Coping Strategy; Social Support</i></p>
	<p><b>Abstrak</b></p> <p><i>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan strategi coping berfokus masalah pada mahasiswa. Partisipan penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan karakteristik sedang menyusun skripsi yang berjumlah 286 mahasiswa. Data penelitian diambil menggunakan skala dukungan sosial dan skala strategi coping berfokus pada masalah yang disusun sendiri oleh peneliti. Teknik analisis data menggunakan uji Spearman's Rho dengan memanfaatkan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 16.0. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan strategi coping berfokus masalah. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa akan semakin tinggi kemampuan strategi coping berfokus pada masalah.</i></p> <p><b>Kata Kunci:</b> <i>Strategi Coping Berfokus Masalah, Dukungan Sosial.</i></p>
<p><b>Copyright © 2021. Dian Sutrina Indra Wati</b></p>	

## Pendahuluan

Mahasiswa merupakan istilah yang diberikan untuk menunjukkan bahwa individu yang bersangkutan sedang menempuh pendidikan di suatu universitas, akademika, ataupun sekolah tinggi. Menurut Winkle dan Hastuti (dalam Jaya, 2016) umumnya mahasiswa akan melewati masa studi selama tiga hingga empat tahun yang terdiri dari delapan semester. Pada umumnya, setiap mahasiswa memiliki permasalahan yang cukup beragam meliputi permasalahan akademik dan permasalahan non akademik. Meski demikian, jelas terlihat bahwa skripsi menjadi permasalahan utama yang dialami oleh mahasiswa semester akhir (Raharjo, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian Ismiati (2015), menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa semester akhir menjadikan skripsi sebagai tanggung jawab yang paling besar dengan cenderung menghadirkan suatu kekhawatiran selama kuliah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mujiyah dkk (2001), yang menemukan bahwa sebagian besar masalah yang dihadapi oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah terkait kurangnya referensi yang dimiliki dengan persentase 53,3%.

Permasalahan di atas tampak pula dialami oleh mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Hal ini dibuktikan dengan jumlah mahasiswa maupun mahasiswi yang tidak dapat menyelesaikan pengerjaan skripsi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, terdapat sebagian mahasiswa semester akhir yang memilih untuk berhenti dikarenakan belum mampu memahami terkait skripsi yang ditulisnya. Sebagian diantaranya juga mengaku bahwa skripsi menjadi beban tersendiri dikarenakan banyaknya permasalahan yang mereka alami, seperti masalah kesulitan membayar uang bimbingan, sulit menemukan referensi yang sesuai, kesulitan dalam mengembangkan kalimat, kesulitan memahami revisian yang diberikan oleh dosen pembimbing, kesulitan dalam membagi waktu antara mengerjakan skripsi dengan bekerja maupun dengan pengerjaan tugas dari mata kuliah lain bagi yang masih harus mengambil mata kuliah.

Permasalahan tersebut di atas hampir selalu dialami oleh mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya tanpa melihat angkatan tahun tertentu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada mahasiswa angkatan 2018 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, sebagian diantaranya mengaku bahwa sulit mendapatkan referensi yang cocok dengan judul penelitian merupakan hal utama yang menyebabkan kurangnya kepercayaan diri untuk terus mengerjakan skripsi. Hal serupa juga disampaikan oleh mahasiswa angkatan 2017 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang juga membenarkan terkait persoalan referensi dan menambahkan masalah lainnya seperti ketidakmampuan dalam membaca hasil penghitungan menggunakan perangkat lunak SPSS serta waktu pengerjaan skripsi yang terlalu singkat sehingga skripsi mereka harus tertunda. Hasil wawancara lainnya yang dilakukan pada mahasiswa angkatan 2016 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memilih untuk tidak melanjutkan pengerjaan skripsi justru pada tahap penentuan judul. Hal ini dikarenakan sebagian mahasiswa menganggap judul yang diambil tidak menarik sehingga hanya akan mempersulit mereka dalam mengembangkan kalimat pada skripsi mereka. Hasil wawancara lainnya juga menemukan bahwa sebagian mahasiswa angkatan 2016 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memilih untuk tidak melanjutkan pengerjaan skripsi adalah karena permasalahan kondisi pandemik yang dinilai sulit untuk melakukan bimbingan langsung yang berdampak pada perbedaan persepsi dengan dosen pembimbing.

Kondisi demikian dapat menjadi pemicu terjadinya stress. Hal ini selaras dengan pendapat Mu'Tadin (2002), yang menjelaskan bahwa melalui berbagai masalah yang

---

dirasakan oleh mahasiswa semester akhir, secara perlahan dapat menjadi hal negatif yang kemudian menyebabkan kekhawatiran, ketegangan, rendah diri, stress, kehilangan motivasi yang dapat menyebabkan mahasiswa menunda pengerjaan atau bahkan berhenti untuk mengerjakan.

Salah satu cara untuk mampu menghadapi stress adalah dengan melakukan strategi coping. Berdasarkan berbagai uraian permasalahan di atas, maka tentu penting untuk memiliki strategi coping bagi mahasiswa semester akhir. Salah satu strategi coping yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan coping berfokus masalah. Hal ini dikarenakan dalam penelitian Nyoman dan Putu (2013), coping berfokus masalah lebih efektif mengatasi permasalahan dibandingkan dengan coping berfokus emosi yang hanya membuat individu cenderung untuk menghindari stressor. Inilah sebabnya strategi coping berfokus masalah harus menjadi bekal bagi para mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya agar mampu mengatasi permasalahan ketika mengerjakan skripsi.

Berdasarkan pendapat Lazarus (1985), strategi coping berfokus masalah merupakan usaha individu untuk mengubah situasi pemicu munculnya stress atau memodifikasi situasi emosional sebagai reaksi untuk meminimalisir dampak dari situasi stress tersebut. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi coping berfokus masalah disampaikan oleh Lazarus & Folkman (1984), diantaranya kesehatan dan energi, keyakinan yang positif, kemampuan dalam memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan sumber materi. Sebuah penelitian menjelaskan bahwa dukungan sosial mampu mempengaruhi strategi coping berfokus masalah. Hal ini dikarenakan melalui dukungan sosial, individu akan memiliki semangat dalam menghadapi suatu permasalahan dikarenakan adanya saran serta bantuan langsung seperti uang yang diberikan kepada individu yang sedang mengalami suatu kendala keuangan sehingga dapat meningkatkan perilaku coping berfokus masalah yang mereka lakukan (Triyanto, 2010). Tingkat keefektifan dari strategi coping berfokus masalah pada individu yang memperoleh dukungan sosial juga terbukti jauh lebih baik dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki dukungan sosial (Nugroho, 2012).

Berdasarkan pendapat Sarafino (1994), mendefinisikan dukungan sosial sebagai suatu bentuk kesenangan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diterima individu dari orang lain maupun suatu kelompok. Melalui pemberian dukungan sosial baik dari keluarga, teman sebaya, atau bahkan tetangga sekalipun akan memunculkan adanya emosi dan saran-saran mengenai hal lain yang sesuai dengan peristiwa sebelumnya sehingga dapat membuat individu untuk fokus hanya pada aspek-aspek yang positif.

Berdasarkan penjelasan dua teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang diberikan oleh individu lain kepada individu yang membutuhkan maka secara tidak langsung individu yang bersangkutan merasa mampu menghadapi permasalahan. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Maryam (2017), menjelaskan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu sumberdaya coping yang cenderung bervariasi pada setiap orang. Melalui dukungan sosial, individu akan menciptakan hubungan yang kooperatif sehingga dapat saling mempengaruhi satu sama lain (Maryam, 2017). Perasaan saling mempengaruhi ini dapat menjadikan individu merasa optimis dengan kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi permasalahan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suwarsi (2017), melalui sikap optimis maka coping berfokus masalah individu yang bersangkutan juga dapat lebih meningkat (Suwarsi, 2017).

Melalui uraian permasalahan yang telah dijabarkan, mahasiswa semester akhir dianggap perlu mementingkan terkait strategi terbaik untuk mengatasi masalah. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang terdekat menjadi poin penting dalam kesuksesan mahasiswa ketika melakukan coping berfokus masalah. Mahasiswa semester akhir banyak mengalami

tuntutan lingkungan yang secara perlahan jika tidak diatasi mampu menyebabkan stress yang kemudian dapat berdampak pada aktivitas sehari-hari (Ismiati, 2015). Permasalahan utama mahasiswa semester akhir berupa pengerjaan skripsi (Raharjo, 2014), bukan tidak mungkin dapat terhambat penyelesaiannya jika mahasiswa semester akhir memiliki strategi coping berfokus masalah yang rendah. Melalui hal ini, agar mampu meningkatkan coping berfokus masalah maka dukungan sosial dianggap menjadi poin utama dalam tingkat keberhasilannya (Jannah & Rohmatun, 2018).

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan adanya dukungan sosial yang diberikan maka strategi coping berfokus masalah akan mampu dilakukan oleh mahasiswa semester akhir. Hal ini dikarenakan, permasalahan terkait pengerjaan skripsi misalnya kesulitan menganalisis data penelitian sebagaimana disampaikan oleh beberapa mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang mengalami penundaan dalam pengerjaan skripsi dapat terbantu melalui dukungan sosial dari orang sekitar seperti bantuan untuk memberikan pemahaman terkait cara melakukan analisis data dan menginterpretasikannya serta begitu pula pada masalah lain yang timbul ketika mengerjakan skripsi.

## Metode

### ***Desain Penelitian***

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian berupa penelitian korelasional. Variabel dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel yakni: dukungan sosial (X) dan strategi coping berfokus masalah (Y).

### ***Partisipan Penelitian***

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang terdiri atas 6 fakultas dengan karakteristik sedang menyusun skripsi. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak kurang lebih 1000 orang. Partisipan penelitian ini berjumlah 286 orang yang diperoleh dari penghitungan menggunakan rumus slovin. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *insidental sampling* dengan tahapan yakni: a) peneliti mencari partisipan dengan cara menyampaikan secara langsung kepada subyek yang dianggap sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti ataupun dengan cara membagikan informasi melalui *group WhatsApp*, b) peneliti membagikan skala sebagai alat ukur penelitian dalam bentuk *Google Form*, c) mahasiswa semester akhir Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang berkenan menjadi partisipan akan mengisi skala yang telah dibagikan oleh peneliti, dan d) peneliti mengolah seluruh data penelitian yang telah diperoleh dari partisipan.

### ***Instrumen***

Skala strategi coping berfokus masalah dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984), yang membagi coping berfokus masalah kedalam tiga dimensi, yakni *planful problem-solving*, dengan indikator: a) membuat suatu perencanaan untuk menyelesaikan masalah, b) berkonsentrasi penuh terhadap masalah yang sedang dihadapi. Dimensi kedua yakni, *confrontative coping*, dengan indikator: a) berani mengambil risiko, b) berani melakukan pertentangan dengan suatu peraturan. Serta dimensi yang ketiga yakni, *seeking social support*, dengan indikator: a) meminta bantuan kepada orang lain, b) menceritakan masalah kepada orang lain, c) mencari informasi terkait suatu masalah kepada

orang terdekat. Adapun untuk mengukur tiga dimensi perilaku di atas, maka peneliti menggunakan skala likert dengan 5 alternatif jawaban yakni, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Melalui skala ini, peneliti akan menyiapkan pernyataan yang mendukung variabel (*item favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung variabel (*item unfavorable*) yang masing-masing memiliki nilai tersendiri.

Sebelum melakukan uji analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Adapun tahapan yang dilakukan oleh peneliti dalam menguji tingkat validitas alat ukur penelitian ini adalah: a) membuat aitem secara mandiri, b) meminta koreksi dosen pembimbing, c) mendapatkan persetujuan dosen pembimbing, dan d) melakukan uji coba terpakai alat ukur kepada 286 orang yang diperoleh dari hasil penyebaran skala. Data yang diperoleh dari 286 subyek ini kemudian akan diuji validitas dan uji reliabilitas. Berdasarkan hasil penghitungan, uji validitas pada skala strategi coping berfokus masalah dilakukan sebanyak 5 putaran yang terdiri atas 28 aitem, dimana terdapat 18 aitem yang dinyatakan valid dengan skor yang diperoleh *koefisien Corrected Aitem-Total Correlation* bergerak dari 0,347 sampai dengan 0,670. Sementara itu, hasil *Cronbach's Alpha* sebesar 0,895 yakni mendekati angka 1,00 maka dapat disimpulkan bahwa skala strategi coping berfokus masalah memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini disusun berdasarkan teori Sarafino (1994), yang membagi dukungan sosial ke dalam empat aspek yakni, dukungan emosional, dengan indikator: a) merasa tenang dan dicintai ketika mendapatkan bantuan, b) merasa dipedulikan ketika sedang menerima bantuan. Aspek berikutnya yakni dukungan penghargaan, dengan indikator: a) merasa dihargai oleh orang lain, b) merasa lebih percaya diri setelah mendapatkan bantuan. Aspek ketiga yakni, dukungan instrumental, dengan indikator: a) meminta bantuan kepada orang lain, b) merasa terbantu ketika dibantu oleh orang lain, c) merasa ditemani ketika sedang dalam masalah. Serta aspek keempat yakni, dukungan informasi, dengan indikator: a) merasa mudah mendapatkan solusi berdasarkan informasi yang diberikan oleh orang lain, b) mendapatkan informasi ketika sedang dalam kesulitan. Adapun untuk mengukur empat aspek di atas, maka peneliti menggunakan skala likert dengan 5 alternatif jawaban yakni, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Melalui skala ini, peneliti akan menyiapkan pernyataan yang mendukung variabel (*item favorable*) dan pernyataan yang tidak mendukung variabel (*item unfavorable*) yang masing-masing memiliki nilai tersendiri.

Sebelum melakukan uji analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Adapun tahapan yang dilakukan oleh peneliti dalam menguji tingkat validitas alat ukur penelitian ini adalah: a) membuat aitem secara mandiri, b) meminta koreksi dosen pembimbing, c) mendapatkan persetujuan dosen pembimbing, dan d) melakukan uji coba terpakai alat ukur kepada 286 orang yang diperoleh dari hasil penyebaran skala. Data yang diperoleh dari 286 subyek ini kemudian akan diuji validitas dan uji reliabilitas. Hasil analisis diperoleh 36 aitem yang dinyatakan valid dengan skor yang diperoleh *koefisien Corrected Aitem-Total Correlation* bergerak dari 0,344 sampai dengan 0,661. Sementara itu, berdasarkan hasil penghitungan yang telah dilakukan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 16.0 for windows*, diperoleh hasil *Cronbach's Alpha* sebesar 0,936 yakni mendekati angka 1,00 maka dapat disimpulkan bahwa skala dukungan sosial memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik non parametrik, yaitu Korelasi Spearman's Rho. Alasan menggunakan teknik ini karena partisipan dalam penelitian tidak diambil secara random.

## Hasil

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *Spearman's Rho* melalui bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 16.0 for windows* agar dapat mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan strategi coping berfokus masalah. Sebelum melakukan uji korelasi antar kedua variabel, peneliti melakukan pendataan terkait partisipan penelitian yang disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1**  
**Data Demografi Partisipan**

Fakultas	Laki-Laki		Perempuan		Jumlah Total	
	F	%	F	%	F	%
Psikologi	21	7%	92	32%	113	40%
Teknik	47	16%	18	6%	65	23%
Ilmu Sosial dan Politik	15	5%	21	7%	36	13%
Ekonomi dan Bisnis	19	7%	29	10%	48	17%
Ilmu Budaya	5	2%	14	5%	19	7%
Hukum	2	1%	3	1%	5	2%
<b>Jumlah Total</b>	<b>109</b>	<b>38%</b>	<b>177</b>	<b>62%</b>	<b>286</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa partisipan dalam penelitian ini sebagian besar berasal dari fakultas psikologi dengan jumlah partisipan sebanyak 113 orang (40%) yang terdiri atas partisipan perempuan sebanyak 92 orang (32%) dan partisipan laki-laki sebanyak 21 orang (7%). Selanjutnya diikuti dengan fakultas teknik dengan jumlah partisipan 65 orang (23%), fakultas ekonomi dan bisnis sebanyak 48 orang (17%), fakultas sosial dan ilmu politik dengan jumlah partisipan sebanyak 36 orang (13%), fakultas ilmu budaya sebanyak 19 orang (7%), serta fakultas hukum sebanyak 5 orang (2%). Adapun nilai yang diperoleh setiap partisipan pada masing-masing variabel disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2**  
**Hasil Interpretasi Skor Skala Strategi Koping Berfokus Masalah**

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	n	Persentase
Strategi Coping Berfokus Masalah	≤44	Rendah Sekali	5	2%
	45-56	Rendah	78	27%
	57-68	Sedang	100	35%
	69-79	Tinggi	100	35%
	≥81	Tinggi Sekali	3	1%
<b>Total</b>			<b>286</b>	<b>100%</b>

Perolehan skor pada Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat 5 orang (2%) memperoleh skor  $\leq 44$  dengan kategori rendah sekali, 78 orang (27%) memperoleh skor 45-56 dengan kategori rendah, sebanyak 100 orang (35%) partisipan memperoleh skor sedang dengan rentang nilai 57-68, sama halnya dengan skor tinggi yang diperoleh oleh 100 orang (35%) dengan rentang nilai 69-79, dan sebanyak 3 orang (1%) memperoleh skor tinggi sekali dengan rentang nilai  $\geq 81$ . Sementara itu, perolehan skor dukungan sosial pada setiap partisipan disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3  
Hasil Interpretasi Skor Skala Dukungan Sosial

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	n	Persentase
Dukungan Sosial	$\leq 105$	Rendah Sekali	11	4%
	106-124	Rendah	67	23%
	125-143	Sedang	90	31%
	144-163	Tinggi	117	41%
	$\geq 164$	Tinggi Sekali	1	0%
<b>Total</b>			<b>286</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa terdapat 11 orang (4%) memperoleh skor  $\leq 105$  dengan kategori rendah sekali, 67 orang (23%) memperoleh skor 106-124 dengan kategori rendah, sebanyak 90 orang (31%) partisipan memperoleh skor sedang dengan rentang nilai 125-143, sebanyak 117 orang (41%) dengan rentang nilai 144-163, dan sebanyak 1 orang (0%) memperoleh skor tinggi sekali dengan rentang nilai  $\geq 164$ .

Selanjutnya, dilakukan uji korelasi dengan menggunakan uji *Spearman's Rho* melalui bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 16.0 for windows* yang disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4  
Hasil Uji Korelasi

Variabel	Correlation Coefficient	Sig.	Keterangan
Dukungan Sosial-Strategi Coping Berfokus Masalah	0,784	0,000	Ada Hubungan

Berdasarkan Tabel 4, menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah sebesar  $\rho=0,784$  dan nilai signifikansi  $p=0,000 < 0,05$  yang artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan strategi coping berfokus masalah. Melalui hasil tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Adapun sumbangan efektif penelitian ini sebesar 0,61. Artinya dukungan sosial mempengaruhi strategi coping berfokus masalah sebesar 61%, sedangkan 39% lainnya dapat dipengaruhi oleh faktor lain, seperti kesehatan fisik, pandangan positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dan materi.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel dukungan sosial dengan variabel strategi coping berfokus masalah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki, maka akan semakin tinggi pula upaya untuk melakukan strategi coping berfokus masalah. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki, maka akan semakin rendah pula strategi coping berfokus masalah yang dilakukan. Melalui hasil tersebut, maka disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 286 partisipan, terdapat sebanyak 100 orang (35%) yang memperoleh skor tinggi dan skor sedang. Artinya, strategi coping berfokus masalah yang dimiliki oleh partisipan penelitian berada pada kategori yang tergolong tinggi. Tingkat keberhasilan dalam melakukan strategi coping berfokus masalah dalam penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa komponen dalam dukungan sosial, sebagaimana dijelaskan oleh Sarafino (1994) yakni meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 286 partisipan penelitian, terdapat sebanyak 117 partisipan atau sebanyak 41% memiliki dukungan sosial yang tergolong tinggi. Melalui dukungan emosional yang kemudian dikembangkan oleh peneliti menjadi dua indikator yakni merasa tenang dan dicintai karena mendapatkan bantuan serta merasa dipedulikan ketika sedang menerima bantuan, tampak memperlihatkan bahwa partisipan penelitian mampu merasakan hal tersebut ketika diberikan dukungan sosial oleh orang terdekat. dengan perolehan nilai yang didapatkan pada kedua indikator untuk tiap jenis pernyataan, dimana tiap indikator terwakilkan sebagai pernyataan yang sah.

Selain dukungan emosional, partisipan penelitian juga memperoleh dukungan penghargaan yang menyebabkan partisipan mendapatkan dorongan dari orang terdekat dan memperoleh kepercayaan diri yang mengakibatkan partisipan menjadi mampu mengatasi masalah, seperti bertanya secara aktif kepada dosen pembimbing terkait catatan revisian yang kemudian oleh Lazarus disebut sebagai *confrontative coping*, mencari literatur yang dapat memperkuat penelitian yang dilakukan, maupun bertanya kepada orang lain untuk memastikan terkait pendapat partisipan yang disebut sebagai *seeking social support* dalam komponen strategi coping berfokus masalah.

Bentuk dukungan lain yang didapatkan oleh partisipan penelitian juga dapat berupa dukungan instrumental yang mengakibatkan partisipan mampu merasa terbantu secara langsung. Melalui indikator yang dibuat, diketahui bahwa peran orang terdekat ketika partisipan mengalami permasalahan menjadi poin utama keberhasilan partisipan dalam menyelesaikan masalah. Hal ini dibuktikan dengan indikator yang telah dibuat, dimana sebagian besar partisipan menyetujui bahwa dengan bantuan seperti uang, format penyusunan skripsi, teman-teman yang meluangkan waktu untuk mengajarkan langsung mengenai cara mengelola data dalam perangkat lunak SPSS yang mencerminkan bentuk dari *seeking social support*, partisipan juga dapat meminjam referensi di perpustakaan yang disebut sebagai tindakan *confrontative coping* oleh Lazarus. Berbagai bantuan inilah sehingga partisipan penelitian dapat memiliki gambaran yang menambah pemahaman agar masalah dapat terselesaikan secara perlahan yang oleh Lazarus menyebut tindakan ini sebagai *planful problem solving*.

Selain itu, adanya dukungan informasi terkait persyaratan dalam mengajukan skripsi, informasi mengenai jam kerja perpustakaan di kampus, ataupun tambahan informasi mengenai teori-teori yang dapat mendukung penelitian yang sedang dilakukan, dapat

---

membantu partisipan dalam menentukan target penyelesaian skripsi dan membantu partisipan dalam mengolah kalimat ke dalam skripsi. Melalui dukungan informasi yang diberikan, partisipan penelitian juga akan berdiskusi dengan orang terdekat dengan maksud mendapatkan saran sehingga makin membuat partisipan percaya diri dengan tindakan-tindakan yang telah dilakukan.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jannah dkk (2019), yang menemukan bahwa dukungan sosial menjadi faktor yang berperan penting dalam keberhasilan individu untuk melakukan strategi koping berfokus masalah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Maryam (2017) juga mengungkapkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu sumberdaya untuk melakukan koping. Hal ini dikarenakan adanya tindakan kooperatif melalui dukungan sosial yang dapat dilihat pada keterlibatan dua orang atau lebih dalam rangka membantu individu yang bersangkutan. Lebih lanjut disampaikan oleh Holahan dan Moos (1987), bahwa manfaat individu yang cukup memiliki sumberdaya akan cenderung menggunakan strategi koping berfokus masalah sehingga upaya untuk melakukan penghindaran lebih rendah.

Berdasarkan perolehan hasil yang didapatkan bahwa strategi koping berfokus masalah dan dukungan sosial yang dimiliki oleh partisipan dalam penelitian ini tergolong tinggi, maka dapat dibuktikan bahwa dukungan sosial yang diberikan kepada mahasiswa semester akhir Untag Surabaya mampu meningkatkan strategi koping berfokus masalah pada mahasiswa tersebut. Hal ini terjadi karena tingginya dukungan sosial yang diberikan mampu mendorong individu untuk menyelesaikan permasalahan. Melalui hasil tersebut, maka dampak yang dapat ditimbulkan dari terpenuhinya dukungan sosial dan kemampuan strategi koping berfokus masalah adalah mahasiswa semester akhir Untag Surabaya sebagian besar dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi ketika sedang menyusun skripsi.

## Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan strategi coping berfokus pada masalah. Artinya kemampuan strategi coping berfokus pada masalah yang dimiliki oleh mahasiswa akan sangat tergantung pada dukungan sosial yang diterima dari keluarga, teman dan orang-orang terdekat.

Disarankan agar mahasiswa meningkatkan kemampuan strategi coping berfokus masalah dengan berani bertanya ketika kesulitan dalam memahami suatu materi, berusaha untuk mendapatkan referensi terkait suatu materi yang sulit untuk dipahami, memikirkan terkait langkah yang tepat untuk menyelesaikan masalah, serta seringkali meminta pendapat orang sekitar agar tidak kebingungan. Selain itu, mahasiswa juga perlu menjalin hubungan harmonis dengan orang sekitar, seperti orang tua, saudara, keluarga, teman kosan, agar dapat menambah *support system* untuk mahasiswa.

Sementara itu, kepada orang terdekat, sebaiknya dapat memberikan dukungan kepada mahasiswa, misalnya memberikan perhatian, memberikan informasi, ataupun menghargai pendapat yang diberikan, dengan cara meluangkan waktu untuk berkomunikasi dengan mahasiswa semester akhir, agar individu yang bersangkutan merasa diperhatikan. Hal lain juga dapat dilakukan misalnya dengan membantu mahasiswa semester akhir apabila sedang mengalami masalah seperti kesulitan memaknai suatu teori, mengajarkan kepada mahasiswa terkait langkah-langkah menganalisa data penelitian, ataupun membantu mahasiswa semester akhir untuk melunasi pembayaran sebagai syarat dari mengikuti ujian skripsi.

## Referensi

- Dewanti, N. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan strategi koping pada perawat rumah sakit jiwa. *Journal of chemical modeling*. 9(10), 8-20
- Jayusman, R. A. (2018). Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa perantau di Yogyakarta. *Journal of information*. 4(23), 1-10
- Ismiati. (2015). Problematika dan coping stress mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal ar-raniry*. 21(32), 15–27
- Lazarus, Richard S. and Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: teori dan sumberdayanya. *Jurkam: jurnal konseling andi matappa*. 1(2), 101-107
- Raharjo, R. (2014). Problem dan solusi studi mahasiswa semester tua. *Nadwa*. 8(2), 313
- Sarafino, E.P. (1994). *Health psychology: biopsychological interaction*. Kanada: John Wiley & Sons, Inc
- Sarafino, E. P. (1997). *Health psychology: biopsychosocial interactions (3<sup>rd</sup> ed)*. New York: John Wiley & son, Inc
- Sarafino, E., & Smith, T. (2010). *Healthpsychology biopsychosocialinteractions*. United State of America: John Wiley & Sons, Inc
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions: Fifth Edition*. USA: John Wiley & Sons
- Sarason, S.B. (1990). *The predictable failure of educational reform: can we change course before it's too late?* San Francisco: Jossey-Bass
- Slamet. (2010). Coping sebagai strategi mengatasi dan memecahkan masalah dalam konteks bimbingan konseling islam. *Paradigma*. 5(27), 1–22
- Sugiyono, (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suwarsi, A. H. (2017). Hubungan antara optimisme dan problem focused coping pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *Proyeksi*. 12(1), 35–42
- Taylor, S. E. (1999). *Health psychology (4<sup>th</sup> ed)*. New York: McGrawhill
- Tarwiyati, H. (2013). Hubungan antara tingkat problem focused coping dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Gresik. *Journal of chemical information and modeling*. 53(9), 1689–1699