

**PERAN *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN OPTIMISME
TERHADAP STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
YANG SEDANG MENYUSUN TUGAS AKHIR**

Oleh :

Yulia Saraswati

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya peran *problem focused coping* dan optimisme terhadap stres pada mahasiswa fakultas teknik yang sedang menyusun tugas akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 fakultas teknik Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang sedang menyusun tugas akhir, sampel dalam penelitian ini berjumlah 148 mahasiswa yang terdiri dari Teknik Sipil dan Planologi. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala stres, skala *problem focused coping* dan skala optimisme. Skala stres berjumlah 13 aitem dengan koefisiensi reliabilitas sebesar 0,703. Skala *problem focused coping* berjumlah 29 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,867. Skala optimisme berjumlah 24 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,859. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda dan korelasi parsial. Hasil penelitian menunjukkan adanya peran *problem focused coping* dan optimisme terhadap stres pada mahasiswa fakultas teknik yang sedang menyusun tugas akhir dengan diperoleh skor $R = 0,418$ dan $F_{Linier} = 15,310$ $P = 0,000$ ($p < 0,05$). Uji korelasi parsial *problem focused coping* terhadap stres diperoleh skor $r_{x1y} = 0,090$ dengan signifikan $P = 0,280$ ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan tidak adanya korelasi pada kedua variabel. Uji korelasi parsial optimisme terhadap stres diperoleh skor diperoleh $r_{x2y} = -0,384$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang negatif signifikan antara optimisme dengan stres pada mahasiswa fakultas teknik yang sedang menyusun tugas akhir.

kata kunci : Stres, *problem focused coping*, optimisme

**THE ROLE OF PROBLEM FOCUSED COPING AND OPTIMISM ON
STRESS IN STUDENTS OF ENGINEERING FACULTY WHO ARE
DEVELOPING FINAL ASSIGNMENTS**

Written By :

Yulia Saraswati

Faculty of Psychology, Universitas Islam Sultan Agung

ABSTRACT

This study aims to determine the role of problem focused coping and optimism on stress in engineering faculty students who are preparing the final project. This study uses quantitative methods. Subjects in this study were undergraduate students of the engineering faculty of Sultan Agung Semarang Islamic University who were preparing the final project, the sample in this study amounted to 148 students consisting of Civil Engineering and Planology. The sampling technique in this study was purposive sampling. The data collection method in this study uses three scales namely stress scale, problem focused coping scale and optimism scale. The stress scale is 13 items with reliability coefficient of 0.703. The problem focused coping scale is 29 items with a reliability coefficient of 0.867. The optimism scale is 24 items with a reliability coefficient of 0.859. Data analysis in this study uses multiple regression analysis and partial correlation. The results showed the role of problem focused coping and optimism on stress in engineering faculty students who were preparing the final project with a score of $R = 0.418$ and $F_{Linier} = 15,310$ $P = 0,000$ ($p < 0,05$). Partial correlation test of problem focused coping on stress obtained a score of $r_{x1y} = 0.090$ with a significant $P = 0.280$ ($p > 0.05$). These results indicate there is no correlation in the two variables. The partial correlation test of optimism on stress obtained by the score obtained by $r_{x2y} = -0,384$ with $p = 0,000$ ($p < 0,05$). These results indicate a significant negative relationship between optimism and stress in engineering faculty students who are preparing the final project.

Keywords: Stress, problem focused coping, optimism

