

SKRIPSI

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *COPING STRESS STRATEGY* MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI



OLEH

NAMA : WULAN NIDA CUNDA HARYANI
NIM : 10011281924034

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

SKRIPSI

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *COPING STRESS STRATEGY* MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : WULAN NIDA CUNDA HARYANI

NIM : 10011281924034

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2023**

**KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, July 2023**

Wulan Nida Cunda Haryani

**Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Coping Stress Strategy* Mahasiswa
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya Yang Sedang
Menyusun Skripsi**

xvi + 95 halaman + 40 tabel + 3 gambar + 3 diagram + 12 lampiran

ABSTRAK

Mahasiswa yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi rentan untuk mengalami stress yang disebabkan adanya tekanan dan tuntutan akademik (*academic stressor*) yang tidak dapat mereka atasi. Salah satu tuntutan akademik mahasiswa adalah menyelesaikan skripsi atau tugas akhir. Mahasiswa yang mengalami stress saat penyusunan skripsi dapat melakukan *strategy coping stress* untuk mengurangi perasaan stress yang sedang terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang menyusun skripsi. Desain penelitian ini yaitu deskriptif korelasi dengan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 78 mahasiswa yang mengalami stress saat penyusunan skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat (korelasi *spearman rank*), dan multivariat (regresi linear berganda). Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat *Coping Stress Strategy* Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang Menyusun skripsi berada pada kategori baik (53,8%). Setelah dilakukan uji analisis didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kecerdasan emosional ($r = 0,363$), optimisme ($r = 0,487$), kepribadian *hardiness* ($r = 0,478$) dan dukungan sosial ($r = 0,476$) dengan *coping stress strategy* mahasiswa. Faktor yang paling berhubungan dengan *coping stress strategy* adalah optimisme.

Kata Kunci : Stress, *coping stress strategy*, optimisme

Kepustakaan : 54 (1998-2023)

**OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
THESIS, July 2023**

Wulan Nida Cunda Haryani

Factors Influencing Coping Stress Strategy in Students of The Faculty of Public Health University of Sriwijaya Who are Preparing Their Thesis
xvi + 95 pages + 40 tables + 3 pictures + 3 diagrams + 12 appendices

ABSTRACT

Students in tertiary institutions are prone to experiencing stress caused by pressure and academic demands (academic stressors) that they cannot overcome. One of the academic demands of students is to complete a thesis or final assignment. Students who experience stress when compiling their thesis can carry out stress coping strategies to reduce the stress. This study aims to determine the factors that influence coping stress strategy in students of the Faculty of Public Health, University of Sriwijaya who are writing their thesis. The design of this study is descriptive correlation with a quantitative approach and cross sectional design. The research sample consisted of 78 students who experienced stress during thesis writing. The sampling technique used was purposive sampling. The analysis technique used is univariate, bivariate (Spearman rank correlation) and multivariate (multiple linear regression) analysis. The study found that the level of Coping Stress Strategy for students of the Faculty of Public Health, Sriwijaya University who were preparing their thesis was in the good category (53.8%). It was found that there was significant and positive relationships between emotional intelligence ($r = 0.363$), optimism ($r = 0.487$), hardiness personality ($r = 0.478$) and social support ($r = 0.476$) with coping stress student strategies. The factor most related to coping stress strategy is optimism.

Keywords : Stress, coping stress strategy, Optimism
Literature : 54 (1998-2023)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, Juli 2023

Yang bersangkutan



Wulan Nida Cunda Haryani
10011281924034

HALAMAN PENGESAHAN

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI *COPING*
STRESS STRATEGY MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN
MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat

Oleh:

**Wulan Nida Cunda Haryani
10011281924034**

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Indralaya, Juli 2023

Pembimbing

**Mona Lestari, S.KM., M.KKK
NIP. 199006042019032019**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Coping Stress Strategy* pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang Sedang Menyusun Skripsi” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 24 Juli 2023.

Ketua :

1. Fenny Etrawati, S.KM., M.KM
NIP. 198905242014042001

()

Anggota :

1. Poppy Fujianti, S.KM., M.Sc
NIP. 199008312022032009
2. Mona Lestari, S.KM.,M.KKK
NIP. 199006042019032019


()

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya


Dr. Misnanjarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Koordinator Program Studi
Kesehatan Masyarakat


Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP. 197909152006042005

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Wulan Nida Cunda Haryani
NIM : 10011281924034
Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta/ 16 Februari 2001
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jalan Gorda RT 02 RW 01 No.1, Kelurahan Lubang
Buaya, Kecamatan Cipayung, Kota Jakarta Timur
Email : wulannidacundaaa@gmail.com
HP : 087809374906

Riwayat Pendidikan

2005-2006 : TK Islam Al-Makiyyah
2007-2013 : SD Negeri 05 Pagi Jakarta
2013-2016 : SMP Negeri 81 Jakarta
2016-2019 : SMA Negeri 67 Jakarta
2019-2023 : Dept. Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Riwayat Organisasi

2021 – 2022 : Head of Unit Content Creator OHSA FKM UNSRI
2021 – 2022 : Anggota Himpunan Mahasiswa Ilmu Kesehatan
Masyarakat (HIMKESMA) Divisi Media dan Infromasi
2019 - 2020 : Anggota Himpunan Mahasiswa Banten dan Jakarta
(HIMABAJAJ) Unsri Divisi Media dan Infromasi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya dan atas izin-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul "Faktor-Faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang menyusun skripsi". Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini yaitu untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Dalam proses menyelesaikan skripsi ini, tentunya penulis mendapatkan bimbingan, dukungan dan doa oleh berbagai pihak. Maka dari itu, rasa terimakasih yang sedalam-dalamnya penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
2. Ibu Asmaripa Ainy S.Si., M.Kes selaku Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
3. Ibu Mona Lestari, S.KM., M.KKK selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan meluangkan banyak waktu untuk memberikan arahan, kritik, saran, dukungan, dan semangat dalam proses penulisan skripsi ini
4. Ibu Fenny Etrawati, S.KM., M.KM dan Ibu Poppy Fujianti, S.KM., M.Sc selaku penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik
5. Pihak Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan izin dan seluruh staff yang telah membantu dalam proses penelitian agar dapat berjalan dengan baik
6. Kedua orang tua serta adik, ayah anis, ibu ida, yohanda yang selalu menyayangi, mendoakan, dan memberikan dukungan disetiap proses penyelesaian skripsi ini
7. Teman-teman Fakultas Kesehatan Masyarakat Angkatan 2019 yang bersedia menjadi responden dan telah membantu dalam proses penelitian

8. Fira, Fika, Eta, Sandra, Ica, Desvi, Putri, Salda, Puspa selaku teman-teman saya yang selalu mendengarkan semua cerita, memberikan saran serta semangat selama proses penyusunan skripsi
9. Nada, yang telah menjadi tempat berkeluh kesah yang selalu sabar yang membantu serta memberi *support* selama masa perkuliahan termasuk dalam proses penyelesaian skripsi ini
10. Kepada semua pihak yang terlibat yang tidak dapat disebutkan satu persatu penulis ucapkan terimakasih banyak atas segala bantuannya selama proses penyelesaian skripsi ini
11. Terakhir, saya mau mengucapkan terimakasih kepada diri saya sendiri yang sudah berproses dan berjuang untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Terimakasih untuk selalu kuat disetiap langkah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi penyusunan, pembahasan, ataupun penulisannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun, semoga bisa bermanfaat dan memberikan informasi bagi pembaca.

Indralaya, Juli 2023
Penulis,

Wulan Nida Cunda Haryani
NIM.10011281924034

DAFTAR ISI

| | |
|--|------------|
| ABSTRAK | i |
| ABSTRACT | ii |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| HALAMAN PERSETUJUAN | v |
| RIWAYAT HIDUP | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR DIAGRAM | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum | 5 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 6 |
| 1.4.1 Bagi Peneliti..... | 6 |
| 1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat | 6 |
| 1.4.3 Bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat | 6 |
| 1.5 Ruang Lingkup Penelitian..... | 6 |
| 1.5.1 Ruang Lingkup Lokasi | 6 |
| 1.5.2 Ruang Lingkup Materi..... | 7 |
| 1.5.3 Ruang Lingkup Waktu..... | 7 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| 2.1 Mahasiswa..... | 8 |
| 2.2 Stress | 9 |
| 2.2.1 Stress Akademik | 10 |

| | |
|--|-----------|
| 2.2.2 Sumber Stress | 11 |
| 2.2.3 Jenis-Jenis Stress | 13 |
| 2.2.4 Gejala Stress | 13 |
| 2.2.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress | 14 |
| 2.2.6 Tingkatan Stress..... | 15 |
| 2.2.6 Dampak Stress | 16 |
| 2.3 <i>Coping Stress Strategy</i> | 18 |
| 2.3.1 Pengertian <i>Coping Stress Strategy</i> | 18 |
| 2.3.2 Klasifikasi Strategi <i>Coping</i> | 19 |
| 2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Strategi <i>Coping Stress</i> | 22 |
| 2.4 Penelitian Terkait | 25 |
| 2.5 Kerangka Teori | 28 |
| 2.6 Kerangka Konsep..... | 29 |
| 2.7 Definisi Operasional..... | 30 |
| 2.8 Hipotesis Penelitian..... | 33 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 34 |
| 3.1 Desain Penelitian..... | 34 |
| 3.2 Populasi dan Sampel Penelitian | 34 |
| 3.2.1 Populasi..... | 34 |
| 3.2.2 Sampel | 34 |
| 3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel | 36 |
| 3.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data..... | 36 |
| 3.3.1 Jenis Data..... | 36 |
| 3.3.2 Cara Pengumpulan Data | 36 |
| 3.3.3 Alat Pengumpulan Data..... | 37 |
| 3.4 Pengolahan Data..... | 39 |
| 3.5 Analisis dan Penyajian Data | 39 |
| 3.5.1 Analisis Univariat | 39 |
| 3.5.2 Analisis Bivariat | 39 |
| 3.5.3 Analisis Multivariat | 40 |
| 3.5.4 Penyajian Data | 41 |
| 3.6 Uji Validitas dan Reabilitas | 41 |
| 3.6.1 Uji Validitas..... | 41 |
| 3.6.2 Uji Reabilitas | 45 |

| | |
|---|-----------|
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | 47 |
| 4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 47 |
| 4.1.1 Profil Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya | 47 |
| 4.1.2 Visi dan Misi Fakultas Kesehatan Masyarakat..... | 48 |
| 4.1.3 Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat | 48 |
| 4.1.4 Jumlah Mahasiswa..... | 49 |
| 4.2 Hasil Penelitian | 50 |
| 4.2.1 Analisis Univariat | 50 |
| 4.2.2.1 Gambaran Karakteristik Responden | 50 |
| 4.2.3 Analisis Bivariat | 66 |
| 4.2.2 Analisis Multivariat | 68 |
| BAB V PEMBAHASAN | 78 |
| 5.1 Keterbatasan Penelitian..... | 78 |
| 5.2 <i>Coping Stress</i> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 78 |
| 5.3 Hubungan Optimisme dengan <i>Coping Stress Strategy</i> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi..... | 80 |
| 5.4 Hubungan Kecerdasan Emosional dengan <i>Coping Stress Strategy</i> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 81 |
| 5.5 Hubungan Kepribadian <i>Hardiness</i> dengan <i>Coping Stress Strategy</i> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 83 |
| 5.6 Hubungan Dukungan Sosial dengan <i>Coping Stress Strategy</i> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 85 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN..... | 88 |
| 6.1 Kesimpulan | 88 |
| 6.2 Saran..... | 88 |
| DAFTAR PUSTAKA | 90 |
| LAMPIRAN..... | 95 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2. 1 Penelitian Terkait | 25 |
| Tabel 2. 2 Definisi Operasional | 30 |
| Tabel 3. 1 Tabel Minimal Sampel..... | 35 |
| Tabel 3. 2 Interpretasi Koefisien Korelasi | 40 |
| Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas..... | 42 |
| Tabel 3. 4 Hasil Uji Reabilitas | 46 |
| Tabel 4. 1 Jumlah Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat | 49 |
| Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan | 50 |
| Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Program Studi | 50 |
| Tabel 4. 4 Deskriptif Data Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 51 |
| Tabel 4. 5 Kategorisasi Data Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 51 |
| Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 52 |
| Tabel 4. 7 Deskriptif Data Optimisme Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 55 |
| Tabel 4. 8 Kategorisasi Data Optimisme Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 55 |
| Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Optimisme Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi..... | 56 |
| Tabel 4. 10 Deskriptif Data Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 57 |
| Tabel 4. 11 Kategorisasi Data Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi..... | 57 |
| Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 58 |
| Tabel 4. 13 Deskriptif Data kepribadian Hardiness Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 59 |

| | |
|---|----|
| Tabel 4. 14 Kategorisasi Data kepribadian Hardiness Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi..... | 60 |
| Tabel 4. 15 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kepribadian Hardiness Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 60 |
| Tabel 4. 16 Deskriptif Data Dukungan Sosial Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 62 |
| Tabel 4. 17 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 62 |
| Tabel 4. 18 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Dukungan Sosial Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi..... | 63 |
| Tabel 4. 19 Uji Normalitas..... | 66 |
| Tabel 4. 20 Hubungan antara Optimisme dengan Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 66 |
| Tabel 4. 21 Hubungan antara kecerdasan emosional dengan Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 67 |
| Tabel 4. 22 Hubungan antara Kepribadian Hardiness dengan Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang Menyusun Skripsi | 67 |
| Tabel 4. 23 Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Coping Stress Strategy Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Yang Sedang | 68 |
| Tabel 4. 24 Pemodelan Awal | 69 |
| Tabel 4. 25 Hasil Uji Confounding Tanpa Kecerdasan Emosional | 69 |
| Tabel 4. 26 Hasil Uji Confounding Tanpa Dukungan Sosial..... | 70 |
| Tabel 4. 27 Hasil Asumsi Eksistensi (Residuals Statistic)..... | 71 |
| Tabel 4. 28 Hasil Asumsi Independensi (Durbin Watson) | 72 |
| Tabel 4. 29 Hasil Asumsi Linieritas..... | 72 |
| Tabel 4. 30 Uji Glejser | 73 |
| Tabel 4. 31 Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov | 74 |
| Tabel 4. 32 Hasil Asumsi Multicollinearity..... | 75 |
| Tabel 4. 33 Hasil Pemodelan Akhir Uji Regresi Linier Berganda..... | 75 |
| Tabel 4. 34 Hasil Persamaan Garis Regresi Linier Berganda..... | 76 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... | 28 |
| Gambar 2. 2 Kerangka Konsep | 29 |
| Gambar 4. 1 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya | 47 |

DAFTAR DIAGRAM

| | |
|--|----|
| Diagram 4.1 Scatterplot Untuk Asumsi Homoscedasity..... | 73 |
| Diagram 4.2 Diagram Batang Untuk Asumsi Normalitas | 74 |
| Diagram 4.3 Diagram P-P Plot Untuk Asumsi Normalitas | 74 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Informed Consent*
- Lampiran 2. Kuesioner Data Responden
- Lampiran 3. Kuesioner *Coping Stress Strategy*
- Lampiran 4. Kuesioner Optimisme
- Lampiran 5. Kuesioner Kecerdasan Emosional
- Lampiran 6. Kuesioner Kepribadian *Hardiness*
- Lampiran 7. Kuesioner Dukungan Sosial
- Lampiran 8. Hasil Output Analisis SPSS
- Lampiran 9. Keterangan Lolos Kaji Etik
- Lampiran 10. Surat Balasan Izin Penelitian Fakultas Kesehatan Masyarakat
- Lampiran 11. Surat Izin Uji Validitas
- Lampiran 12. Dokumentasi Kegiatan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) adalah hak setiap orang yang ada di tempat kerja. Menurut UU No.1 Tahun 1970 Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan upaya untuk menjamin hak perlindungan atau keselamatan tenaga kerja yang melakukan pekerjaan dan orang lain yang berada di tempat kerja serta menjamin sumber produksi untuk dipergunakan secara efisien dan aman. Setiap tempat kerja memiliki berbagai potensi bahaya yang dapat menyebabkan penyakit akibat kerja maupun kecelakaan kerja. Penerapan K3 di tempat kerja tidak hanya berfokus pada mencegah terjadinya penyakit akibat kerja ataupun kecelakaan kerja dari bahaya fisik, kimia, biologi dan ergonomi tetapi juga juga menjamin perlindungan atas kesehatan mental, emosional dan psikis tenaga kerja sebagai akibat adanya bahaya psikososial di tempat kerja (Irzal, 2016). Bahaya psikososial menjadi permasalahan yang sering terabaikan di tempat kerja, padahal bahaya psikososial merupakan salah satu faktor penting yang harus dikendalikan sebagai upaya untuk menjamin kesehatan mental para pekerja. Perlu diketahui bahwa pekerja sering mengalami situasi dan lingkungan kerja yang tidak kondusif, seperti bekerja dalam shift, tuntutan dan tekanan kerja yang berlebihan, bekerja monoton, mutasi dalam pekerjaan, tidak jelasnya peran kerja, serta konflik dengan teman kerja. Semua aspek tersebut merupakan beberapa faktor psikososial yang apabila tidak segera diatasi akan berdampak pada timbulnya stress (Fitri, 2013).

Stress merupakan keadaan seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan cemas, takut dan khawatir akibat adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu yang disertai dengan ketegangan emosional dan berpengaruh pada keadaan fisik dan psikologis seseorang (Amin & Al-Fandi, 2007). Stress dapat melanda siapa pun baik dari kalangan muda maupun tua, yang bekerja maupun yang sedang menempuh pendidikan. Begitu pun pada mahasiswa yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi rentan untuk mengalami stress. Stress yang paling sering dialami mahasiswa adalah stress akademik. Stress pada

mahasiswa disebabkan oleh *academic stressor*. *Academic stressor* adalah stress yang dialami mahasiswa yang bersumber dari proses pembelajaran atau hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan belajar. Stres akademik muncul ketika adanya tekanan yang disebabkan oleh suatu kondisi akademik tertentu, tekanan ini melahirkan respon berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran maupun emosi negatif yang muncul akibat tuntutan akademik yang mereka hadapi (Barseli et al., 2020). Haabeb dan Koochaki dalam (Ambarwati et al., 2017) persentase mahasiswa di dunia yang mengalami stress akademik sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3%. Sementara itu, persentase mahasiswa yang mengalami stress akademik di Indonesia didapatkan sebesar 36,7- 71,6%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Debi Anggraini (2022) mengenai gambaran tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang didapatkan mahasiswa dengan tingkat stress normal sebanyak 4 mahasiswa (6.7%), 8 mahasiswa dengan tingkat stress ringan (12.7%), 19 mahasiswa dengan tingkat sedang, 22 mahasiswa dengan tingkat stress berat (34.9%) dan 10 mahasiswa dengan tingkat stress sangat berat (15.9%). Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Atika Rahmawati dkk (2020) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado didapatkan mahasiswa berada dalam kategori stres di tingkat berat yaitu sebanyak 66.2%, stres tingkat sedang yaitu sebanyak 16.9% dan mahasiswa yang mengalami stres tingkat rendah yaitu sebanyak 16.9%.

Salah satu *academic stressor* yang dialami mahasiswa adalah penyusunan tugas akhir atau skripsi. Skripsi merupakan sebuah karangan ilmiah yang wajib ditulis dan disusun oleh mahasiswa program sarjana sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar kesarjanaannya (Nurhindazah & Kustanti, 2017). Pada umumnya proses penyusunan skripsi dilakukan ketika mahasiswa berada pada semester tujuh dan delapan. Dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa akan mulai menggunakan kemampuan berpikirnya (kognitif) untuk melakukan penelitian secara mandiri, seperti kemampuan berpikir kreatif dalam menentukan topik penelitian, kemampuan merumuskan masalah, mengumpulkan, mengolah dan menganalisis data, menarik kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukannya kemudian menyampaikan hasil penelitian ke dalam bentuk tulisan ilmiah yang

membutuhkan proses tidak singkat. Mahasiswa diberi tanggung jawab untuk mengerjakan skripsi dengan tepat waktu yaitu idealnya selama 4 Tahun. Namun, pada kenyataannya, proses penyusunan skripsi bukanlah tergolong mudah dalam pengerjaannya. Tidak sedikit mahasiswa mengalami berbagai masalah atau kesulitan saat mengerjakan tugas akhir atau skripsi yang berakibat terhambatnya proses penyusunan skripsi (Ulum, 2018).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prameswari dkk, permasalahan mahasiswa dalam proses penyusunan skripsi diantaranya mencari judul yang efektif, menemukan dan merumuskan masalah, kesulitan dalam menyusun latar belakang, kesulitan dalam menentukan metode penelitian dan analisis data, kesulitan menuangkan ide kedalam bahasa ilmiah, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, kesulitan mencari referensi atau bahan bacaan, takut menemui dosen pembimbing serta keterbatasan dana dan waktu penelitian (Prameswari et al., 2022). Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan Umrina menunjukkan bahwa terdapat dua faktor penghambat penyelesaian studi mahasiswa yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi; malas dan kurang motivasi, kemampuan akademis. Sedangkan faktor eksternal meliputi; tuntutan keluarga dan orang tua untuk segera lulus, lingkungan/teman, sistem administrasi skripsi, proses bimbingan dengan dosen pembimbing, dan kesulitan mendapatkan referensi (Umrina, 2019).

Fenomena yang terjadi di Indonesia pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu adanya mahasiswa yang putus asa dan nekat melakukan bunuh diri karena stres dalam menyelesaikan skripsi. Mengutip pemberitaan Kompas.com tahun 2020, seorang mahasiswa di salah satu universitas di Samarinda Kalimantan Timur nekad bunuh diri karena depresi setelah kuliah 7 tahun tidak kunjung lulus lantaran skripsinya tidak kunjung usai. Selain itu, pada tahun 2021 seorang mahasiswa perguruan tinggi negeri di Palembang, Sumatera Selatan juga tewas bunuh diri karena depresi akibat skripsi. Berdasarkan fenomena yang terjadi dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tersebut tidak dapat mengatasi stress dengan baik sehingga berkembang menjadi stress yang hebat hingga kemudian terjadinya bunuh diri.

Oleh karena itu, mahasiswa perlu memiliki strategi-strategi yang dapat digunakan untuk menghadapi *problem*, tekanan dan tuntutan yang terjadi pada dirinya yang dapat mengakibatkan stress dengan cara melakukan *coping stress*. *Coping* mengacu pada upaya individu untuk menghadapi perasaan ketidaksesuaian antara tuntutan lingkungan dan kemampuan yang dalam situasi stress (Sarafino, 1998). Sedangkan menurut Ciccarelli, *Coping stress* adalah tindakan yang dapat dilakukan oleh individu untuk mentolerir, menguasai, meminimalkan, atau mengurangi efek dari stress, dan individu dapat memasukkan strategi perilaku dan strategi psikologis (Ciccarelli, 2015). *Coping Stress* dapat dilakukan dengan berbagai cara tergantung tinggi-rendahnya stress yang dialami dan jenis strategi *coping stress* yang bagaimana mereka sukai untuk diterapkan ketika stress melanda. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *coping* dapat digunakan dalam bentuk *Problem Focused Coping* (PFC) yang dilakukan dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stress secara langsung dan juga menggunakan *Emotion Focused Coping* (EFC) yang lebih mengarah pada strategi penangan stress dimana individu memberi respon terhadap situasi stress dengan cara emosional. Jika individu berhasil secara efektif mengendalikan situasi yang dinilai menekan, maka dampak negatif dari stress bisa dikurangi secara maksimal.

Berdasarkan penjelasan diatas, menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi rentan untuk mengalami stress yang timbul akibat adanya tekanan dan tuntutan yang dialaminya yang berasal dari dalam dirinya maupun dari luar dirinya. Mahasiswa yang mengalami stress dapat melakukan *coping stress* untuk meminimalisir stress yang terjadi. Banyak faktor yang mempengaruhi *coping stress* yang dilakukan oleh mahasiswa ketika mengalami stress saat penyusunan skripsi. Untuk itu perlu dilakukan penelitian tentang Faktor-Faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang menyusun skripsi.

1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi rentan untuk mengalami stress. Stress yang biasanya dialami mahasiswa disebabkan adanya tekanan dan tuntutan akademik yang tidak dapat diatasi oleh individu. Salah satu tuntutan akademik mahasiswa adalah menyelesaikan skripsi atau tugas akhir.

Menurut sebagian besar mahasiswa, skripsi merupakan sebuah tugas yang tentu tidak ringan. Banyak mahasiswa yang mengalami hambatan ataupun masalah dalam proses penyusunan skripsi, baik dari dalam dirinya maupun dari luar. Hambatan-hambatan tersebut diantaranya malas dan kurang motivasi, mencari judul yang efektif, menemukan dan merumuskan masalah, kesulitan dalam menyusun latar belakang, kesulitan metode penelitian dan analisis data, kesulitan menuangkan ide kedalam bahasa ilmiah, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah, kesulitan mencari referensi atau bahan bacaan, takut menemui dosen pembimbing, dana dan waktu yang terbatas, tekanan dari keluarga, lingkungan/teman yang tidak mendukung dan proses pembimbingan pada dosen. Mereka merasa diberikan beban berat yang mengakibatkan kesulitan yang dirasakan berkembang menjadi stress bahkan hingga hal yang paling fatal yaitu mahasiswa nekad untuk melakukan bunuh diri. Mahasiswa yang mengalami stress saat menyusun skripsi dapat melakukan *Strategy coping stress* untuk mengurangi perasaan stress yang sedang terjadi. *Coping Stress* dapat dilakukan dengan berbagai cara tergantung tinggi-rendahnya stress yang dialami dan jenis strategi *coping stress* yang bagaimana mereka sukai untuk diterapkan ketika stress melanda. Selain itu, faktor internal dan eksternal juga dapat mempengaruhi *coping stress strategies* mahasiswa penyusun skripsi. Untuk itu peneliti ingin mengetahui Faktor-Faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang Menyusun Skripsi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Faktor-Faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang sedang menyusun skripsi

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang menyusun skripsi
2. Menganalisis hubungan antara optimisme dengan *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang menyusun skripsi

3. Menganalisis hubungan antara Kecerdasan emosional dengan *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang menyusun skripsi
4. Menganalisis hubungan antara kepribadian *Hardiness* dengan *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang menyusun skripsi
5. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang menyusun skripsi
6. Menganalisis variabel yang paling berhubungan dengan *coping stress strategy* pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas sriwijaya yang sedang Menyusun skripsi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Sebagai sarana untuk mempraktekkan mata kuliah yang dipelajari secara langsung, sehingga dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman tentang Faktor-Faktor yang mempengaruhi *coping stress strategy*. Dan diharapkan dapat mengaplikasikan teori yang diperoleh selama di bangku kuliah serta meningkatkan pengetahuan langsung di lapangan.

1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Menambah rujukan pustaka mengenai stress kerja khususnya stress akademik yang dapat dimanfaatkan oleh dosen dan mahasiswa dan dapat digunakan sebagai referensi ilmiah untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3 Bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat

Sebagai bahan acuan pengambilan keputusan dalam menghadapi rasa stres saat menyusun skripsi dan membantu meminimalisir stress dengan strategi *coping* yang baik.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Ruang Lingkup Lokasi

Penelitian ini akan dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

1.5.2 Ruang Lingkup Materi

Materi penelitian ini adalah Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) khususnya materi *psikososial hazard*

1.5.3 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Januari 2023 – Juli 2023

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, P. N. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Coping Stress Mahasiswa Tingkat Akhir Bimbingan dan Penyuluhan Islam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ambarsarie, R., Yunita, E., & Sariyanti, M. (2021). Buku Saku Coping Stres pada Mahasiswa Generasi Z. *Upp Fkip Unib, June*, 1–26. <https://www.researchgate.net/publication/353945593>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). The description of stres levels in collage student at Muhammadiyah University Malang. *Jurnal Keperawatan*, 5(5), 40–47. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4466>
- Amin, S. M., & Al-Fandi, H. (2007). *Kenapa harus stres : terapi stres ala Islam*. Amzah.
- Aries Nurkahfi, & Endang Supraptiningsih. (2022). Pengaruh Optimisme terhadap Strategi Coping. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(1), 509–514. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.1434>
- Asih, G. Y., Hardani Widhiastuti, & Dewi, R. (2018). Stress Kerja. In *Semarang University Press*. Semarang University Press.
- Bariyyah, K., & Latifah, L. (2015). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kanjuruhan Malang. In *Universitas Pelita Harapan Surabaya* (Vol. 1, Issue 1). <http://repository.unikama.ac.id/823/>
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95. <https://doi.org/10.29210/02733jpgi0005>
- Ciccarelli, S. K. (2015). *Psychology* (3rd ed.). Pearson.
- Dahlan, M. S. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan ; Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat, Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS* (Edisi 6). Epidemiologi Indonesia.
- Dahlan, M. S. (2018). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan* (Edisi 3). Salemba Medika.

- Donsu, J. D. T. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- Fasya, Z. A., Yuwono, P., & Septiwi, C. (2019). Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong Tahun. *Proceeding of The 10th University Research Colloquium 2019: Bidang MIPA Dan Kesehatan, 1*(1), 622–629.
- Fitri, A. M. (2013). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stress Kerja Pada Karyawan Bank (Studi pada Karyawannn Bank BMT). *Jurnal Kesehatan Ma, 2*.
- Gadzella, B. M., & Masten, W. G. (2005). An analysis of the categories in the studentlife stress inventory. *American Journal of Psychology Research*.
- Hasanah, U. (2019). Hubungan Hardiness Dengan Emotion Fokused Coping Pada Anak Dan Remaja Yang Sedang Berhadapan Dengan Hukum (ABH). *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi, 4*(1), 53–69. <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.676>
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. FKUI.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik), 2*(1), 73. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Illahi, U., Neviyarni, N., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia), 3*(2), 68. <https://doi.org/10.29210/3003244000>
- Indriawati, P. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Balikpapan. *Jurnal Pendidikan Edutama, 5*(2), 1. <https://doi.org/10.30734/jpe.v5i2.183>
- Irzal. (2016). *Dasar – dasar Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Kencana.
- Kountul, Y. P. D., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. C. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS, 7*(5), 1–7.
- Mahmud, R., & Ayun, Z. (2021). Stress, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan. *Jurnal Indigenous, 1*(2), 29–39.

- Manizar, E. (2017). Mengelola Kecerdasan Emosi. *Tadrib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 198–213.
- Maramis, J. R., & Mokal, V. V. (2021). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Profesi Ners Tahun Terakhir di Universitas Klabat. *Klabat Journal of Nursing*, 3(2), 210–219.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping : Teori dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101.
- Masitoh, A. R., & Noor Hidayat, E. (2018). Hubungan Optimisme Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Muhammadiyah Kudus Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(1), 97. <https://doi.org/10.26751/jikk.v9i1.409>
- Merry, & Mamahit, H. C. (2020). Stres akademik mahasiswa aktif angkatan 2018 dan 2019 Universitas Swasta di DKI Jakarta. *Jurnal Konseling Indonesia*, 6(1), 6–13.
- Mulyani, Y., Maryani, S., & Ermawati, E. (2015). Pengaruh Koping Adaptif Dan Mal Adaptif Terhadap Dismenorea Pada Mahasiswi D Iii Keperawatan, Jakarta, Tahun 2014. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 2(2), 208–225. <https://doi.org/10.36743/medikes.v2i2.118>
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75–83.
- Ningrum, D. W. (2011). Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada mahasiswa ueu yang sedang menyusun skripsi. *Psikologi, Volume 9*(Nomor 1), 41–47.
- Nurhindazah, D., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Adversity Intelligence Pada Mahasiswa Yang Menjalani Mata Kuliah Tugas Akhir Di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 5(4), 645–652. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15422>
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Prameswari, M., Setiawati, O. R., & Lutfianawati, D. (2022). Hubungan Strategi Coping dengan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1), 10–18. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/view/4773>

- Pratiwi, N. G. (2017). *Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial terhadap Stres pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya yang Menyusun Skripsi*. Universitas Sriwijaya.
- Prayitno, E., & Daryaswanti, P. I. (2021). Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa DIII Keperawatan Dalam Menjalani Pembelajaran Online di Stikes Kesdam IX/Udayana. *Bali Health Published Journal*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.47859/bhpj.v3i1.14>
- Putri, R. A. (2020a). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Di Yogyakarta* [Universitas Mercu Buana Yogyakarta]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/9265/>
- Putri, R. A. (2020b). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Di Yogyakarta*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2007). *Essentials of Organizational Behaviour* (Ninth Edit). Pearson Education Inc.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia 2016, July*, 29–37.
- Romadlon, N. S. (2021). Hubungan antara optimisme dengan coping stress pada mahasiswa psikologi angkatan 2017 yang sedang menyusun skripsi. In Nur Syauqy Romadlon S. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Rustiana, E. R., & Hary Cahyati, W. (2012). Hubungan Antara Stress Kerja Dengan Pemilihan Strategi Coping Pada Dosen. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 144–150. <http://journal.unnes.ac.id/index.php/kemas>
- Sahputra, D., Syahniar, S., & Marjohan, M. (2016). Kontribusi Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosi terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa serta Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 5(3), 182. <https://doi.org/10.24036/02016536554-0-00>
- Sapardo, F. J. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping Stress Pada Mahasiswa Merantau yang Bekerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 217–224. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4776>
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology. Biopsychosocial Interactions* (3rd ed.). John Wiley & Sons I.

- Sipayung, N. (2016). Coping Stress Penulis Skripsi (STudi Deskriptif pada Mahasiswa Angkatan 2012 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Snata Dharma Tahun Ajaran 2015/2016. *Skripsi*.
- Siregar, F. I. H. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Profesi Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang. *Skripsi*.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In Ayup (Ed.), *Literasi Media Publishing* (1st ed.). Literasi Media Publishing. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Solin, F. (2020). *Hubungan dukungan sosial dengan coping stress pada mahasiswa semester akhir Stambuk 2015 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*. file:///C:/Users/user/Documents/proposal/judul 1 optimisme/158600012 - Fernanda Solin - Fulltext.pdf
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Administratif*. Alfabeta.
- Sulistiyowati, D. A., Wismanto, Y. B., & Utami, C. T. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dan Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang. *Prediksi*, 4(1), 11. <http://journal.unika.ac.id/index.php/pre/article/view/498>
- Susane L., I. M. A. (2017). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Motivasi Siswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Skripsi*, 19–31.
- Ulum, M. C. (2018). Stress Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Semsester Viii S1 Keperawatan Stikes Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan “ Insan Cendekia Medika ” Jombang. *Skripsi*, 111.
- Umrina, A. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penghambat Penyelesaikan SKRIPSI Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Walisongo Semaranf. *At-Taqaddum*, 8(5), 186–233. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21580/at.v11i2.4566>