

**HUBUNGAN *PROBLEM FOCUS COPING* DENGAN KEMANDIRIAN  
BELAJAR DALAM MENGHADAPI TUGAS AKADEMIK PADA  
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2020**

**SKRIPSI**

**Oleh**

**Bella Harlin**

**06071181722005**

**Program Studi Bimbingan Konseling**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2021**

**HUBUNGAN PROBLEM FOCUS COPING DENGAN KEMANDIRIAN BELAJAR  
DALAM MENGHADAPI TUGAS AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN  
DAN KONSELING ANGKATAN 2020**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Bella Harlin**

**NIM 06071181722005**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Mengesahkan**

**Pembimbing**



**Dra. Rahmi Sofah, MP.d., Kons  
NIP 195902201986112001**

**Mengetahui,**

**Ketua Jurusan.**



**Dr. Azizah Husin, M.Pd  
NIP. 196006111987032001**

**Koordinator Program Studi**



**Dra. Hartina, M.Sc  
NIP 195904251987032001**

**HUBUNGAN *PROBLEM FOCUS COPING* DENGAN KEMANDIRIAN  
BELAJAR DALAM MENGHADAPI TUGAS AKADEMIK PADA  
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2020**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

Bella Harlin

NIM. 06071181722005

Program Studi Bimbingan dan Konseling

**Telah diujikan dan lulus pada:**

Hari : Selasa

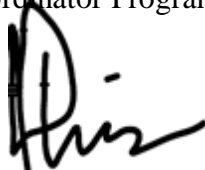
Tanggal : 14 Desember 2021

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons. ()

2. Anggota : Rani Mega Putri, M.Pd., Kons ()

Indralaya, 3 Januari 2022  
Mengetahui,  
Koordinator Program Studi

  
Dra. Harlina, M.Sc  
NIP. 195904251987032001

## PERNYATAAN

Saya yangbertanda tangan dibawah ini :

Nama : Bella Harlin

Nim : 06071181722005

Program Studi : Bimbingan Konseling

Menyatakan Dengan Sungguh-Sungguh Bahwa Skripsi Yang Berjudul” Hubungan *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam Menghadapi Tugas Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020” ini benar-benar karya saya sendiri tidak melakukan pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2020 Tentang Pencegahan dari Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Jika di kemudian hari ditemukan ada pelanggaran dalam skripsi ini atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang diberikan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan benar-benar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Indralaya, 23 Desember 2021  
Yang membuat pernyataan



Bella Harlin  
Nim.06071181722005

## **PRAKATA**

Segala puji bagi Allah Subhanahu Wa Ta`ala yang telah melimpahkan Rahmat, Nikmat dan juga Karunia-Nya Kepada seluruh makhluk ciptaan-nya. Sholawat beserta Salam kepada Baginda Rasulullah Shollaallohu ‘Alaihi wa Sallam, tauladan bagi seluruh pengikutnya. Semoga kita memperoleh Syafa’at dari beliau di hari akhir kelak. Skripsi dengan judul “Hubungan *Problem Focused Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam menghadapi tugas akademik pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020” disusun untuk memebuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons., selaku pembimbing atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri, Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Ibu Dra. Harlina, M.Sc., Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga untuk seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama perkuliahan.

Akhir kata, Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling

Indralaya, 9 November 2021

Bella Harlin

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim..

Alhamdulillah rabbi`alamin segala puji dan syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wata`ala yang telah memberikah rahmat, nikmat, kesehatan serta kemudahan karena berkah dan karunianyalah sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beriringkan salam senantiasa saya haturkan kepada baginda Nabi Muhammad Shallallahu `alaihi wa salam.

Dan saya sangat bersyukur karena Allah Subhanahu Wata`ala yang telah menghadirkan orang-orang yang baik disekeliling saya yang selalu memberikan support,motivasi serta memberikan penguatan secara psikologis.

Dengan ini saya mengucapkan terimakasih dan saya persembahkan skripsi ini untuk :

- Allah SWT, terima kasih telah mengiringi langkah dan perjalanan selama ini, serta sudah menjadi penerang di setiap kehidupan saya sehingga bisa sampai dititik ini
- Untuk Ayahanda muhammad fatir terima kasih suda menjadi malaikat penjaga, malaikat pelindung dari bella kecil hingga berumur 22 tahun sekarang ini yang tidak henti-hentinya mendoakan. terimakasih sudah menjadi sosok ayah yang terbaik, hingga bella bisa sampai di tiitk ini. Terima kasih sudah sabar mengajarkan hal-hal baik kepada bella ,mengajarkan apa itu arti dari kesabaran, arti perjuangan hidup, bahwa kita hidup didunia ini harus berjuang. Yang sealu mengajarkan agar tidak mengeluh walaupun keadaan susah. Terima kasih untuk semua pengorbanan ayah buat bella sampai di titik ini, skripisi ini bella persembahkan untuk ayah, semoga skripsi ini bisa menjadikan ini lah hasil dari pengorbanan ayah selama ini, yah ini putri kecilmu sudah dewasa, kini putri kecilmu suah bisa

mencapai gelar sarjana.semoga ayah selalu diberikan umur panjang dan kesehatan Aamiin

- Untuk ibu ku tercinta Nurmaliana ,beribu terima kasih yang ku ucapkan, terima kasih sudah melahirkan bella kedunia ini, terima kasih sudah mengajarkan arti dari kesetiaan, arti dari kesabaran, arti dari pengorbanan yang sesungguhnya, terima kasih selalu mendoakan disetiap langkah, sudah mau berkorban, berjuang, serta sabar selama ini hingga bella bisa sampai dititik ini, bu dirimu pernah bilang bahwa seorang perempuan harus kuat harus bisa mandiri. Bu semoga ibu selalu sehat, karna hanya semangat ibula yang bisa membuat bella sekuat ini, setegar ini, terima kasih sudah mau menjadi sosok ibu serta sahabat dikala bella susah, sudah mau mendengarkan keluh kesah putri kecilmu ini , ibu hanya ini yang bisa bella berikan untuk saat ini , bella bangga memiliki sosok ibu yang kuat, yang sabar seperti ibu.kalau bella bukan anak ibu mungkin bella sulit melewati cobaan ini. Intinya terima kasih untuk sudah rela berjuang demi bella mendapatkan gelar sarjana ini bella sayang ibu .
- Untuk kakak kandung ku wahyu pratama putra, terima kasih sudah menjadi sosok kakak yang baik, sosok kakak yang memiliki sikap cuek tapi memiliki kepedulian yang luar biasa terhadap adik-adik nya, terima kasih suda banyak membantu didalam proses perkuliahan bella, semoga kakak juga dikelilingi orang-orang baik
- Untuk adik kecilku, Andre Anugerah, terima kasih yah sudah menjadi adik yang walaupun kecil tetapi pemikirannya dewasa, terima kasih sudah mau menjadi teman ribut disaat dirumah sehingga rumah yang kecil pun penuh dengan warna

- Kepada ibu Dra. Harlina, M.Sc selaku koordinator program studi bimbingan konseling FKIP Universitas Sriwijaya terima kasih bantuannya selama ini semoga ibu selalu sehat
- Kepada ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., kons selaku dosen pembimbing saya selama masa skripsi ini, terima kasih sudah mau membimbing, mengarahkan serta sabar dalam mengajari bella hingga bella bisa sampai dititik ini, semoga kebaikan ibu dibalas sama Allah SWT Aamiin
- Seluruh dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya, yang telah mendidik, mengajarkan serta memberikan pengalaman yang sangat luar biasa selama masa perkuliahan hingga sampai dititik ini.
- Kepada Sahabatku Hesti Novita Sari, sahabat yang dari SMP, hingga sekarang, terima kasih sudah mau menjadi sahabat serta kakak yang selalu mengajarkan banyak pengalaman di dalam hidup ini, semoga selalu jadi sahabat sampai tua ya
- Kepada para kakak kakak tingkat BK angkatan 2016, Kak Elvi yang sudah seperti kakak sendiri yang cerewet tapi peduli, Kak Andi boyfriend terima kasih sudah menemani dari awal masuk hingga sampai ketitik ini, semoga kebaikan kakak dibalas Allah SWT Kak Ilham, Mb Lyana, Mb Ica, terima kasih selama masa perkuliahan sudah baik sama bella, terima kasih sudah memberikan pengalaman yang luar biasanya selama di kampus biru
- Kepada teman seperjuangan Soon sepen wisuda 2021, Cahya, Yosi, Ifah, Ika, Dwi, Lilis terimakasih sudah memberikan pengalaman yang sangat berharga, telah memberikan kebersamaan yang luar biasa, selama masa perkuliahan ini, sudah menjadi support dikala down semoga pertemanan ini terjalin sampai kita sudah tua nanti



- Kepada Teman-teman anak UMP, Mb lesi, Reni, Sri, Dek cik, erin . terima kasih sudah mau berteman sama bella walaupun pertemuan kita tidak lama, terima kasih sudah mengajarkan arti dari kebersamaan.
- Kepada uwak dan ayuk sinta tersayang, terima kasih atas kebaikannya selama ini terima kasih sudah seperti saudara kandung
- Teima kasih juga kepada Adik-adik Bimbingan Konseling 2020 Bk indralaya maupun Palembang yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
- Untuk Almamater Kebanggaan Universitas Sriwijaya. Terima kasih telah memberikan kebanggaan untuk bella dan keluarga, terima kasih untuk kenangan selama menjadi mahasiswa Universitas Sriwijaya.

### **MOTTO**

*“ sesuatu hal yang kamu benci bisajadi itu akan jadi hal baik untukmu disuatu hari, dan sebaliknya sesuatu yang kamu sukai bisajadi hal itu tidak baik untuk mu”*

*(QS. Al Baqarah 216)*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xvii</b>
<b>ABSTRAC.....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>7</b>
2.1 Kemandirian Belajar .....	7
2.1.1 Pengertian Kemandirian Belajar .....	7
2.1.2 Ciri-ciri Kemandirian Belajar .....	8
2.1.3 Tujuan Kemandirian Belajar .....	9
2.1.4 Aspek-aspek Kemandirian Belajar .....	10
2.1.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kemandirian Belajar .....	10
2.2 <i>Problem Focus Coping</i> .....	11
2.2.1 Pengertian <i>Problem Focus Coping</i> .....	11

2.2.2 Bentuk- bentuk <i>Coping</i> .....	12
2.2.3 Aspek –aspek <i>Problem Focus Coping</i> .....	13
2.2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Problem Focus Coping</i> ...	14
2.3 Mahasiswa .....	16
2.3.1 Pengertian Mahasiswa .....	16
2.3.2 Ciri-ciri Mahasiswa .....	17
2.3.3 Tugas dan Kewajiban mahasiswa .....	17
2.3.4 Peran Mahasiswa.....	18
2.3.5 Fungsi Mahasiswa .....	19
2.4 Bimbingan dan Konseling.....	20
2.5 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
3.1 Metode Penelitian .....	23
3.2 Variabel Penelitian.....	23
3.3 Definisi Operasional .....	24
3.3.1 Problem Focus Coping .....	24
3.3.2 Kemandirian Belajar.....	24
3.4 Populasi.....	25
3.4.1 Populasi .....	25
3.4.2 Sampel .....	26
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
3.5.1 Lokasi Penelitian .....	26
3.5.2 Waktu Penelitian .....	26
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.6.1 Instrumen Penelitian.....	28
3.7 Kisi-kisi Insrumen .....	28
3.8 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	29
3.8.1 Validitas.....	29
3.8.2 Uji Reliabelitas.....	32

3.9 Teknik Analisis Data .....	32
3.9.1 Uji Normalitas .....	32
3.9.2 Uji Linearitas .....	33
3.9.3 Hipotesis .....	33
3.10 Kriteria Kategorisasi .....	34
3.10.1 Kategorisasi Gambaran Tingkat <i>Problem Focus Coping</i> .... dengan Kemandirian Belajar .....	34
3.10.2 Kategori Tingkat Koefisien Korelasi .....	34
3.11 Prosedur Penelitian .....	35
3.11.1 Tahap Persiapan .....	35
3.11.2 Tahap Penelitian .....	35
3.11.3 Tahap Akhir .....	35
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	37
4.2 Deskripsi Kategorisasi Problem Focus Coping .....	37
4.2.1 Deskripsi Frekuensi Presentase pada Indikator <i>Seeking</i> .....	
<i>Informational Support</i> .....	39
4.2.2 Deskripsi Frekuensi Presentase pada Indikator Confrontive .. Coping .....	39
4.2.3 Deskripsi Frekuensi Presentase pada Indikator Planful Problem Solving .....	40
4.3 Deskripsi Kategori Kemandirian Belajar .....	41
4.3.1 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Tidak Bergantung Pada Orang Lain .....	41
4.3.2 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Memiliki Sikap Tanggung jawab .....	42
4.3.3 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Memiliki Kepercayaan Diri .....	42
4.3.4 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Disiplin .....	43

4.3.5 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Berperilaku Berdasarkan Inisiatif Sendiri .....	43
4.3.6 Deskripsi Frekuensi Presentase Pada Indikator Melakukan ... Kontrol Diri .....	44
4.4 Analisis Hasil Korelasi Problem Focus Coping dengan Kemandirian Belajar .....	44
4.4.1 Uji Normalitas .....	44
4.4.2 Uji Linearitas .....	45
4.4.3 Uji Hipotesis .....	46
4.5 Pembahasan .....	49
4.6 Keterbatasan Penelitian .....	53
4.6.1 Keterbatasan .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
5.1 Kesimpulan .....	54
5.2 Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Mahasiswa BK Kelas Indralaya dan Palembang .....	25
Tabel 3.2 Penskoran.....	27
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen	
<i>Problem Focus Coping</i> (sebelum diuji coba) .....	28
Tabel 3.4 Kisi- kisi Instrumen	
Kemandirian Belajar (sebelum diuji coba).....	29
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen	
<i>Problem Focus Coping</i> (sesudah diuji coba).....	30
Tabel 3.6 Kisi-kisi Instrumen	
Kemandirian Belajar ( sesudah diuji coba) .....	31
Tabel 3.7 Reliabelitas.....	32
Tabel 3.8 Tingkat Kategorisasi.....	34
Tabel 3.9. Intrepetasi Koefisien Korelasi.....	34
Tabel 4.1 Deskripsi Data.....	37
Tabel 4.2 Kategorisasi <i>Problem Focus Coping</i> .....	38
Tabel 4.3 Frekuensi Presentase Pada Indikator	
<i>Seeking Informationalsupport</i> .....	39
Tabel 4.4 Frekuensi Presentase Pada	
<i>Indikator Confrontive Coping</i> .....	39
Tabel 4.5 Frekuensi Presentase Pada Indikator	
<i>Planful Problem Solving</i> .....	40
Tabel 4.6 Kategorisasi Kemandirian Belajar .....	40
Tabel 4.7 Frekuensi Presentase Pada Indikator	
Tidak Bergantung Pada Orang Lain .....	41
Tabel 4.8 Frekuensi Presentase Pada Indikator	
Memiliki Sikap Tanggung Jawab .....	42
Tabel 4.9 Frekuensi Presentase Pada Indikator	
Memiliki Kepercayaan Diri .....	42

Tabel 4.10 Frekuensi Presentase Pada Indikator Disiplin .....	43
Tabel 4.11 Frekuensi Presentase Pada Indikator Berperilaku Berdasarkan Inisiatif Sendiri.....	43
Tabel 4.12 Frekuensi Presentase Pada Indikator Melakukan Kontrol Diri.....	44
Tabel 4.13 Uji Normalitas.....	45
Tabel 4.14 Uji Linearitas.....	45
Tabel 4.15 Uji Korelasi.....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Desain Penelitian .....	24
Gambar 2. Hipotesis Statistik .....	24
Gambar 3. Diagram Kategorisasi Tingkat <i>Problem Focus Coping</i> .....	38
Gambar 4. Diagram Kategori Tingkat Kemandirian Belajar .....	41



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Usul Judul Penelitian.....	61
Lampiran 2. SK Pembimbing .....	62
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian .....	64
Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi Ahli .....	65
Lampiran 5 Analisis Kebutuhan ( Studi Pendahuluan ) .....	66
Lampiran 6. Instrumen <i>Problem Focus Coping</i> Sebelum Validasi.....	67
Lampiran 7. Instrumen Kemandirian Belajar Sebelum Validasi.....	69
Lampiran 8 Instrumen <i>Problem Focus Coping</i> Sesudah Validasi .....	74
Lampiran 9. Instrumen Kemandirian Belajar Sesudah Validasi .....	79
Lampiran 10Kartu Bimbingan Skripsi.....	84
Lampiran 11 Skala Psikologis <i>Google Form</i> .....	91
Lampiran 12 <i>Screenshot</i> Grub BK 2020 .....	92
Lampiran 13. Jumlah Responden yang mengisi angket.....	93
Lampiran 14. Tabel Uji Linearitas dan Normalitas .....	94
Lampiran 15.Tabulasi Data Uji Coba .....	95
Lampiran 16. Daftar Nama Mahasiswa BK 2020 .....	110

**HUBUNGAN PROBLEM FOCUS COPING DENGAN KEMANDIRIAN  
BELAJAR DALAM MENGHADAPI TUGAS AKADEMIK PADA  
MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING ANGKATAN 2020**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam menghadapi tugas akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan populasi sebanyak 82 orang, penelitian ini menggunakan *Sampel Jenuh* dimana semua populasi dijadikan sampel. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Problem Focus Coping* dan skala Kemandirian Belajar yang diperoleh melalui aplikasi Google Form, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Person-Product Moment* dengan bantuan *SPSS Versi 22*. Dari hasil analisis data menunjukkan koefisien korelasi  $r_{hitung}(r_{xy}) = 0,727$  dengan  $r_{tabel} = 0,217$  ( $r_{hitung} > r_{tabel}$ ) artinya terdapat hubungan positif yang kuat pada *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam menghadapi tugas akademik. Dimana semakin tinggi *Problem Focus Coping* maka semakin tinggi pula Kemandirian Belajar, sebaliknya semakin tinggi Kemandirian Belajar maka semakin tinggi pula *Problem Focus Coping*. maka dapat dikatakan kedua variabel saling berhubungan.

**Kata Kunci :** *Tugas akademik, Problem Focus Coping, Kemandirian Belajar.*

Mengetahui  
Koordinator Program Studi



Dra. Harlina, M.Sc  
NIP. 195042519870320001

Pembimbing



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons  
NIP. 1959022019861120001

**THE RELATIONSHIP OF PROBLEM FOCUSED COPING WITH  
LEARNING INDEPENDENCE IN FACING ACADEMIC TASKS IN  
GUIDANCE AND COUNSELING STUDENTS FOR THE 2020 CLASS**

***ABSTRACT***

This study aims to determine the relationship between *Problem Focus Coping* and Independent Learning in dealing with academic tasks for Guidance and Counseling Students Class of 2020,. This research is a correlational quantitative study with a population of 82 people, this study uses a saturated sample where all populations are sampled. The data collection method was carried out using the *Problem Focus Coping* scale and the Learning Independence scale obtained through the Google Form application, the data analysis used in this study using Person-Product Moment with the help of SPSS Version 22. From the results of data analysis, the correlation coefficient  $r_{\text{count}} (r_{xy}) = 0.727$  with  $r_{\text{table}} = 0.217$  ( $r_{\text{count}} > r_{\text{table}}$ ) meaning that there is a strong positive relationship between Problem Focus Coping and Independent Learning in dealing with academic tasks. Where the higher the Problem Focus Coping, the higher the Learning Independence, the higher the Learning Independence, the higher the Problem Focus Coping. Then it can be said that the two variables are related

***Keywords:*** *Academic assignments, Problem Focus Coping, Independent Learning.*

Acknowledged by,  
Study Program Coordinator



Dra. Harlina, M.Sc.  
NIP. 1959042519870320001

Advisor



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons  
NIP. 1959022019861120001

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Setiap orang pernah mendapatkan masalah dan akan selalu menemui berbagai tuntutan dan tekanan dalam usaha menjalani kehidupan yang baik, dari lingkungan atau diri sendiri. Menjadi mahasiswa juga termasuk salah satu perubahan besar dalam perkembangan masa remaja yang dapat menjadi tekanan dalam kehidupan seseorang. Mahasiswa merupakan kelompok dalam masyarakat yang mempunyai status karena terikat dengan perguruan tinggi dan diharapkan sangat berperan di masyarakat (Hurlock,2003).

Perubahan transisi dari sekolah menengah Atas menuju ke perguruan tinggi juga dapat menyebabkan munculnya masalah, baik internal maupun eksternal bagi mahasiswa. Budaya serta norma yang baru, kelompok teman yang baru serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru, gaya hidup yang menuntut waktu dan pengendalian diri yang berbeda dari masa sekolah serta tidak sedikit pula mahasiswa yang jauh dari rumah atau merantau, tugas perkuliahan dan jadwal perkuliahan yang padat menjadi timbulnya masalah dan tekanan yang akan terjadi pada mahasiswa.

Berbagai profesi akan selalu memiliki tantangan masing-masing. Begitu juga yang terjadi pada setiap individu .Setiap mahasiswa akan melalui berbagai rintangan untuk melatih persiapan sebelum memasuki dunia perkuliahan. Peralihan masa perkembangan dapat memberikan perubah-perubahan didalam diri seseorang dan juga cukup memberi warna dalam kehidupan mahasiswa. Perubahan-perubahan tersebut harus diperhatikan dengan sangat baik. Karena pada masa ini, remaja sedang mengalami masa kritis. Masa dimana terjadinya suatu perubahan tekanan baik secara sosial, dan akademis mewajibkan remaja memiliki banyak peran dan tanggung jawab yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa transisi dari anak-anak menuju kedewasa, prestasi, minat dan sosial merupakan hal yang penting. Remaja dapat merasakan bahwa kehidupan yang ia

jalani saat ini dapat menentukan masa depannya. Contohnya kegagalan dan keberhasilan yang dicapai pada saat ini dapat berpengaruh terhadap kesuksesan dimasa depan dan tentunya hal tersebut membuat stres pada individunya. keberhasilan dapat dicapai dengan usaha pada diri individu serta Pengetahuan yang diperoleh individu selama dia menempu jenjang pendidikan. Pendidikan mempunyai arti yang sangat penting bagi kehidupan dan perkembangan siswa. Pendidikan disekolah maupun diuniversitas dapat memenuhi beberapa kebutuhan siswa maupun mahasiswa dan menentukan kualitas kehidupan mereka dimasa depan. Namun dalam proses pendidikan di suatu universitas mahasiswa tidak jarang juga mengalami stres karena ketidakmampuannya beradaptasi dengan program yang telah ditentukan pada lembaga pendidikan tersebut Baumel, (dalam Wulandari 2011:87) menyatakan bahwa stres akademik yaitu stres yang dapat disebabkan oleh stressor akademik, yaitu bersumber dari kegiatan belajar mengajar yang meliputi lama belajar, serta kemampuan dalam memahami pelajaran. Stres yang sering dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik Taufik (dalam Barseti, M. 2017: 143-148 ). stres juga dapat diartikan sebagai akibat dari interaksi antara suatu rangsangan yang terdapat dilingkungannya dan respon dari individu, stres juga dapat dianggap sebagai sesuatu hal yang negatif karena stres juga dapat menyebabkan frustrasi dalam jangka panjang , gejala atau akibat negatif yang dapat mengganggu kehidupan individu tersebut, stress juga dapat dibagi berbagai tingkatan mulai dari tingkat rendah , sedang bahkan tingkat tinggi.

Akibat dari berbagai macam permasalahan yang sering dihadapi pada mahasiswa baru, menuntut mereka untuk dapat menyusun suatu strategi atau kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang mereka hadapi. Setiap individu memiliki cara atau strategi dan kemampuan penyelesaian yang berbeda. Kemampuan (ability) berarti kapasitas seorang individu untuk melakukan beragam tugas dalam suatu pekerjaan. (Stephen P. Robbins & Timonthy A. Judge, 2010: 57).Perbedaan nya dapat dilihat dari startegi pemecahan masalah yang akan diambil. Salah satu bentuk penyelesaian masalah yang langsung pada inti permasalahannya dapat di sebut dengan kemampuan *Problem Focus Coping*

Mahasiswa merupakan peserta didik yang sedang mencari ilmu, baik diperguruan tinggi negeri maupun swasta atau lembaga yang setingkat lainnya. Mahasiswa yang dapat mengendalikan kemampuan *problem focus coping* dalam menghadapi tugas akademik dengan baik akan memberikan dampak baik pada dirinya, terhadap hubungan sosialnya, prestasinya baik secara akademik atau nonakademik. Kemampuan pengendalian *problem focus coping* merupakan point utama yang harus dimiliki oleh mahasiswa bimbingan dan konseling sehingga nantinya dapat dijadikan sebagai modal ketika menjadi guru bk atau konselor agar dapat membantu siswa serta dapat memberikan saran apabila nantinya ada siswa yang mengalami hambatan dalam tugas akademik , serta bagaimana pengendalian *problem focus coping*,

Mahasiswa yang masih tergolong remaja, apabila mengalami kegagalan dalam suatu proses pembelajaran seperti tidak mampu mengendalikan serta tidak memiliki kemampuan *Problem Focus Coping* yang baik yang dapat mengakibatkan mahasiswa baru sulit untuk menyesuaikan diri dengan tugas-tugas akademik yang akan diberikan diperguruan tinggi, sedangkan mereka yang mampu dalam mengendalikan kemampuan *Focus Problem Coping* yang baik dan efektif maka dapat berdampak baik juga terhadap pengembangan dirinya untuk mengatasi permasalahan dalam mengenai tugas akademik

Hal ini dapat di tunjukkan karena terbatasnya kemandirian belajar, kemandirian belajar merupakan proses belajar mandiri yang terdapat pada kesadaran diri sendiri serta dapat menyelesaikan tugas tanpa bantuan dari orang lain, kemampuan kemandirian belajar juga menuntut mahasiswa agar dapat memiliki keaktifan, kreativitas serta inisiatif sendiri dalam proses belajar yang dimiliki oleh mahasiswa sehingga dapat mencapai tujuannya apabila mahasiswa tidak memiliki kemandirian dalam belajar dapat menimbulkan hambatan yang dapat mempengaruhi proses dan hasil belajar pada mahasiswa , hambatan yang sering timbul akibat kurangnya tingkat kemandirian belajar seperti kurangnya kesadaran pada diri mahasiswa serta kurangnya rasa kepercayaan diri yang dimiliki sehingga dapat menimbulkan perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri. misalnya memiliki kebiasaan mencontek dalam mengerjakan tugas

akademik. Pada akhirnya mahasiswa tersebut merasa kesulitan dalam proses belajarnya serta timbulnya rasa kurang puas akan tujuan yang dicapainya hal ini disebabkan oleh minimnya kemandirian belajar pada mahasiswa

Adapun hasil analisis kebutuhan pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya angkatan 2020 yang berjumlah 21 Responden peneliti hanya mengambil beberapa respon dari 82 mahasiswa, dalam angket yang telah dibagikan yang berisi lima pertanyaan terutama pertanyaan nomor 4 dimana memperoleh jawaban dengan jumlah YA ( 47,6% ) dan TIDAK (52,4 %) Hal tersebut dapat dinyatakan bahwasanya Mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademiknya

Berbagai permasalahan yang terjadi pada mahasiswa menuntut untuk dapat menyusun suatu strategi penyelesaian masalah. Strategi yang dilakukan akan berbeda tergantung dari masalah yang dihadapi. Dan berdasarkan permasalahan yang ada peneliti tertarik untuk melakukan penelitian agar dapat mendeskripsikan mengenai “Hubungan *Problem Focus Coping* Dengan Kemandirian Belajar Dalam Menghadapi Tugas Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2020 “ penelitian ini penting dilakukan agar penulis bisa mengetahui permasalahan belajar mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik serta bagaimana *Problem Focus Coping* yang dilakukan oleh mahasiswa, hasil penelitian ini sangat bermanfaat bagi dosen mata kuliah dalam merancang strategi pembelajaran yang tepat serta bagi dosen pembimbing akademik untuk menyusun program layanan kepada mahasiswa asuhnya agar memiliki *Problem Focus Coping* yang tepat serta sesuai dengan hambatan yang dialami mahasiswanya.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Hubungan *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam Menghadapi Tugas Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2020”

### **1.3 .Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji “ adakah hubungan *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajar dalam Menghadapi Tugas Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2020”

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini adalah memberikan informasi bagi pengembangan pengetahuan dibidang Bimbingan dan Konseling mengenai hubungan strategi *Problem Focus Coping* dengan Kemandirian Belajardalam menghadapi tugas akademik pada mahasiswa, agar dapat diberikan penyegaran atau layanan bimbingan yang sesuai dengan situasi siswa yang sedang di alami.

#### **1.4.2 Secara Praktis**

##### a. Bagi Universitas

Penelitian ini diharapkan agar dapat memberikan masukan yang positif bagi universitas agar menghasilkan mahasiswa yang berkompeten.

##### b. Bagi Dosen

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk pemberian layanan untuk membantu mahasiswa angkatan 2020 Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya.dalam mengatasi hambatan tugas akademik dengan menggunakan strategi *problem focus copings*serta kemampuan kemandirian belajar

##### c. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa , semoga penelitian ini dapat memberikan informasi kepada mahasiswa Bimbingan Konseling terutama mahasiswa angkatan 2020 untuk mengetahui bagaimana Hubungan *Problem Focus Coping* dengan kemandirian belajar dalam menghadapi tugas akademik mahasiswa terutama mahasiswa baru, dengan adanya penelitian ini mahasiswa dapat mengambil tindakan yang tepat sesuai keadaan yang sedang dialaminya.

##### d. Bagi peneliti



Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai Hubungan *Problem Focus Coping* dengan kemandirian belajar untuk mengatasi permasalahan dalam mengerjakan tugas akademik, Serta dapat dijadikan sebagai dasar penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adly, putri. 2013. *Peningkatan Kemandirian Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Prawirotaman Dalam Pembelajaran IPA Melalui Penerapan Strategi Pembelajaran Active Learning*. Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Yogyakarta. Yogyakarta.
- Amartiwi. 2008. *Self Efficacy dan Dukungan Sosial*. LPPM. Semarang.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Alfiyah, SN. (2019) *Hubungan Kemandirian Belajar dan Kreativitas Terhadap Hasil Belajar SBDP Materi Mozaik Kelas IV SDN gugus Dwija Harapan Kecamatan Mijen Kota Semarang [ Skripsi]*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Arthur, S.R., & Emily, S.R. (2010). *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas (IV)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Babari, Yohanes. (2012). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barseti, M, Ifdil, I & Nikmarijal (2017). *Konsep Stres Akademik Siswa. Jurnal Konseling dan pendidikan, Padang, Vol. 5 Nomor 3, Hlm 143-148* diakses pada tanggal 13 November 2021, <http://jurnal.konselingindonesia.com> , DOI: <http://doi.org/10.29210/119800>
- Contrada & A. Baum (Eds.), *The handbook of stress science: Biology, psychology, and health* (pp. 221–229). New York, NY: Springer Publishing Company.
- Desmita. (2012). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2006). *Psikologi Abnormal (9th ed.)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Fadlan, Z. (2019). *Hubungan Problem Focus Coping dengan Akademik Stress Pada Siswa Kelas X SMA Negeri Unggul Bina Kabupaten Benar Meriah, 2019, [Skripsi]* <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/10145/2/Zaini%20Fadlan.pdf> , tanggal akses : 22 November 2020 Pada pukul 2.16 WIB.
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan (Psikologi Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: CV Pustaka Setia.

[https://eprints.uny.ac.id/15783/1/SkripsiPDFgabungan\\_Adhy\\_Putri\\_PG\\_SD09C.pdf](https://eprints.uny.ac.id/15783/1/SkripsiPDFgabungan_Adhy_Putri_PG_SD09C.pdf)Tanggal Akses : 26 Juni 2021 Pada Pul 13.15uk WIB

- Kadili, Nur Dahlia. (2018). *Kecerdasan Emosional dan Problem Focused Coping pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi*. [Skripsi]. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Mangkuatmodjo, Soegiyarto. 2015. STATISTIK DESKRIFTIF. Jakarta : PT. Rineka Cipta Pendidikan. 5(3), 143-148 Presindo.
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 101-107.
- Paramesti, A. (2019a). Hubungan Antara Regulasi Diri dan Kecenderungan Adiksi Instagram pada Mahasiswa Pengguna Instagram di Universitas X. *Psychology Journal of Mental Health*, 1(1), 52–65.
- Rangkuti, Anna Armeini 2017. *STATISTIK INFERENSIAL untuk Psikologi dan pendidikan*. Jakarta: Kencana
- Safaria, T & Saputra, N. E. 2009. *Manajemen Emosi*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Sarafino, E. P. 2011. *Health Psychology Biopsychological Interactions*. 2nd Edition. New York.: John Wiley & Sons Inc.
- Silvina, 2012. *Problem Focused Coping Teori dan Praktek LPPM*. Semarang
- Sugiyono, 2015, *METODE PENELITIAN Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA cv
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tarmidi, dan Rambe A.R.R. 2010. *Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Directed Learning pada Siswa SMA*. *Jurnal Psikologi Vol. 37 No. 1 Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005*,. Tentang Guru dan Dosen, Jakarta: Depdiknas..
- Tuasikal, Amalia, 2018, *Kematangan Emos, Problem Focus Coping, Emotion-Focused Coping dan kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama*, *GadjaMada journal of Psychology*, Vol.4 no 2, 2018: 105-118, <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1047280&val=7991&title=Kematangan%20Emosi%20Problem->

*Focused%20Coping%20Emotion-  
Focused%20Coping%20dan%20Kecenderungan%20Depresi%20pada%  
20Mahasiswa%20%20Tahun%20Pertama*. Tanggal Akses : 09 Januari  
2021, Pada Pukul 23.20 WIB.

Wulandari, Lstyo. (2011). *Kromatografi Lapis Tipis*. Jember: PT Taman Kampus

Yusrizal, 2008. *Pengujian Validasi Konstruk Dengan Menggunakan Analisis Faktor*. Jurnal Tabularasa 5 (1).2019, Mei tanggal 20, Universitas Psikologi “*Problem Focused Coping: pengertian, bentuk-bentuk dan faktor coping*” (<https://www.universitaspsikologi.com/2019/05/pengertian-problem-focused-coping-bentuk-dan-faktor-coping.html> ) diakses pada tanggal 15 Maret 2021 pada pukul 15.2

