

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA  
DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA  
ORGANISASI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM  
SULTAN AGUNG SEMARANG**

**SKRIPSI:**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1)  
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang



Oleh:

**Nurmin Fauzi Akbar Jihadi**

**30701800097**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

**2022**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA MAHASISWA ORGANISASI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG.

Dipersiapkan dan disusun oleh :

**Nurmin Fauzi Akbar Jihadi**  
**30701800097**

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan penguji guna  
memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal

  
Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog

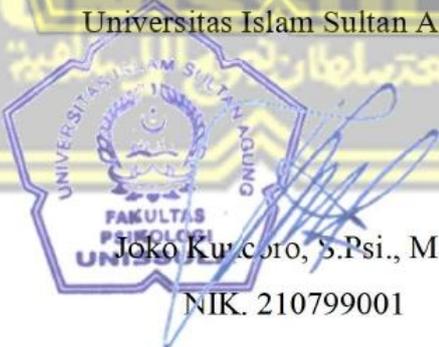
23 Juni 2022

Semarang, 23 Juni 2022

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung

  
Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN  
PROBLEM FOCUSED COPING PADA MAHASISWA ORGANISASI  
DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**Nurmin Fauzi Akbar Jihadi**  
Nim: 30701800097

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji  
pada tanggal 08 Juli 2022

Dewan Penguji

1. Agustin Handayani, S.Psi, M.Si
2. Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psikolog
3. Diany Ufieta Syafitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tanda Tangan



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 05 Agustus 2022

Mengetahui



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si  
NIK. 210799001

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya, Nurmin Fauzi Akbar Jihadi dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



Semarang, 24 Juli 2022

Yang menyatakan,



Nurmin Fauzi Akbar Jihadi

30701800097

## MOTTO

"Berpedomanlah pada harapan dan ketetapan hati. Berpedomanlah pada cita-cita, berpedomanlah pada impian dan angan-angan."

(Ir. Soekarno)

"Berhentilah merencanakan impian Anda dan mulailah menjalaninya."

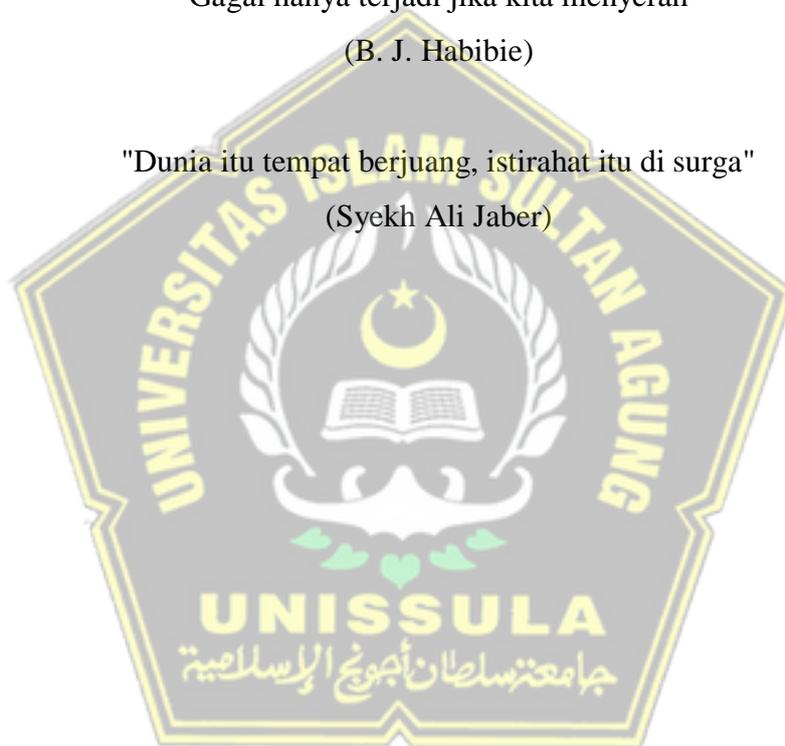
(Alan Cohen)

"Gagal hanya terjadi jika kita menyerah"

(B. J. Habibie)

"Dunia itu tempat berjuang, istirahat itu di surga"

(Syekh Ali Jaber)



## **PERSEMBAHAN**

*Penulis mempersembahkan karya ini kepada:*

*Kedua orang tua, Mamah dan Papah yang telah menjaga, merawat dan memberikan kasih sayangnya selama ini sehingga penulis dapat berada di titik ini.*

*Dosen Pembimbing, Ibu Diany Ufieta Syafitri, S.Psi., M.Psi, Psikolog, yang telah membimbing, memberikan arahan dan waktunya sehingga karya ini bisa terselesaikan.*

*Untuk Almamaterku Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung*



## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum, Wr. Wb*

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat, hidayah dan ridhonya yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya sederhana yang berjudul “*Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Organisasi Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang*“ ini untuk memenuhi syarat mencapai derajat S1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam juga selalu tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW.

Dalam penulisan ini, terdapat banyak pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis berupa bimbingan, dorongan dan motivasi sehingga karya ini dapat segera terselesaikan. Secara khusus penulis mengucapkan rasa terima kasih tersebut kepada :

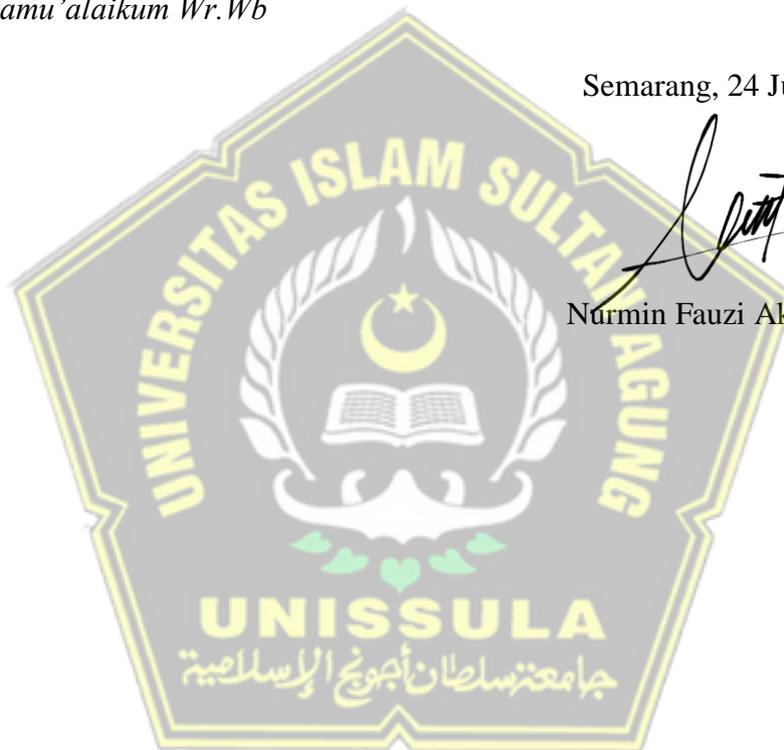
1. Orang tua penulis yang telah merawat, menjaga dan memberikan kasih sayang selama ini sehingga penulis bisa sampai di titik ini.
2. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam melakukan perijinan penelitian
3. Ibu Diany Ufieta Syafitri, S.Psi., M.Psi, Psikolog, sebagai dosen pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ibu Agustin Handayani, S.Psi, M.Si selaku dosen wali yang selama ini mendampingi dan memberikan arahan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.
5. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung selaku tenaga pengajar yang selama ini telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Sahabat serta teman-teman yang selama ini mau mendengarkan keluh kesah, memberikan semangat, tempat bertanya serta membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

7. Berbagai pihak yang telah turut membantu serta memberikan dukungan kepada penulisan yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu penulis sangat mengharapkan kritik serta saran dari berbagai pihak untuk dapat membantu menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap dengan adanya karya ini dapat membantu dan memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu psikologi.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb*

Semarang, 24 Juli 2022



Nurmin Fauzi Akbar Jihadi

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
A. <i>Problem Focused Coping</i> .....	9
1. Pengertian <i>Coping</i> .....	9
2. <i>Problem Focused Coping</i> .....	10
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>problem focused coping</i> .....	11
4. Aspek-aspek <i>Problem Focused Coping</i> .....	15
B. Dukungan sosial teman sebaya.....	17
1. Pengertian dukungan sosial.....	17
2. Dukungan sosial teman sebaya.....	18
3. Faktor-faktor dukungan sosial.....	19
4. Aspek-aspek dukungan sosial.....	20
C. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan <i>Problem Focused Coping</i> pada Mahasiswa Organisasi.....	23
D. Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Identifikasi Variabel.....	25

B. Definisi Operasional.....	25
1. <i>Problem Focused Coping</i> .....	25
2. Dukungan sosial teman sebaya.....	26
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling) .....	26
1. Populasi .....	26
2. Sampel Penelitian .....	27
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	27
D. Metode Pengumpulan Data .....	27
1. Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	28
2. Skala Dukungan Sosial Teman sebaya.....	29
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas.....	30
1. Validitas.....	30
2. Uji Daya Beda Aitem .....	30
3. Reliabilitas.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	32
PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	32
A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	32
1. Orientasi Kacah Penelitian .....	32
2. Persiapan Penelitian.....	32
B. Pelaksanaan Penelitian.....	41
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	42
1. Uji Asumsi.....	42
2. Uji Hipotesis.....	43
D. Deskripsi Variabel Penelitian.....	43
1. Deskripsi Data Skor Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	44
2. Deskripsi Data Skor Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	45
E. Pembahasan.....	47
F. Kelemahan Penelitian.....	50
BAB V.....	51
A. Kesimpulan Penelitian .....	51
B. Saran.....	51

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Organisasi Fakultas Psikologi UNISSULA 2022....	26
Tabel 2. Blue Print Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	28
Tabel 3. Blue Print Skala Dukungan Sosial .....	29
Tabel 4. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	34
Tabel 5. Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	35
Tabel 6. Data demografi responden (uji coba).....	36
Tabel 7. Sebaran Nomor Aitem Skala <i>Problem Focused Coping</i> Berdaya Beda Tinggi dan Rendah .....	38
Tabel 8. Sebaran Nomor Aitem Berdaya Beda Tinggi Dan Rendah Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	39
Tabel 9. Sebaran Aitem Baru Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	39
Tabel 10. Sebaran Aitem Baru Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	40
Tabel 11. Data demografi responden (Penelitian).....	41
Tabel 12. Hasil Analisis Uji Normalitas .....	42
Tabel 13. Norma Kategori Skor .....	43
Tabel 14. Deskripsi Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	44
Tabel 15. Kategorisasi Nilai Subjek Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	44
Tabel 16. Deskripsi Skor Variabel <i>Problem focused coping</i> .....	45
Tabel 17. Deskripsi Skor Variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rentang Skor Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya .....	45
Gambar 2. Rentang Skor Skala <i>Problem Focused Coping</i> .....	46



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Skala Uji Coba .....	57
Lampiran B Tabulasi Data Uji Coba.....	92
Lampiran C Uji Daya Beda Aitem Dan Reliabilitas .....	101
Lampiran D Skala Penelitian .....	108
Lampiran E Tabulasi Data Skala Penelitian.....	138
Lampiran F Analisis Data .....	148
Lampiran G Surat Keterangan Dan Dokumentasi Penelitian .....	152



# **Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Organisasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang**

Nurmin Fauzi Akbar Jihadi

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung

Email : [nurminfauzi@gmail.com](mailto:nurminfauzi@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa organisasi yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan sampel 57 responden pada uji coba penelitian dan 60 responden sebagai sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik berupa *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan skala *problem focused coping* dengan koefisien reliabilitas 0,901 dan skala dukungan sosial teman sebaya dengan koefisien reliabilitas 0,948. Teknik analisis data menggunakan analisis *product moment*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,617$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Kata Kunci : Dukungan sosial teman sebaya, *Problem focused coping*, Mahasiswa

***The Relationship between Peer Social Support and Problem  
Focused Coping in Students of the Sultan Agung Islamic University  
Semarang***

Nurmin Fauzi Akbar Jihadi

*Faculty of Psychology*

Sultan Agung Islamic University

Email : [nurminfauzi@gmail.com](mailto:nurminfauzi@gmail.com)

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between peer social support and problem focused coping on organizational students at the Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University. The population in this study were organizational students at the Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University with a sample of 57 respondents in the research trial and 60 respondents as the research sample. The sampling technique used was a cluster random sampling technique. The data collection method used in this study is a problem focused coping scale with a reliability coefficient of 0.901 and a peer social support scale with a reliability coefficient of 0.948. The data analysis technique uses product moment analysis. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between peer social support and problem focused coping on organizational students at the Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University. The results showed that there was a significant positive relationship between peer social support and problem focused coping on organizational students at the Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University with a correlation coefficient of  $r_{xy} = 0.617$  and a significance level of  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). The conclusion in this study shows that there is a significant positive relationship between peer social support and problem focused coping on organizational students at the Faculty of Psychology Sultan Agung Islamic University.*

*Keywords: Peer social support, Problem focused coping, Student*

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Individu yang tengah menyelesaikan studi pendidikannya pada tingkatan perguruan tinggi dan tercatat sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa (Hartaji dan Sedjo 2012). Berdasarkan data dari PDDikti (<https://pddikti.kemdikbud.go.id/mahasiswa>) terdapat 8.483.213 mahasiswa terdaftar di Indonesia pada tahun 2020, sedangkan untuk di UNISSULA sendiri terdapat 17.618 mahasiswa aktif yang tersebar di 12 Fakultas yang berbeda dan di Fakultas Psikologi sendiri terdapat 761 mahasiswa aktif yang sudah terdaftar di PDDikti.

Menjadi seorang mahasiswa tentunya memiliki tugas dan tanggung jawab tersendiri yang harus dijalankan, seperti belajar, mengerjakan tugas, menyelesaikan studinya dan mendapatkan nilai yang maksimal. Selain mempunyai tugas dan kewajiban untuk belajar dan melaksanakan kegiatan akademik lainnya, mahasiswa juga dapat melakukan kegiatan non akademik yang dapat menambah dan mengasah *soft skill* atau keterampilan baru yang tidak bisa didapatkan hanya dengan mengikuti perkuliahan saja, seperti *leadership*, pemecahan masalah, kerja sama tim, memperluas *networking* dan manajemen konflik. Terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk melatih dan mengasah keterampilan tersebut salah satunya adalah dengan ikut dan bergabung dengan organisasi (Suranto dan Rusdianti, 2018).

Berdasarkan Peraturan Pemerintah No 60 Tahun 1999 organisasi kemahasiswaan merupakan tempat yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan bagi mahasiswa seperti peningkatan kepemimpinan, minat, kegemaran dan kesejahteraan mahasiswa di dalam lingkup perguruan tinggi. Selain memiliki banyak manfaat yang bisa didapat, bergabung dengan organisasi bagi mahasiswa tentunya memiliki konsekuensi tersendiri yang harus dihadapi oleh mahasiswa.

Menurut Ulfatunnajah (2017) mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung memiliki kegiatan, tugas dan tanggung yang lebih banyak daripada mahasiswa biasa. Hal itu disebabkan karena mahasiswa organisasi akan

menghabiskan waktunya mengikuti dan melaksanakan tugas dan kegiatan dari organisasi yang diikutinya, ditambah tugas dan tanggung jawab yang diterima mahasiswa dari perkuliahannya.

Mahasiswa organisasi secara tidak langsung mempunyai tanggung jawab lebih jika dibandingkan dengan mahasiswa biasa pada umumnya, yaitu untuk belajar dan menimba ilmu dan juga sebagai mahasiswa organisasi yang harus mengurus organisasi yang diikutinya serta menjalankan program kerja yang telah ditetapkan sebelumnya. Tugas dan tanggung jawab yang harus dijalani sebagai mahasiswa organisasi seperti mengerjakan tugas dari dosen, membuat laporan, ujian, membagi waktu antara kuliah dan organisasi, mengikuti rapat organisasi, melaksanakan tugas organisasi dan lain sebagainya, yang mana hal tersebut seringkali menimbulkan masalah-masalah tersendiri bagi mahasiswa organisasi dalam menghadapinya dan dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa organisasi (Febrianti, Nuqul, dan Khotimah, 2020)

Penelitian oleh Sari (2015) juga menunjukkan hasil yang sama dimana dari 100 mahasiswa organisasi di Universitas Syiah Kuala, sebanyak 56 mahasiswa organisasi mengalami stres akibat berorganisasi. Penelitian yang dilakukan Musabiq & Karimah (2018) juga menunjukkan hasil yang sejalan dimana 67 Mahasiswa di Universitas Indonesia, menunjukkan hasil bahwa keikutsertaan dan tanggung jawab didalam organisasi berpengaruh terhadap timbulnya stres bagi mahasiswa.

Ketika menghadapi permasalahan yang menimbulkan stres mahasiswa cenderung akan menggunakan mekanisme perlindungan diri berupa perilaku *coping stress* untuk mengatasi tekanan-tekanan psikologis yang dialami, sehingga tidak menimbulkan efek berupa stres (Suwarsi, 2016). Menurut Sarafino (2008) *coping stress* merupakan cara yang digunakan seseorang agar dapat mengelola keadaan yang dianggap tidak sesuai melalui usaha yang telah dilakukan dan dianggap sebagai penyebab munculnya stres. Sedangkan menurut Coon & Mitterer (2008) *coping stress* adalah usaha untuk menangani ataupun meminimalisir stres yang muncul dengan melakukan peningkatan pada kemampuan *coping* yang dimiliki individu melalui proses kognitif dan tingkah laku.

Menurut Lazarus & Folkman (1984) *coping stress* pada individu terbagi menjadi dua macam, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* adalah cara individu untuk secara langsung menghadapi atau mencoba mengatasi permasalahan yang menjadi sumber stres, penggunaan koping ini digunakan apabila individu tersebut menganggap permasalahan yang dialami masih bisa diatasi. Sementara itu, *Emotion focused coping* adalah upaya individu untuk berusaha mengalihkan emosi yang dirasakan tanpa berusaha untuk mengubah sumber stres (*stressor*) yang dialami secara langsung, penggunaan *coping* ini cenderung dilakukan apabila masalah yang menjadi sumber stres dianggap tidak dapat diubah lagi situasinya.

Setiap individu mempunyai cara tersendiri dalam melakukan *coping stress*, pemilihan *coping* yang dilakukan individu tergantung dari permasalahan yang sedang dihadapi oleh masing-masing individu tersebut. Menurut Nisrina, (2016) mahasiswa organisasi cenderung akan menggunakan *problem focused coping* daripada *emotion focused coping*, karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki banyak masalah yang timbul sehingga akan lebih terlatih dan terbiasa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, sehingga ketika dihadapkan pada masalah, mahasiswa organisasi akan merespon masalah yang muncul dengan berusaha secara langsung menyelesaikan masalah yang muncul daripada menghindarinya. Selain itu, tuntutan dan tugas dari organisasi yang mengharuskan untuk mahasiswa organisasi untuk dapat segera menyelesaikan atau mengatasi masalah yang ada terutama di dalam hal organisasi guna keberlangsungan dari organisasi itu sendiri.

Banyaknya tugas, tanggung jawab dan permasalahan yang harus diselesaikan oleh mahasiswa organisasi seringkali menjadi beban dan stres tersendiri, seringkali mahasiswa organisasi kesulitan untuk mengatasi permasalahan yang dialaminya, baik itu yang berasal dari organisasi maupun perkuliahan, karena banyaknya tugas dan tanggung jawab serta padatnya kegiatan yang harus dijalankan sebagai mahasiswa organisasi (Shusena, 2017). Untuk mengatasi permasalahan tersebut, setiap mahasiswa organisasi memiliki cara yang berbeda-beda ketika mencoba menyelesaikan masalah yang dialaminya, seperti mencoba menghadapi masalah dan berusaha menyelesaikan masalah, meskipun begitu tidak sedikit mahasiswa

yang belum tergerak untuk menyelesaikan masalah dan membiarkannya berlalu sejalan dengan waktu (Pratisti dan Shusena, 2021)

Hasil wawancara kepada subjek pada tanggal 10 Oktober 2021 berinisial MN berusia 21 tahun yang merupakan mahasiswa organisasi angkatan 2018 didapatkan informasi sebagai berikut:

*“Yang aku rasain itu biasanya kalo lagi banyak tugas dari kuliah, sama ada masalah diorganisasi gitu suka jadi stres sendiri, terutama kalo ada masalah diorganisasi yang ribet banget gitu jadi kaya bingung dan pusing aja harus gimana. Walaupun aku kadang suka baru ngurusin nunggu mood enak dulu, biasanya kaya nonton drakor dulu, main tiktok, main sosmed gitu-gitu, jadi suka gak keurus masalahnya malah ketambah masalah lain gitu.”*

Wawancara kedua dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2021 dengan subjek berinisial X berusia 20 tahun yang merupakan mahasiswa organisasi angkatan 2019, yang mengatakan kepada peneliti bahwa:

*“Kalau yang aku rasain, kalau lagi banyak tugas dari kuliah, trus ditambah lagi asistensi sama ada masalah diorganisasi kadang buat aku bingung karna deadlinenya sama masalah di organisasinya banyak karna emang mungkin karna aku gak bisa manajemen waktu sih. Trus juga aku dirumah males-malesan dan juga aku gak bisa pake peluang waktu yang ada buat ngerjain sama nyelesein masalah di organisasi itu. Sampai akhirnya malah gak selesai-selesai akhirnya jadi stres sendiri kadang juga nangis.”*

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada kedua subjek, dapat disimpulkan bahwa subjek kurang dalam melakukan *problem focused coping* karena kedua subjek tidak menghadapi dan menyelesaikan masalah yang muncul secara langsung sehingga memunculkan stres pada mahasiswa organisasi.

Menurut Smith (Baron dan Bryne, 2005) menjelaskan bahwa suatu *coping stress* dikatakan tidak efektif apabila dilakukan dengan penghindaran terhadap sumber stres yang dialami dan melakukan penentangan dalam diri bahwa ada sesuatu yang salah sehingga menyebabkan individu mengabaikan suatu masalah yang dialami, sehingga dengan menghadapi langsung pada masalah cukup efektif untuk mengatasi masalah yang menjadi sumber stres.

Maka dari itu, ketika menghadapi segala permasalahan yang dialami oleh mahasiswa organisasi dibutuhkan adanya dukungan sosial terutama dari teman untuk membantu mahasiswa organisasi menghadapi masalah yang muncul, seperti menjadi tempat untuk bertanya, meminta bantuan ketika menghadapi kesulitan,

teman curhat, dan yang lainnya. Dukungan sosial juga mampu membantu individu agar bisa memecahkan dan mengatasi masalah yang dialami dan membantu mengurangi reaksi dari stres melalui *coping stress* (Johnson dalam Jayusman, 2018).

Berdasarkan hasil wawancara kepada subjek pada tanggal 10 Oktober 2021 berinisial MN berusia 21 tahun yang merupakan mahasiswa organisasi angkatan 2018 diperoleh informasi sebagai berikut.

*"Kalau banyak tugas sama masalah dan emang aku gak ngerti nyeleseinnya gimana atau harus gimana ya aku bakalan coba tetep coba, paling nanti tanya temen buat bantuin atau minta tolong buat dihandle dulu gitu kalau itu tugas organisasi dan dia satu sie sama aku. Tapi kadang ada waktu pas temen-temen itu emang lagi gak bisa bantu, kaya emang gak ada waktu gitu atau tugasnya juga lagi pada banyak, ya paling aku coba atasi sendirian aja, walaupun emang kadang sering bikin stres karna preassurennya aku tanggung sendiri kan. Karna jujur aku orangnya tipe yang gak enakan gitu Min, kadang sungkan gitu kalau mau minta tolong ke temen gitu jadi ya kadang aku hadapin sendiri walaupun pusing juga ngerjainnya."*

Wawancara kedua yang dilakukan pada tanggal 11 Oktober 2021 dengan subjek berinisial X berusia 20 tahun yang merupakan mahasiswa organisasi angkatan 2019, mengatakan kepada peneliti bahwa:

*"Aku kan orangnya overthinking gitu, jadi kalo nyelesein masalah apalagi masalahnya banyak gitu aku bisa aja diem 1 jam kaya bingung gitu ini gimana, karena aku takut salah sama ngecewain temen-temenku gitu Mas, tapi kalo kaya gitu paling aku tanya temen yang satu kelas sama aku buat tanya ini kira-kira ngerjainnya gimana gitu, atau chat ke temen buat tanya-tanya gitu mas yang harus dilakuin itu apasih"*

Berdasarkan wawancara diatas, didapatkan informasi bahwa cara yang digunakan oleh subjek ketika mencoba memecahkan permasalahan yang dialami adalah dengan mencari dukungan sosial dari teman sebayanya. Menurut Gottlieb & Price (1983) dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan dalam hal informasi, arahan, pertolongan serta usaha yang dilakukan oleh orang lain yang dianggap dekat dengan subjek atau dapat berbentuk dukungan berupa selalu ada ketika subjek membutuhkan dan segala sesuatu yang mampu memberikan keuntungan emosional bagi yang menerimanya.

Cutrona (1986) menjelaskan bahwa ketika seseorang memperoleh dukungan sosial, dipercaya lebih sanggup untuk mengatasi tugas yang ada jika dibandingkan

dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial sama sekali dari orang lain. Sarafino (Ruwaida et al., 2006) menjelaskan individu yang memperoleh dukungan sosial dengan baik tidak akan lari dari permasalahan yang dialami karena individu tersebut percaya bahwa ada orang lain yang akan membantunya dalam menghadapi hal tersebut, dengan adanya dukungan sosial akan mampu meningkatkan kemampuan individu dalam memecahkan dan menghadapi masalah yang dihadapi dengan berpusat pada meminimalisir dampak dari stres atau masalah yang dihadapi melalui perhatian, informasi yang diberikan oleh orang lain dan *feedback* yang dibutuhkan individu dalam menghadapi permasalahan tersebut. Dukungan sosial mampu membantu individu agar dapat memecahkan dan menyelesaikan permasalahan yang dialami dan membantu mengurangi reaksi dari stres melalui strategi koping (Johnson dalam Jayusman, 2018).

Sumber dukungan sosial bisa diperoleh siapapun, seperti keluarga, orang terdekat, saudara, ataupun teman sebaya. Sebagai mahasiswa, terutama mahasiswa organisasi tentunya membutuhkan dukungan sosial dari orang lain terutama teman sebaya yang merupakan individu paling dekat dengan mahasiswa organisasi setelah keluarga, karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki masalah yang harus dihadapi yang seringkali menjadi sumber stres lebih banyak jika dibandingkan mahasiswa biasa untuk membantunya dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.

Menurut Tylor (2012) dukungan sosial teman sebaya ialah bentuk pertolongan yang diberikan oleh teman dalam bentuk bantuan langsung, informasi maupun emosional yang sehingga memunculkan perasaan lebih dihargai serta dipedulikan. Sarason (Ekasari dan Yuliyana, 2012) menjelaskan bahwasanya seseorang yang memperoleh dukungan teman sebaya dengan baik diyakini mempunyai harga diri, pengalaman hidup dan perspektif hidup yang lebih baik dibandingkan individu yang kurang mendapatkan dukungan teman sebaya. Seseorang dengan dukungan teman sebaya yang baik akan memunculkan perasaan diperhatikan, dihargai, disayangi, sehingga mampu menumbuhkan kapasitas diri, melihat dan menghadapi permasalahan secara positif sehingga individu akan lebih mampu untuk mengatasi permasalahan yang menjadi sumber stresnya. Oleh sebab itu, diperlukan adanya dukungan sosial terutama dari teman sebaya bagi mahasiswa

organisasi sehingga dapat melakukan *problem focused coping* dengan baik sehingga permasalahan yang menjadi sumber stres bagi mahasiswa organisasi dapat diatasi dengan melakukan *problem focused coping*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ayni (2017) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *problem focused coping* pada orang tua yang memiliki anak autis. Lebih lanjut, terdapat studi yang sama oleh Putra (2015) dimana menunjukkan hasil terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya yang diberikan oleh subjek dengan *problem focused coping* pada remaja. Penelitian mengenai dukungan sosial dengan *problem focused coping* memang sudah pernah dilakukan penelitian-penelitian sebelumnya, akan tetapi untuk penelitian tentang dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* yang terjadi pada mahasiswa organisasi masih belum dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin mengetahui lebih mendalam lagi mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung.

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Praktis
  - a. Penelitian ini diharapkan bisa membantu memberikan manfaat dan informasi tambahan terutama dalam bidang psikologi pada umumnya

b. Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan referensi untuk penelitian berikutnya mengenai *problem focused coping*

2. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap dari dilakukannya penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi orang banyak, peneliti lain serta mahasiswa terutama bagi mahasiswa organisasi bahwa adanya dukungan sosial teman sebaya mampu meningkatkan *problem focused coping* pada individu agar dapat menyelesaikan segala permasalahan dengan baik.



**BAB II**  
**LANDASAN TEORI**  
**A. *Problem Focused Coping***

**1. Pengertian *Coping***

Suatu usaha dimana seseorang berusaha secara psikis maupun perbuatan untuk bisa mengatasi segala tekanan yang dianggap individu sebagai sesuatu yang membahayakan atau diluar batas kemampuan individu tersebut disebut sebagai *coping*. Tujuan dari *coping* itu sendiri adalah untuk meminimalisir, mengurangi dan menghilangkan keadaan yang menjadi sumber stres. (Folkman et al. 1986).

Secara umum *coping* merupakan proses dimana individu akan mencoba mengatasi keadaan yang mengancam maupun tidak menyenangkan dengan memecahkan kesulitan yang dialami, mengatasi dampak emosional dari kesulitan tersebut atau mencari bantuan sosial dari orang lain untuk dapat meringankan akibat dari situasi yang tidak nyaman tersebut (Santrock, 2005).

Coon & Mitterer (2008) menjelaskan bahwa *coping* merupakan cara untuk mengatasi atau mengurangi stres yang muncul dengan melakukan peningkatan pada kemampuan coping yang dimiliki individu melalui proses kognitif dan tingkah laku.

*Coping* bisa diartikan sebagai semua upaya yang seseorang lakukan agar dapat mengontrol keadaan yang dianggap mengancam bagi individu tersebut. Apabila individu dapat berhasil mengontrol situasi dan kondisi yang dianggap sebagai ancaman tersebut dengan baik, maka tidak akan memunculkan gangguan kesehatan fisik maupun psikologis, akan tetapi apabila individu tersebut gagal maka akan memunculkan gangguan kesehatan seperti gangguan perilaku, psikologis maupun fisik (Taylor, 2015)

Lazarus & Folkman (1984) menjelaskan strategi coping sendiri terbagi 2, yakni :

a. *Problem focused coping*

*Problem focused coping* ialah cara ataupun upaya individu dengan menghadapi atau mencoba menyelesaikan permasalahan yang menjadi sumber stres secara langsung.

b. *Emotion focused coping*

*Emotion focused coping* ialah upaya untuk mencoba memodifikasi perasaan yang dirasakan tanpa berusaha untuk mengatasi sumber stres yang dialami secara langsung.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa  *coping* adalah segala upaya yang dilakukan oleh individu baik secara psikologis atau dalam bentuk sikap untuk dapat menghadapi segala situasi dan kondisi yang penuh tekanan.

## 2. *Problem Focused Coping*

Lazarus & Folkman (1984) menjelaskan *problem focused coping* ialah upaya ataupun metode seseorang untuk dapat menyelesaikan masalah yang muncul, seperti mencari solusi atas permasalahan yang sedang dihadapi, memperhitungkan alternatif solusi yang efisien, memilih alternatif atas permasalahan yang ada dan bertindak mengatasi permasalahan yang muncul. Adapun Carver (1989) menjelaskan *problem focused coping* ialah upaya ataupun metode untuk mempelajari cara ataupun kemampuan baru yang sebelumnya belum dikuasai untuk dapat meminimalisir stres yang dialami sehingga dapat mengatasi pokok permasalahan yang sedang dihadapi. Sedangkan berdasarkan Smet (1994) *problem focused coping* merupakan upaya atau cara untuk meminimalisir sumber stres dengan belajar metode atau keterampilan baru sehingga dapat mengatasi stres yang muncul, *problem focused coping* cenderung digunakan ketika permasalahan yang dialami dirasa masih dapat diatasi atau diselesaikan.

*Problem focused coping* digunakan untuk dapat mengatur permasalahan yang berasal dari konflik interpersonal dan lingkungan dengan memanfaatkan kemampuan *problem solving*, tindakan langsung, dan pengambilan keputusan untuk menyelesaikan masalah yang ada (Gazzaniga, Heatherton, dan Halpern 2003). Sebagaimana menurut Taylor (2015) menjelaskan bahwasanya penggunaan *problem focused coping* akan menuntun seseorang untuk bertindak konstruktif mengenai kondisi stres yang dialami, seperti kondisi yang merugikan, mengancam atau menantang.

Penggunaan *problem focused coping* ini memiliki ciri dimana dalam penggunaannya individu akan berusaha untuk mendapatkan berbagai macam solusi dan alternatif atas permasalahan yang dialami yang dianggap permasalahan tersebut memicu munculnya tekanan. *Problem focused coping* memiliki tujuan agar segala tekanan yang muncul dapat diatasi dengan menggunakan berbagai macam strategi *problem solving* yang ada, penggunaan *problem focused coping* ketika mencoba menyelesaikan masalah yang dialami cenderung menjadikan seseorang lebih dapat berpikir secara rasional dan dapat mendorong pribadi untuk mendapatkan solusi dari permasalahan yang dialami dengan baik (Nisa', 2018).

Menurut Odgen (2007) terdapat tiga jenis keterampilan *problem focused coping* yang berfungsi untuk membantu individu dalam menghadapi masalah yang dialami dengan mengubahnya menjadi hal yang dapat dikontrol atau dikelola. Tiga keterampilan *problem focused coping* tersebut yaitu:

- a. Mencari dukungan sosial serta informasi, mengembangkan keterampilan dengan mengakses informasi yang ada
- b. Melakukan pemecahan masalah dengan melibatkan prosedur pembelajaran dan perilaku tertentu
- c. Menentukan penghargaan alternatif yang melibatkan pengembangan, perencanaan tujuan yang dapat memberikan kepuasan untuk individu

Berdasarkan uraian diatas, kesimpulan yang bisa didapat yaitu *problem focused coping* ialah segala usaha untuk menyelesaikan masalah yang dialami dan dianggap menjadi penyebab munculnya stres bagi individu dengan cara menghadapi permasalahan tersebut secara langsung sehingga tidak memunculkan efek buruk yang ditimbulkan.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *problem focused coping***

Lazarus & Folkman (1984) menjelaskan ada 6 faktor yang dapat mempengaruhi *problem focused coping* pada individu, yakni :

- a. Kesehatan dan Energi

Kondisi fisik individu seperti kesehatan dan energi dapat berpengaruh terhadap strategi *copik* seseorang. Jika dalam kondisi fisik yang tidak

baik atau memiliki kesehatan yang buruk seperti sakit, lemah, dan kelelahan maka tidak akan mampu menjalankan *problem focused coping* secara optimal, maka dari itu dibutuhkan kesehatan serta tenaga yang baik.

b. Keyakinan yang positif

Melakukan penilaian diri yang positif dipandang menjadi sumber kognitif sehingga dapat memberikan pengaruh bagi individu dalam melakukan strategi *coping*. Setiap manusia mempunyai keyakinan tertentu dalam dirinya ketika melakukan sesuatu yang menjadi harapan dan usaha ketika menjalankan strategi *coping* dalam setiap situasi. Maka dari itu, agar strategi *coping* yang dijalankan dapat berjalan dengan baik maka individu perlu untuk menanamkan keyakinan yang positif didalam dirinya.

c. Kemampuan pemecahan masalah

Kemampuan memecahkan masalah yang dimiliki individu adalah satu bagian yang penting dari berhasilnya strategi *coping*, kemampuan ini meliputi kemampuan mencari informasi, kemampuan untuk menganalisis situasi, melakukan pertimbangan atas opsi yang telah dibuat sebelum digunakan dengan efektif agar diharapkan mampu untuk mengatasi kemungkinan yang tidak diinginkan, dan menentukan serta menerapkannya agar tujuan yang diharapkan bisa tercapai.

d. Keterampilan sosial

Sebagai manusia yang merupakan makhluk sosial maka membutuhkan keterampilan dalam bersosialisasi untuk melakukan interaksi dan bersosialisasi dengan individu lain. Keterampilan sosial juga berperan penting dalam keberhasilan strategi *coping* yang dilakukan. Keterampilan sosial sendiri adalah usaha yang dilakukan oleh individu agar dapat mengatasi konflik serta permasalahan yang dialami dengan orang lain, terampil dalam bersosial juga dapat membuat individu mampu berkerja sama serta dapat membangun ikatan dengan orang lain sehingga akan memberikan kontrol perilaku atas hubungan sosial yang dilakukannya dengan individu lain.

e. Dukungan sosial

Sebagai makhluk sosial, manusia pasti memiliki individu lain yang dekat secara emosional seperti orang tua, saudara, sahabat dan lainnya, yang mampu memberikan bantuan dalam berbagai bentuk seperti pemberian perhatian dan bantuan secara emosional yang menjadi bagian penting dalam keberhasilan strategi coping individu untuk mengatasi *stress* yang muncul.

f. Sumber material

Disini yang dimaksud dari sumber material mengacu pada segala sesuatu yang dapat disediakan atau dibeli dengan uang, seperti produk dan layanan. Ketika segala sesuatunya yang dibutuhkan terpenuhi dan terfasilitasi dengan baik, maka hal tersebut dapat berpengaruh terhadap strategi coping individu. Memiliki keadaan finansial yang tidak baik akan dapat menyebabkan munculnya stres pada individu sehingga dapat berpengaruh terhadap strategi coping yang dilakukan. Memiliki kondisi keuangan yang baik memiliki manfaat seperti memudahkan dalam hal kepentingan hukum, pemenuhan kebutuhan medis, kebutuhan sehari-hari dan lain-lain, sehingga dapat mengurangi resiko stres.

Menurut Odgen (2007) ada 5 faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* seseorang, yakni :

a. Tipe masalah

Tipe masalah yang dihadapi oleh masing-masing individu akan menentukan pemilihan strategi *coping* stres yang dilakukan oleh individu. Masalah dalam hal pekerjaan, tanggung jawab, dan kewajiban akan lebih cenderung memakai *problem focused coping*, sedangkan *emotion focused coping* digunakan jika masalah yang dialami berkaitan dengan kesehatan dan interaksi dengan individu lain.

b. Usia

Perbedaan usia pada masing-masing individu akan mempengaruhi strategi *coping* yang akan dilakukan. Menurut Folkman et al (Odgen, 2004) menjelaskan bahwa individu yang sudah dewasa lebih condong memakai *problem focused coping* untuk menyelesaikan permasalahan

yang dialami, sebaliknya untuk individu sudah lanjut usia lebih condong memakai *emotion focused coping* dibandingkan *problem focused coping* untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami.

c. Jenis kelamin

Selain usia, jenis kelamin juga menjadi penentu pemilihan *coping* pada individu. Pada jenis kelamin perempuan ketika menghadapi masalah akan lebih condong memakai *emotion focused coping*, sebaliknya pada pria akan lebih condong memakai *problem focused coping* ketika mencoba menyelesaikan masalah yang dialami.

d. Kemampuan mengontrol

Ketika permasalahan yang alami dianggap masih bisa dirubah atau dikontrol, maka individu akan lebih condong menggunakan *problem focused coping* dibandingkan *emotion focused coping*. Disisi lain, individu akan menggunakan *emotion focused coping* dibandingkan *problem focused coping* saat masalah yang ada dianggap tidak bisa diubah atau dirasa masalah tersebut diluar kemampuan mereka untuk diatasi.

e. Ketersediaan sumber

Sumber yang berasal dari luar seperti pengetahuan, keadaan serta kehadiran orang terdekat dapat mempengaruhi *coping* yang dilakukan individu, ketika individu kurang mendapatkan sumber tersebut maka akan membuat individu percaya bahwa segala sumber stres yang muncul kurang dapat dikontrol sehingga mengakibatkan individu enggan menggunakan *problem focused coping* dalam mengatasi masalahnya.

Berdasarkan uraian diatas kesimpulan yang bisa diambil adalah faktor yang mempengaruhi *problem focused coping* seseorang yaitu faktor dari dalam seperti kondisi fisik, usia, jenis kelamin, kemampuan individu dalam memecahkan masalah, jenis masalah yang dihadapi individu, kesehatan individu dan kepribadian. Sedangkan untuk faktor eksternal seperti keterampilan sosial dalam berhubungan dengan individu lain, ketersediaan sumber, waktu yang tersedia, keluarga dan dukungan sosial yang diterima individu

#### 4. Aspek-aspek Problem Focused Coping

Folkman & Lazarus (1986) menjelaskan terdapat 3 aspek *problem focused coping*, yaitu:

a. Konfrontasi (*Confrontative Coping*)

Konfrontasi merupakan cara untuk dapat mengatasi permasalahan yang dialami pada saat itu juga atau langsung. Individu akan berusaha untuk mempertahankan apa yang diinginkan dan diharapkan agar dapat mengubah situasi stres dengan berani mengambil resiko yang ada. Dalam aspek konfrontasi, individu akan tidak akan mudah terpengaruh oleh pendapat dan keputusan dari orang lain karena cenderung memiliki prinsip-prinsip dalam hidupnya. Berusaha untuk segera menyelesaikan masalah secepat mungkin adalah *active coping* dimana individu akan berusaha secara aktif untuk dapat meniadakan, meningkatkan, dan menyingkirkan pengaruh dari dampak yang diberikan,

b. Mencari dukungan sosial (*seeking social support*)

Seseorang akan mencoba mencari dukungan sosial dengan mencoba meminta bantuan di lingkungan terdekat mereka seperti, ayah, ibu, kakak, adik, sepupu, rekan kerja dan sahabat. Bentuk dukungan yang dicari berupa dukungan secara langsung seperti mendapatkan arahan, nasihat, dan pengetahuan baru dari orang lain yang dekat dengan mereka.

c. Merencanakan pemecahan masalah (*planful problem solving*)

Merencanakan pemecahan masalah adalah cara yang dilaksanakan individu dengan cara menyusun, merangkai dan membangun rencana terhadap permasalahan yang dimiliki agar dapat segera terpecahkan atau terselesaikan. Pada aspek merencanakan pemecahan masalah, akan mengimplikasikan rencana-rencana aksi yang akan dilaksanakan serta memilih cara penanganan yang sesuai sehingga dapat menyelesaikan masalah, kemudian dilakukan tindakan yang telah direncanakan sebelumnya untuk menyelesaikan masalah.

Menurut Aldwin & Reverson (1987) menjelaskan terdapat tiga aspek *problem focused coping*, yaitu:

a. Kehati-hatian (*controlles*)

Kehati-hatian merupakan cara yang dilakukan oleh individu dengan mempertimbangkan dan memikirkan secara mendalam berbagai opsi pemecahan masalah yang kemudian nantinya akan dilaksanakan, meminta opini dari sudut pandang orang lain atas permasalahan yang ada dan juga berhati-hati dalam melaksanakannya.

b. Tindakan instrumental (*instrumental action*)

Merupakan usaha yang dilakukan oleh individu secara langsung atas permasalahan yang dihadapi yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah dan juga melakukan penyusunan langkah-langkah selanjutnya untuk menyelesaikan masalah tersebut.

c. Negosiasi (*negotiation*)

Negosiasi merupakan segala usaha atau cara yang dilakukan individu dengan individu lainnya yang dianggap menyebabkan munculnya permasalahan yang ada agar mau untuk membantu memikirkan dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Menurut Carver (1989) menjelaskan bahwa *problem focused coping* memiliki aspek-aspek sebagai berikut:

a. Koping aktif (*coping active*)

Koping aktif dilakukan oleh individu dengan mengambil tindakan secara langsung, nyata dan aktif atas permasalahan yang dihadapi. Individu yang baik dalam melakukan *coping* aktif akan mampu untuk mengatasi stres yang dialaminya.

b. Perencanaan (*planning*)

Perencanaan dilakukan oleh individu dengan menyusun rencana atas tindakan yang akan dilakukan untuk mengatasi dan menghadapi permasalahan atau kesulitan-kesulitan serta mencari solusi untuk menghilangkan stres yang dialami

c. Penekanan pada aktivitas utama (*suppression of competing activities*)

Adalah cara yang dilakukan oleh individu dengan menentukan aktivitasnya untuk tidak bersinggungan dengan masalah yang sedang dihadapi yang dapat menambah stres.

d. Penguasaan diri (*restrain coping*)

Upaya individu untuk dapat melakukan kontrol atas tindakan yang nantinya akan dilakukan.

e. Mencari dukungan sosial (*seeking social support*)

Saat menghadapi situasi yang sulit, stres, dan penuh tekanan individu akan berusaha mendapatkan bantuan, nasihat atau penjelasan dari individu lain disekitarnya untuk memberikan bantuan agar permasalahan tersebut bisa diatasi. Dukungan sosial bisa didapatkan dari siapa saja seperti orang tua, sahabat, rekan kerja, tetangga dan lainnya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti akan menggunakan 3 aspek *problem focused coping* dari Folkman & Lazarus (1986) yaitu konfrontasi, mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. Peneliti menggunakan aspek *problem focused coping* tersebut untuk membuat instrumen skala dalam penelitian ini.

## **B. Dukungan sosial teman sebaya**

### **1. Pengertian dukungan sosial**

Johnson & Johnson (1991) menjelaskan bahwa adanya kehadiran individu lain yang selalu ada dan bisa diandalkan ketika individu membutuhkan adanya bantuan, doa dan mau menerima ketika individu menghadapi masa-masa sulit disebut sebagai dukungan sosial. Sedangkan Baron & Byrne (2008) menjelaskan dukungan sosial adalah pemberian rasa nyaman dari individu ke individu lain seperti keluarga, sahabat, rekan kerja, orang sekitar, dan teman sebaya secara fisik dan psikologis.

Sarafino & Smith (2012) menjelaskan yang dimaksud dukungan sosial adalah pemberian perhatian, rasa nyaman, rasa dihargai ataupun pemberian pertolongan yang diberikan kepada individu. Sedangkan King (2012) menjelaskan dukungan sosial adalah penjelasan maupun *feedback* yang

didapatkan dari individu lain sehingga muncul perasaan dipedulikan, diakui serta disayangi bagi individu yang menerimanya.

Dukungan sosial bisa didapatkan dari orang-orang sekitar yang dianggap penting oleh individu tersebut (*significant others*), seperti keluarga, pasangan, sahabat, saudara ataupun teman sebaya (Johnson dalam Wahyuni, 2016). Dukungan sosial tidak selalu dalam bentuk dukungan moral, akan tetapi dapat berupa dukungan spiritual dan material, dukungan sosial mempunyai manfaat besar untuk seseorang yang sedang menghadapi masalah, terutama dukungan sosial yang didapatkan dari orang penting di kehidupan penerimanya seperti keluarga, sahabat, kekasih ataupun teman sebaya (Adawiya, 2013).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan dari satu individu ke individu lain yang membutuhkan berupa dukungan materi, emosi serta arahan yang diberikan oleh individu yang memiliki hubungan dekat dengan yang menerimanya seperti ayah, ibu, sahabat, atau kolega sehingga akan muncul perasaan diperhatikan, dicintai, dipedulikan dan didukung dari individu yang menerimanya.

## **2. Dukungan sosial teman sebaya**

Suatu bentuk pemberian pertolongan kepada orang lain sehingga pemberian tersebut mampu dirasakan oleh individu yang menerimanya disaat dibutuhkan, sehingga muncul perasaan dianggap oleh teman sebaya dan lingkungannya disebut sebagai dukungan sosial teman sebaya (P. Sari dan Indrawati 2016). Sedangkan menurut Saguni & Amin (2014) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan pemberian pertolongan dalam bentuk penjelasan yang berguna bagi individu yang menerimanya, bantuan fisik ataupun materi dari teman sebaya yang akrab dengan mereka dan dengan ada kehadirannya menjadikan individu lebih merasa diperhatikan keberadaan mereka membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, dihargai dan bernilai. Selain itu, Faulkner dan Basset (Faulkner, 2013) menjelaskan bahwasanya dukungan sosial teman sebaya ialah sekumpulan individu yang saling memberikan dukungan untuk memperoleh tujuan yang diharapkan.

Menurut Mappiare (1982) menjelaskan bahwa teman sebaya adalah tempat untuk individu belajar mengenai kehidupan dari orang lain yang berasal bukan dari keluarga intinya. Lingkungan dalam teman sebaya merupakan sekumpulan orang baru dimana terdapat perbedaan seperti budaya, aturan, kepribadian dibandingkan dalam lingkungan keluarga.

Menurut Santrock (2005) menjelaskan bahwa fungsi dari adanya teman sebaya merupakan menjadi tempat mendapatkan informasi tentang dunia luar yang berasal diluar keluarga, seperti mendapatkan *feedback* mengenai kemampuan yang dimiliki serta sebagai tempat belajar mengenai apa yang dilakukan itu sudah benar atau salah jika dibandingkan dengan teman-teman sebayanya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah pemberian pertolongan oleh teman sebaya dalam bentuk informasi, tingkah laku maupun materi sehingga timbul perasaan dihormati, disayangi, dan dianggap oleh teman sebaya maupun lingkungannya.

### **3. Faktor-faktor dukungan sosial**

Myers (2012) menjelaskan terdapat 3 faktor seseorang mau memberikan dukungan sosial, yakni:

#### **a. Empati**

Empati merupakan perasaan untuk turut merasakan penderitaan orang dengan tujuan untuk memahami kesulitan orang lain dan dapat memotivasi untuk membantu sesama sehingga dapat meminimalisir kesulitan yang dialami orang lain dan untuk membantu mensejahterakan orang lain.

#### **b. Norma**

Sepanjang hidupnya individu akan memperoleh norma serta nilai sosial yang didapatkan dari lingkungan tempat individu tinggal, hal tersebut menjadi salah satu bagian dari pengalaman sosial seseorang. Norma dan nilai sosial tersebut nantinya dapat menjadikan individu untuk dapat berperilaku dan menjadi tanggung jawab dalam hidup. Di kehidupan sosial

individu diharapkan mampu untuk membantu kepada yang membutuhkan agar dapat mengembangkan kehidupan sosialnya.

c. Pertukaran sosial

Keseimbangan antara pertukaran perilaku sosial secara timbal balik seperti saling membantu satu sama lain, saling menghargai dan peduli dengan sesama akan menciptakan hubungan antara individu yang positif, dengan adanya pertukaran tersebut dapat menjadikan individu yakin bahwa masih ada yang peduli dan siap membantunya ketika dibutuhkan.

d. Sosiologi

Pada faktor sosiologi, individu akan cenderung memberikan pertolongan kepada individu yang mempunyai hubungan darah dengan pemberi pertolongan, karena dianggap lebih menguntungkan sehingga keturunannya masih bisa tetap bertahan dibandingkan dengan memberikan pertolongan pada individu yang tidak memiliki hubungan darah yang dianggap sesuatu yang tidak penting untuk ditolong. Tetapi individu memilih untuk membantu individu lain yang tidak memiliki hubungan darah, maka hal tersebut dikarenakan adanya harapan mendapatkan balasan bantuan lagi dari individu yang ditolong tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah empati, norma, pertukaran sosial dan sosiologi.

#### 4. Aspek-aspek dukungan sosial

House (1988) menjelaskan terdapat 4 aspek dalam dukungan sosial, yaitu:

a. Dukungan emosional

Dalam dukungan emosi mencakup perilaku pemberian perhatian atau afeksi dan juga mau untuk mendengarkan keluh kesah yang dimiliki orang lain. Selain itu, dukungan emosional mencakup seperti memberikan kepedulian, rasa tenggang rasa dan afeksi kepada orang lain sehingga muncul perasaan dipedulikan, nyaman, dihargai dan dilindungi.

b. Dukungan instrumental atau konkrit

Merupakan pemberian bantuan kepada seseorang yang membutuhkan bantuan dalam bentuk materi atau fasilitas yang diperlukan pada saat itu, seperti memberikan tumpangan atau memberi pinjaman.

c. Dukungan informasi

Dukungan informatif mencakup pemberian petunjuk, saran, masukan, nasihat dari orang lain yang bertujuan agar individu yang menerimanya dapat mengatasi masalahnya dan mendapatkan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dialami.

d. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan diberikan dalam bentuk ungkapan hormat atau penghargaan secara positif untuk orang lain, persetujuan atas gagasan atau perasaan orang lain dan pemberian semangat untuk menjadi lebih baik.

Menurut Weiss (1974) terdapat beberapa aspek dari dukungan sosial atau bisa disebut dengan "*The Social Provision Scale*", yakni:

a. Kerekatan emosional (*Emotional attachment*)

Munculnya rasa kerakatan emosi dalam suatu hubungan dengan orang lain biasanya akan dibarengi dengan timbulnya rasa menyenangkan dan perasaan terjaga akan individu lain yang memberikan dukungan tersebut. Hal ini umumnya diperoleh dari hubungan yang dianggap dekat bagi yang menerimanya, seperti orang tua, keluarga, sahabat, saudara atau teman yang dianggap dekat.

b. Intergrasi sosial (*Social introgration*)

Dalam hal integrasi sosial, akan memunculkan rasa pada individu bahwa dirinya merupakan bagian dari kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk berkeluh kesah, mencari bantuan, mendapatkan kepedulian dan menjadi tempat beraktivitas atau menjadi tempat untuk menghibur diri. Aspek integrasi sosial akan membuat individu tersebut merasakan rasa aman dan perasaan dimiliki dan memiliki dalam kelompok tersebut.

c. Adanya pengakuan

Ketika individu berhasil dalam sesuatu atau memiliki prestasi karena kemampuannya sendiri maka akan mendapatkan apresiasi dari orang lain atau penghargaan. Apresiasi dan penghargaan yang telah diberikan

tersebut dapat menjadikan individu lebih dihargai dan dipedulikan. Dukungan ini biasanya berasal dari orang terdekat seperti keluarga atau lingkungan sekitar.

d. Ketergantungan yang dapat diandalkan

Dukungan ini merupakan suatu keyakinan atau jaminan bahwa ketika individu melakukan sesuatu dan muncul permasalahan atau kesulitan maka individu percaya masih ada orang lain yang mau membantunya untuk menghadapi masalah yang ada.

e. Bimbingan (*guidance*)

Aspek dukungan sosial ini berupa arahan, penjelasan serta nasehat yang dianggap dapat membantu untuk menyelesaikan masalah yang sedang dialami dan untuk memenuhi kebutuhan, selain itu juga dapat berupa masukan mengenai sesuatu yang sebelumnya telah dikerjakan oleh individu.

f. Kesempatan mengasuh (*opportunity of nurturance*)

Ketika berhubungan dengan orang lain, salah satu aspek yang penting adalah adanya perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Pada aspek kesempatan untuk mengasuh, memungkinkan untuk individu merasakan bahwa ada orang lain yang bergantung padanya sehingga bisa mendapatkan kemakmuran.

Menurut Sarafino & Smith (2012) ada 4 aspek dari dukungan sosial individu, yakni:

a. Dukungan informatif

Dukungan informatif merupakan satu dukungan yang diberikan berupa nasihat, informasi, saran dan umpan balik kepada orang lain.

b. Dukungan kelompok

Pemberian dukungan jaringan sosial berupa dukungan perasaan sehingga individu merasa dianggap didalam kelompok serta muncul rasa solidaritas serta mempunyai ketertarikan yang sama antar anggota kelompoknya.

c. Dukungan instrumental

Merupakan pemberian bantuan kepada seseorang yang membutuhkan bantuan dalam bentuk sesuatu yang diperlukan pada saat itu.

d. Dukungan emosional

Merupakan pemberian bantuan dalam bentuk kepedulian, ikut merasakan kesulitan orang lain, serta memberikan perhatian kepada orang lain.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti akan menggunakan aspek dari House (1988) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan dalam pembuatan instrumen skala yang akan digunakan dalam penelitian ini.

**C. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Organisasi**

Sebagai mahasiswa organisasi, tentunya memiliki berbagai tanggung jawab dan tugas yang lebih banyak jika dibandingkan dengan mahasiswa biasa yang harus diselesaikan dan dikerjakan, seperti mengerjakan tugas dari perkuliahan dan melaksanakan serta menjalankan kegiatan atau tugas dari organisasi yang seringkali menjadi permasalahan bagi mahasiswa organisasi. Menurut Ulfatunnajah (2017) mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung memiliki kegiatan, tugas dan tanggung yang lebih banyak daripada mahasiswa biasa. Mahasiswa organisasi dituntut untuk bisa menjalankan dua peran tersebut dengan baik. Selain itu, mahasiswa organisasi cenderung akan menghadapi berbagai permasalahan yang harus dihadapi terutama yang berasal dari organisasi itu sendiri, oleh karena itu tidak jarang hal tersebut seringkali menimbulkan stres bagi mahasiswa organisasi. Untuk dapat mengurangi atau meminimalisir stresor, mahasiswa organisasi dituntut untuk bisa bereaksi dan beradaptasi dengan situasi yang penuh tekanan, oleh sebab itu adanya *problem focused coping* disini sangat diperlukan untuk dapat mengatasi permasalahan tersebut yang menjadi sumber stres bagi mahasiswa organisasi.

Kemampuan mahasiswa organisasi untuk menghadapi dan mengatasi tingkat stres yang tinggi tergantung pada efektivitas dan kuantitas strategi  *coping* yang dipakai untuk mengatasi masalahnya. Strategi  *coping* yang digunakan mahasiswa organisasi dapat membantu mengatasi masalah dan mengelola stres yang ditimbulkan terkait dengan tugas dan tanggung jawab yang harus dijalankan oleh mahasiswa organisasi. Menurut Nisrina, (2016) mahasiswa organisasi cenderung akan menggunakan  *Problem Focused Coping*, karena mahasiswa organisasi

cenderung memiliki banyak masalah yang timbul sehingga akan lebih terlatih dan terbiasa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, sehingga ketika dihadapkan pada masalah, mahasiswa organisasi akan merespon masalah yang muncul dengan berusaha secara langsung menyelesaikan masalah yang muncul daripada menghindarinya. *Problem focused coping* merujuk pada berbagai cara baik itu secara perilaku atau kognitif yang digunakan oleh individu untuk meminimalkan tingkat kesulitan (Zablotsky, Bradshaw, dan Stuart, 2013).

Dalam menghadapi segala permasalahan yang dialami oleh mahasiswa organisasi diperlukan dukungan sosial terutama dari teman sebaya untuk membantu mahasiswa organisasi mengatasi permasalahan yang muncul, seperti menjadi tempat untuk bertanya, meminta bantuan ketika menghadapi kesulitan, teman curhat, dan lainnya. Dukungan sosial juga dapat membuat individu mampu untuk memecahkan dan mengatasi masalah yang dialami dan membantu mengurangi reaksi dari stres melalui *coping stress* (Johnson dalam Jayusman, 2018).

Individu yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi dari teman sebaya, bisa memberikan dampak baik pada kesehatan individu, seperti menambah kepercayaan diri, pandangan terhadap dirinya, harga diri dan kebahagiaan dalam hidup (Sarafino dan Smith, 2012). Selain itu, dukungan sosial juga dapat membantu mahasiswa organisasi untuk dapat menghadapi berbagai permasalahan yang menjadi penyebab stres, sehingga nantinya dapat terlatih untuk dapat mengatasi keadaan yang memunculkan stres dan dapat meminimalisir dampak dari stres yang dialami. Menurut Niven (2002) dengan dukungan sosial dapat membantu individu untuk meningkatkan strategi koping dengan cara memberi saran strategi-strategi alternatif yang didasarkan pada pengalaman sebelumnya dan juga dengan mengajak individu untuk dapat berfokus terhadap aspek-aspek positif dari situasi tersebut.

#### **D. Hipotesis**

Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA, dimana semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin baik juga *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

Identifikasi variabel adalah cara atau metode yang dilakukan untuk memilih variabel yang nantinya akan dilakukan penelitian. Melakukan identifikasi variabel bertujuan agar dapat memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Menurut Sugiyono (2013) menjelaskan yang dimaksud dengan variabel penelitian merupakan semua bentuk yang sudah ditetapkan terlebih dahulu lalu kemudian dipelajari dan akhirnya ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah :

1. Variabel Tergantung : *Problem Focused Coping*
2. Variabel Bebas : Dukungan sosial teman sebaya

#### **B. Definisi Operasional**

##### **1. *Problem Focused Coping***

Segala upaya ataupun cara yang dipakai untuk memecahkan permasalahan yang menjadi stressor bagi individu dengan cara menghadapi permasalahan tersebut secara langsung dengan tujuan untuk dapat meminimalisir efek tekanan yang ditimbulkan disebut sebagai *problem focused coping*.

Dalam melakukan pengukuran *problem focused coping* pada penelitian ini maka akan digunakan skala *problem focused coping* yang bersumber pada aspek Lazarus & Folkman (1984) yaitu konfrontasi, mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. Semakin tinggi skor yang didapatkan dalam skala menunjukkan bahwa tingginya kemampuan mahasiswa organisasi dalam menghadapi masalah yang ada dengan memakai *problem focused coping*. Sebaliknya, apabila skor yang didapatkan rendah maka menunjukkan rendahnya kecakapan *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa organisasi ketika menghadapi masalah.

## 2. Dukungan sosial teman sebaya

Dukungan sosial teman sebaya merupakan pemberian pertolongan ataupun dukungan teman dalam bentuk informasi, tingkah laku maupun materi kepada individu lain sehingga muncul perasaan dihormati, disayangi, dan dipandang oleh teman sebaya maupun lingkungannya.

Pengukuran dukungan sosial teman sebaya akan diukur menggunakan skala dukungan sosial yang berdasarkan aspek-aspek dari House (1988) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Semakin banyak skor yang didapatkan pada skala menunjukkan bahwa tingginya dukungan sosial teman sebaya yang diterima oleh mahasiswa organisasi. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah pula dukungan sosial teman sebaya yang diterima oleh mahasiswa organisasi.

### C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel (Sampling)

#### 1. Populasi

Azwar (2012) menjelaskan bahwa populasi ialah kumpulan subjek yang dapat digeneralisasi untuk dipelajari dalam suatu penelitian. Sedangkan menurut Sugiyono (2013) populasi merupakan subjek yang memiliki karakteristik dan kualitas khusus yang sudah ditetapkan oleh penelitian agar dapat teliti dan dapat diambil kesimpulan. Populasi yang digunakan pada penelitian ini merupakan mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA yang dijelaskan dalam tabel berikut :

**Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Organisasi Fakultas Psikologi  
UNISSULA Tahun 2022**

No	Organisasi	Jumlah anggota
1.	Badan Eksekutif Mahasiswa	24 Mahasiswa
2.	Senat Mahasiswa	24 Mahasiswa
3.	Rohis Qolbun Salim	17 Mahasiswa
4.	Leviosa	17 Mahasiswa
5.	Aggregate	13 Mahasiswa
6.	Young Researcher	27 Mahasiswa
<b>Total</b>		<b>122 Mahasiswa</b>

## 2. Sampel Penelitian

Azwar (2012) menjelaskan bahwa yang dimaksud dari sampel adalah subjek yang merupakan bagian dari populasi. Sampel harus dapat mewakili populasi sehingga karakteristik dari subjek yang akan diteliti harus sesuai dengan ciri-ciri dan karakteristik dari populasi. Sedangkan menurut Sugiyono (2013) sampel adalah bagian dari karakteristik dan memiliki jumlah yang lebih kecil daripada populasinya. Penelitian ini menggunakan sampel mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA.

## 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik *sampling* merupakan cara ataupun metode untuk melakukan pengambilan sampel pada suatu penelitian (Sugiyono, 2013). Penelitian ini adalah menggunakan teknik berupa *cluster random sampling*. Menurut Hadi (2001) teknik *cluster random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari beberapa kelompok atau cluster yang kemudian akan diteliti.

### D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dipakai pada penelitian ini ialah dengan cara mendistribusikan skala yang telah dibuat kepada subjek penelitian. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa skala merupakan metode yang dilakukan oleh peneliti untuk menyusun daftar pertanyaan secara tertulis yang kemudian disebarikan kepada responden untuk diisi. Pengisian skala dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi.

Terdapat dua metode skala yang dipakai pada penelitian ini yaitu skala *problem focused coping* dan skala dukungan sosial teman sebaya. Metode penskalaan yang digunakan oleh peneliti adalah metode *summated rating* yang menggunakan format skala linkert dengan 5 kategori jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Menurut Azwar (2012) penggunaan skala linkert dengan 5 kategori jawaban lebih dianjurkan, sebab dengan menggunakan 5 kategori pilihan jawaban dapat

menyediakan pilihan jawaban berupa “Netral” untuk subjek yang merasa dirinya benar-benar berada diantara “tidak setuju” dan “setuju”.

### 1. Skala Problem Focused Coping

Pengukuran *problem focused coping* yang dipakai pada penelitian ini menggunakan skala modifikasi dari Amelia (2019) yang terdiri dari aspek-aspek *problem focused coping* dari Lazarus & Folkman (1984) yaitu konfrontasi, mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. Skala *problem focused coping* yang digunakan pada penelitian ini dibuat dengan dua macam jenis aitem yakni aitem *favorabel* serta *unfavorabel*, dimana aitem *favorabel* merupakan aitem pendukung yang sesuai dengan karakter yang akan dilakukan pengukuran, sedangkan aitem *unfavorabel* adalah aitem yang tidak menunjukkan karakter yang akan dilakukan pengukuran.

Skala *problem focused coping* disusun berisi 5 pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), N (Netral), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai). Pada aitem *favorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari satu sampai lima, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) akan diberikan skor 1, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 2, N (Netral) diberikan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 4 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 5. Sedangkan pada aitem *unfavorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari lima sampai satu, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 5, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 4, N (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 2 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 1. Skala *problem focused coping* ini berisi dari 56 aitem, yang terbagi menjadi 28 aitem *favorabel* dan 28 aitem *unfavorabel*.

**Tabel 2. Blue Print Skala Problem Focused Coping**

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Bobot
		F	UF		
1.	Konfrontasi	12	12	24	42,86 %
2.	Mencari dukungan sosial	4	4	8	14,29 %
3.	Merencanakan pemecahan masalah	12	12	24	42,86 %
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>28</b>	<b>56</b>	<b>100 %</b>

## 2. Skala Dukungan Sosial Teman sebaya

Penyusunan skala dukungan sosial teman sebaya yang dipakai pada penelitian ini menggunakan aspek dari House (1988) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Skala dukungan sosial teman sebaya ini berisi aitem *favorabel* dan *unfavorabel*, dimana aitem *favorabel* merupakan aitem pendukung yang sesuai dengan karakter yang akan dilakukan pengukuran, sedangkan aitem *unfavorabel* merupakan aitem yang tidak menunjukkan ciri karakter yang akan dilakukan pengukuran.

Skala dukungan sosial ini tersusun atas 5 pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), N (Netral), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai). Pada aitem *favorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari satu sampai lima, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 1, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 2, N (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 4 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 5. Sedangkan pada aitem *unfavorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari lima sampai satu, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 5, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 4, Ne (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 2 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 1. Jumlah pertanyaan dalam skala dukungan sosial ini berjumlah 40 pertanyaan yang didalamnya terbagi menjadi 20 aitem *favorabel* dan 20 aitem *unfavorabel*.

**Tabel 3. Blue Print Skala Dukungan Sosial**

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Bobot
		F	UF		
1.	Dukungan emosional	5	5	10	25 %
2.	Dukungan instrumental	5	5	10	25 %
3.	Dukungan informasi	5	5	10	25 %
4.	Dukungan penghargaan	5	5	10	25 %
<b>Jumlah</b>		<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>	<b>100 %</b>

### E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas

#### 1. Validitas

Azwar (2014) menjelaskan validitas ialah sejauh mana alat ukur mampu melakukan pengukuran secara akurat dalam melakukan fungsi ukurnya dan tujuan alat ukur tersebut. Validitas adalah satu bagian penting yang harus dimiliki oleh semua alat ukur, jika suatu instrumen mampu melakukan fungsi pengukurannya sesuai dengan maksud dari dilakukannya pengukuran, maka instrumen mempunyai validitas yang baik. Alat ukur dengan validitas baik akan dapat menghasilkan tingkat kesalahan yang lebih rendah. Hal ini berarti setiap skor yang dihasilkan oleh subjek dari alat ukur yang digunakan akan hampir sama dengan skor yang sebenarnya (Azwar, 2014)

Teknik analisis validitas yang dipakai pada penelitian ini yaitu validitas isi. Validitas isi merupakan sejauhmana suatu aitem yang sudah disusun menjadi suatu alat tes dapat mencakup kawasan isi yang ingin diukur di dalam tes tersebut. Validitas isi diukur dengan melakukan uji pada isi tes dengan memakai analisis rasional yang dilakukan oleh ahli (profesional) dalam proses *professional judgment* seperti dosen pembimbing. (Azwar, 2014).

#### 2. Uji Daya Beda Aitem

Azwar (2012) menjelaskan uji daya beda ialah kapabilitas yang dimiliki suatu aitem untuk menyeleksi individu mana yang mempunyai sifat atau tidak

sifat yang akan dilakukan pengukuran dalam penelitian. Pengujian daya beda pada penelitian ini dikerjakan melalui pemilihan aitem yang telah disusun berdasarkan kesesuaian fungsi alat ukur dengan fungsi ukur skala. Teknik yang dipakai pada penelitian ini dalam melakukan pengujian daya beda aitem memakai korelasi *product moment* yang dibantu dengan bantuan program komputer berupa SPSS versi 25.

Dalam melakukan pemilihan aitem yang didasarkan pada daya beda aitem yaitu memakai batasan sebesar  $(r_{ix}) \geq 0,3$ . Aitem dengan koefisien lebih dari 0,3 maka dapat disimpulkan memiliki daya beda yang memuaskan. Semakin tinggi koefisiensi korelasi positif antara skor aitem yang dimiliki dengan skor skala maka akan tinggi pula konsistensi skala dengan aitem secara menyeluruh yang artinya aitem memiliki daya beda yang tinggi (Azwar, 2015)

### 3. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan sejauhmana suatu alat ukur dapat menunjukkan hasil yang konsisten dan terpercaya, sehingga dapat memberikan hasil yang konsisten atau sama disetiap penelitian yang dilakukan dengan subjek maupun kelompok sebelumnya (Azwar, 2012). Hasil pengukuran dapat dikatakan valid ketika mampu menunjukkan hasil yang setara dengan pengukuran-pengukuran yang akan dilakukan nantinya dengan menggunakan subjek yang sama. Penelitian ini akan memakai teknik pengujian reliabilitas *Alpha Cronbach* untuk dapat melihat koefisien reliabilitas yang dihasilkan skala dukungan sosial teman sebaya dan skala *problem focused coping*. Perhitungan reliabilitas dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer berupa SPSS versi 25.

### F. Teknik Analisis Data

Pengujian hipotesis yang telah dibuat sebelumnya dibutuhkan untuk dapat menguji hipotesis apakah hipotesis yang dimiliki diterima atau ditolak. Penelitian ini memakai teknik analisis *product moment* yang dibantu program komputer berupa SPSS versi 25.

## BAB IV PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

### A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian

#### 1. Orientasi Kanchah Penelitian

Orientasi kanchah penelitian adalah salah satu langkah yang harus dilakukan sebelum melakukan penelitian dengan menyiapkan segala sesuatu yang diperlukan agar penelitian bisa berjalan tanpa hambatan. Penelitian ini akan menggunakan tempat di Fakultas Psikologi yang ada di Universitas Islam Sultan Agung. Fakultas Psikologi sendiri didirikan melalui SK Dirjen Dikti Nomor 369/Dikti/Kep/1999 pada tanggal 29 Juli 1999. Fakultas Psikologi merupakan satu dari 11 Fakultas yang ada di Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Populasi yang digunakan yaitu sebanyak 122 mahasiswa organisasi yang ada di Fakultas Psikologi yang terdiri dari 6 organisasi mahasiswa yang ada di dalam Fakultas Psikologi. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa organisasi yang ada di Fakultas Psikologi UNISSULA dengan jumlah 122 mahasiswa. Adapun alasan peneliti memilih Fakultas Psikologi UNISSULA menjadi tempat penelitian adalah karena:

- a. Adanya masalah yang ditemukan yang berkaitan dengan judul penelitian.
- b. Lokasi belum pernah dilakukan penelitian sejenis.
- c. Peneliti mendapatkan izin dari masing-masing ketua organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA untuk melakukan penelitian.

#### 2. Persiapan Penelitian

Peneliti perlu mempersiapkan segala sesuatu yang dibutuhkan sebelum penelitian dilaksanakan untuk menghindari kesalahan yang tidak diinginkan selama proses penelitian berlangsung. Sebelumnya peneliti sudah menyusun

alat ukur yang akan dipakai berupa skala kemudian melakukan perizinan pada masing-masing ketua organisasi mahasiswa di Fakultas Psikologi UNISSULA.

#### **a. Penyusunan Alat Ukur**

Penyusunan alat ukur adalah proses mempersiapkan alat yang akan digunakan peneliti untuk melakukan penelitian dengan menyusun skala untuk menghimpun data dari responden. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala dukungan sosial teman sebaya serta skala *problem focused coping*.

Penyusunan skala dalam penelitian ini tersusun dari 5 pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), N (Netral), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai). Pada aitem *favorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari satu sampai lima, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 1, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 2, N (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 4 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 5. Sedangkan pada aitem *unfavorabel* akan diberikan skor yang bergerak dari lima sampai satu, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 5, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 4, N (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 2 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkan skor 1.

##### **1) Skala *Problem Focused Coping***

Penelitian ini memakai skala *problem focused coping* yang diadaptasi dari penelitian Amelia (2019) yang didasari dari aspek-aspek *problem focused coping* dari Lazarus & Folkman (1984) yakni konfrontasi, mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. Skala *problem focused coping* dalam penelitian ini memiliki aitem sebanyak 56 aitem, dimana didalamnya terbagi menjadi 28 aitem *favorabel* serta 28 aitem *unfavorable*. Distribusi sebaran skala *problem focused coping* dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Sebaran Nomor Aitem Skala *Problem Focused Coping***

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Konfrontasi	1, 4, 5, 8, 10, 11, 13, 15, 18, 19, 24, 28	2, 3, 6, 7, 9, 12, 14, 21, 23, 25, 31, 39	24
2.	Mencari dukungan sosial.	22, 29, 35, 38	20, 30, 36, 37	8
3.	Merencanakan pemecahan masalah	26, 32, 33, 40, 42, 44, 48, 49, 50, 53, 54, 56	16, 17, 27, 34, 41, 43, 45, 46, 47, 51, 52, 55	24
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>28</b>	<b>56</b>

## 2) Skala dukungan sosial teman sebaya

Penyusunan skala dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini menggunakan aspek dukungan sosial dari House (1988) yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Skala dukungan sosial ini akan terdiri dari 40 aitem, yang terbagi menjadi 20 aitem berupa aitem *favorabel* dan 20 aitem berupa aitem *unfavorabel*. Berikut adalah tabel distribusi sebaran skala dukungan sosial teman sebaya:

**Tabel 5. Distribusi Sebaran Aitem Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1.	Dukungan emosional	1, 2, 4, 6, 9	3, 5, 7, 8, 10	10
2.	Dukungan instrumental	11, 14, 17, 18, 20	12, 13, 15, 16, 19	10
3.	Dukungan informasi	23, 24, 26, 27, 30	21, 22, 28, 29, 35	10
4.	Dukungan penghargaan	31, 33, 36, 38, 40	25, 32, 34, 37, 39	10
<b>Jumlah</b>		<b>20</b>	<b>20</b>	<b>40</b>

**b. Persiapan perizinan**

Perizinan merupakan bagian penting yang perlu dilakukan sebelum berjalannya penelitian. Peneliti mengajukan surat permohonan untuk melakukan penelitian terlebih dahulu kepada Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA untuk mendapatkan surat perizinan melaksanakan penelitian. Surat permohonan izin kemudian diserahkan kepada masing-masing ketua organisasi mahasiswa yang ada di Fakultas Psikologi UNISSULA dengan nomor surat sebagai berikut :

- 1) 178/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua Aggregate Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

- 2) 179/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua Badan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 3) 180/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua Senat Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 4) 181/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua Rohis Qolbun Salim Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 5) 182/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua Leviosa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- 6) 181/C.1/Psi-SA/III/2022 kepada ketua *Young Researcher* Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

**c. Uji coba alat ukur penelitian**

Salah satu tujuan dilakukannya uji coba adalah untuk mengetahui seberapa layak alat ukur untuk digunakan dalam penelitian. Pelaksanaan uji coba dilakukan pada tanggal 15 Februari 2022 sampai 22 Februari 2022. Jumlah populasi yang memadai menjadi alasan peneliti untuk melakukan uji coba terlebih dahulu. Jumlah data responden uji coba adalah sebagai berikut:

**Tabel 6. Data demografi (Uji Coba)**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total
<b>Nama Organisasi</b>			
a. Leviosa	17	29,8 %	
b. Aggregate	13	22,8 %	57
c. <i>Young Researcher</i>	27	47,4 %	
<b>Jenis Kelamin</b>			
a. Laki-laki	8	14 %	57
b. Perempuan	49	86 %	
<b>Angkatan</b>			
a. 2018	3	5 %	
b. 2019	12	21 %	57
c. 2020	34	60 %	
d. 2021	8	14 %	

Peneliti membagikan kuesioner kepada 57 mahasiswa menggunakan *Google Form*. Setelah data uji coba terkumpul, selanjutnya data uji coba diberi skor kemudian dilakukan analisis menggunakan SPSS versi 25.

#### d. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Setelah membagikan skala kepada subjek yang subjek, peneliti melakukan perhitungan pada uji daya beda dan estimasi reliabilitas skala yang sudah dibuat sebelumnya. Penghitungan uji daya beda dan estimasi reliabilitas yang dilakukan dibantu memakai program komputer berupa SPSS versi 25. Aitem yang memiliki koefisien korelasi  $\geq 0,30$  dapat diartikan mempunyai daya beda tinggi. Sedangkan untuk aitem yang memiliki koefisien korelasi  $\leq 0,30$  dapat diartikan mempunyai daya beda yang rendah. Jika jumlah aitem dengan daya beda tinggi tidak terpenuhi sesuai dengan yang diinginkan, maka dapat diturunkan koefisiensi korelasi menjadi 0,25 (Azwar, 2012)

Peneliti pada penelitian ini memakai batasan sebesar  $\geq 0,30$ , akan tetapi karena terdapat skala yang memiliki jumlah aitem dengan daya beda tinggi yang kurang mencukupi, maka diturunkan menjadi 0,25. Hasil dari perhitungan uji daya beda dan uji reliabilitas yaitu seperti berikut:

##### 1. Skala *problem focused coping*

Hasil perhitungan uji daya beda yang dilakukan pada skala *problem focused coping* dari 56 aitem yang telah disusun, menghasilkan 45 aitem berdaya beda tinggi dan 11 aitem berdaya beda rendah. Pada skala *problem focused coping* ini menggunakan koefisiensi korelasi sebesar  $\geq 0,250$ . Sehingga dapat diketahui bahwa aitem dengan  $r_{ix} \geq 0,250$  dapat dikatakan merupakan aitem dengan daya beda yang baik. Terdapat 45 aitem yang memiliki daya beda tinggi berkisar antara 0,251 hingga 0,688. Sedangkan, untuk aitem dengan daya beda rendah sebanyak 11 aitem yang berkisar -0,031 hingga 0,244. Estimasi reliabilitas dari skala *problem focused coping* pada penelitian ini didapatkan dengan menggunakan koefisien

reliabilitas *Alpha* dari Cronbach sebesar 0,901. Bentuk sebaran untuk nomor aitem pada skala *problem focused coping* adalah sebagai berikut:

**Tabel 7. Sebaran Nomor Aitem Skala *Problem Focused Coping* Berdaya Beda Tinggi dan Rendah**

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Konfrontasi	1, 4, 5, 8,	2*, 3, 6, 7, 9,	24
		10*, 11, 13,	12*, 14*, 21,	
2.	Mencari dukungan sosial.	15, 18, 19*,	23, 25, 31, 39	8
		24, 28		
3.	Merencanakan pemecahan masalah	22*, 29*, 35,	20*, 30, 36,	24
		38	37*	
Jumlah		26, 32, 33,	16, 17*, 27,	56
		40, 42, 44,	34, 41, 43, 45,	
		48, 49, 50,	46, 47, 51, 52,	
		53*, 54, 56	55	
		28	28	

\*)Daya Beda Aitem Rendah

## 2. Skala dukungan sosial teman sebaya

Berdasarkan perhitungan uji daya beda yang dilakukan pada 40 aitem pada skala dukungan sosial teman sebaya diperoleh 35 aitem berdaya beda tinggi dan 5 aitem berdaya beda rendah. Koefisiensi korelasi yang didapatkan adalah sebesar  $r_{ix} \geq 0,300$  sehingga aitem yang memiliki hasil  $r_{ix} \geq 0,300$  dapat dikatakan memiliki daya beda yang baik. Terdapat 35 aitem dengan daya beda tinggi yang berkisar

antara 0,360 - 0,793. Sedangkan terdapat 5 aitem dengan daya beda rendah yang berkisar antara 0,019 - 0,288. Estimasi reliabilitas skala dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini didapatkan dengan menggunakan koefisien reliabilitas Alpha dari Cronbach sebesar 0,948 persebaran aitem pada skala dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 8. Sebaran nomor aitem berdaya beda tinggi dan rendah skala dukungan sosial teman sebaya**

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Dukungan emosional	1*, 2, 4*, 6, 9	3, 5, 7, 8, 10	10
2.	Dukungan instrumental	11, 14*, 17, 18, 20	12, 13, 15, 16, 19	10
3.	Dukungan informasi	23, 24, 26, 27, 30	21, 22, 28, 29, 35	10
4.	Dukungan penghargaan	31, 33, 36, 38*, 40	25, 32*, 34, 37, 39	10
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>28</b>	<b>56</b>

\*)Daya Beda Aitem Rendah

**e. Penomoran kembali**

Setelah diperoleh aitem berdaya beda tinggi, lalu dilakukan penyusunan kembali pada aitem tersebut untuk dipakai dalam penelitian.

**Tabel 9. Sebaran Aitem Baru Skala *Problem Focused Coping***

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Konfrontasi	1(11), 4(33),	3(23), 6(27),	19
		5(20), 8(44),	7(16), 9(12),	
		11(21), 13(1),	21(39), 23(28),	
		15(4), 18(34),	25(24), 31(40),	
		24(43), 28(38)	39(7)	
2.	Mencari dukungan sosial.	35(3), 38(35)	30(13), 36(37)	4
3.	Merencanakan pemecahan masalah	26(5), 32(8),	16(42) 27(41),	22
		33(15), 40(29),	34(18), 41(30),	
		42(31), 44(25),	43(2), 45(36),	
		48(45), 49(22),	46(10), 47(9),	
		50(14), 54(26),	51(6), 52(32),	
		56(17)	55(19)	
<b>Jumlah</b>		<b>23</b>	<b>22</b>	<b>45</b>

Keterangan ( ) = nomor aitem baru penelitian

**Tabel 10. Sebaran Aitem Baru Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Dukungan emosional	2(13), 6(15), 9(1)	3(10), 5(6), 7(18), 8(26), 10(35)	8
2.	Dukungan instrumental	11(19), 17(27), 18(4), 20(24)	12(32), 13(9), 15(12), 16(29), 19(21)	9
3.	Dukungan informasi	23(31), 24(7), 26(34), 27(14), 30(2)	21(22), 22(25), 28(5), 29(17), 35(23)	10
4.	Dukungan penghargaan	31(28), 33(20), 36(11), 40(8)	25(30), 34(3), 37(33), 39(16)	8
<b>Jumlah</b>		<b>16</b>	<b>19</b>	<b>35</b>

Keterangan ( ) = nomor aitem baru penelitian

## B. Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melakukan penyebaran skala penelitian mulai tanggal 28 Februari 2022 hingga 7 Maret 2022. Penelitian dilaksanakan dengan cara melakukan penyebaran skala melalui *Google Form* yang berisi skala *problem focused coping* dan skala dukungan sosial teman sebaya kepada anggota Senat Mahasiswa berjumlah 24 orang, Badan Eksekutif Mahasiswa berjumlah 24 orang dan Rohis Qolbun Salim berjumlah 17 orang. Pelaksanaan penelitian memerlukan waktu yang relatif lebih lama karena peneliti harus menghubungi semua responden penelitian satu per satu melalui *WhatsApp* untuk melakukan penyebaran kuesioner penelitian dan melakukan konfirmasi ulang kepada semua responden jika masih ada responden yang belum mengisi kuesioner yang sebelumnya sudah dibagikan.

**Tabel 11. Data demografi responden (Penelitian)**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total
<b>Nama Organisasi</b>			
a. Senat Mahasiswa	22	36,7 %	60
b. Badan Eksekutif Mahasiswa	22	36,7 %	
c. Rohis Qolbun Salim	16	26,6 %	
<b>Jenis Kelamin</b>			
a. Laki-laki	9	15 %	60
b. Perempuan	51	85 %	
<b>Angkatan</b>			
a. 2019	21	35 %	60
b. 2020	31	51,7 %	
c. 2021	8	13,3 %	

Pada pengambilan data penelitian, terdapat 5 responden yang sebelumnya sudah mengisi kuesioner pada saat uji coba skala karena ikut dalam 2 organisasi, sehingga hanya 60 responden yang mengisi kuesioner yang sebelumnya sudah dibagikan.

## C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

### 1. Uji Asumsi

Proses uji asumsi dilaksanakan dengan menjalankan pengujian normalitas serta linearitas terhadap data penelitian yang diperoleh sebelumnya. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan program komputer berupa SPSS versi 25 untuk melakukan pengujian asumsi.

#### a. Uji Normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas adalah untuk memeriksa apakah sebaran data pada variabel penelitian telah terdistribusi secara normal. Pada pengujian normalitas ini, teknik yang digunakan adalah *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Dari hasil uji normalitas yang sudah dilakukan, maka didapatkan data sebagai berikut :

**Tabel 12. Hasil Analisis Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Std Deviasi	KS-Z	Sig	<i>p</i>	Ket
<b>Dukungan Sosial Teman Sebaya</b>	130,02	12,839	0,075	0,200	>0,05	Normal
<b><i>Problem Focused Coping</i></b>	164,80	13,911	0,105	0,097	>0,05	Normal

Hasil analisis uji normalitas pada data dukungan sosial teman sebaya diperoleh nilai KS-Z sejumlah 0,075 dan taraf signifikansi sejumlah 0,200 ( $p > 0,05$ ). Maka dapat diketahui bahwa persebaran data dukungan sosial teman sebaya sudah terdistribusi dengan normal. Selanjutnya, pada data *problem focused coping* menunjukkan nilai KS-Z sejumlah 0,105 dan taraf signifikansi 0,097 ( $p > 0,05$ ). Sehingga bisa diketahui bahwa persebaran data *problem focused coping* sudah terdistribusi dengan normal.

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk melihat apakah masing-masing variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linear atau tidak.

Teknik yang digunakan pada penelitian ini untuk melakukan uji linearitas adalah menggunakan teknik uji  $F_{\text{linear}}$  dan memakai bantuan program komputer berupa SPSS versi 25. Dari hasil uji linearitas diperoleh  $f_{\text{linear}} = 27,260$  dan taraf signifikansi  $0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial teman sebaya dengan variabel *problem focused coping* mempunyai hubungan yang linear.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Metode yang dipakai pada penelitian ini untuk menguji hipotesis adalah dengan menggunakan metode korelasi *product moment* dari Karl Perason. Berdasarkan uji hipotesis yang sudah dilaksanakan, didapatkan hasil  $r_{xy} = 0,617$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Dari data tersebut bisa diambil kesimpulan hipotesis yang dikemukakan sebelumnya bisa diterima. Maka dari itu dapat diketahui bahwa antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA terdapat hubungan yang positif secara signifikan.

### D. Deskripsi Variabel Penelitian

Tujuan dari dilakukannya deskripsi data penelitian adalah untuk mengetahui representasi dari skor yang dihasilkan pada skala yang diberikan kepada subjek yang dilakukan pengukuran. Selain itu, deskripsi penelitian juga dapat menjadi sumber data untuk mengetahui kondisi dari subjek mengenai variabel yang sedang dilakukan penelitian. Deskripsi data yang dipakai pada penelitian ini memakai kategorisasi yang berlandaskan model distribusi normal.

Azwar (2012) menjelaskan distribusi normal dibagi menjadi 6 *satuan deviasi standar*, dimana 3 bagian berada pada posisi kiri *mean* serta 3 bagian berada pada posisi kanan *mean*. Distribusi normal kelompok subjek yang digunakan pada penelitian ini terbagi menjadi 5 satuan standar deviasi, maka didapatkan  $6/5 = 1,2$  SD pada setiap kategorinya. Norma yang dipakai bisa dilihat sebagai berikut :

**Tabel 13. Norma Kategori Skor**

Rentang skor	Kategorisasi
$\mu + 1.8 \sigma < x \leq \mu + 3.0 \sigma$	Sangat tinggi
$\mu + 0.6 \sigma < x \leq \mu + 1.8 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.6 \sigma < x \leq \mu + 0.6 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.8 \sigma < x \leq \mu - 0.6 \sigma$	Rendah
$\mu - 3.0 \sigma < x \leq \mu - 1.8 \sigma$	Sangat rendah

Keterangan :  $\mu$  : *Mean* hipotetik

$\sigma$  : standar deviasi hipotetik

### 1. Deskripsi Data Skor Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Skala dukungan sosial teman sebaya memiliki aitem sejumlah 35 aitem dengan daya beda tinggi, dan rentang skor 1 – 5. Kemungkinan skor paling kecil yang bisa didapatkan adalah sebesar 35 yang didapatkan dari (35 x 1), kemudian skor paling tinggi yang bisa didapatkan adalah sebesar 175 yang didapatkan dari (35 x 5). Rentang skor skala pada penelitian ini adalah sebesar 140 yang diperoleh dari (175 – 35), untuk *mean* hipotetik sejumlah 105 yang diperoleh dari  $([175 + 35] : 2)$ , serta standar deviasi hipotetik sejumlah 23,3 yang diperoleh dari  $([175 - 35] : 6)$ .

Berdasarkan data penelitian didapatkan skor paling kecil sejumlah 105 dan skor paling besar sejumlah 156 dengan *mean* sejumlah 130,02 dan standar deviasi sejumlah 12,839. Deskripsi skor dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 14. Deskripsi Skor Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Deskripsi skor	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	105	35
Skor maksimum	156	175
Mean (M)	130,02	105
Standar Deviasi (SD)	12,839	23,3

Berdasarkan norma kategorisasi distribusi normal kelompok sampel maka dapat diambil kesimpulan bahwa rentang skor sampel pada penelitian ini mempunyai kategori yang tinggi dengan *mean* empirik penelitian sejumlah 130,02, dan didapatkan juga mean hipotetik yaitu 105.

**Tabel 15. Kategorisasi Nilai Subjek Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

Norma	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
$146,94 < x \leq 174,9$	Sangat tinggi	7	11,6 %
$118,98 < x \leq 146,94$	Tinggi	39	65 %
$91,02 < x \leq 118,98$	Sedang	14	23,4 %
$63,06 < x \leq 91,02$	Rendah	-	-
$35,1 < x \leq 63,06$	Sangat rendah	-	-
<b>Total</b>		<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil diatas maka bisa diketahui bahwa tidak ada subjek yang masuk kedalam kategori sangat rendah serta rendah. Kemudian diperoleh 14 subjek yang masuk kedalam kategori sedang dengan rentang skor 91,02 hingga 118,98, kemudian terdapat 39 subjek yang masuk ke dalam kategori tinggi dengan rentang skor 118,98 sampai dengan 146,94 dan ada 7 subjek dengan kategori sangat tinggi yang mempunyai rentang skor 146,94 hingga 174,9. Berdasarkan hasil diatas maka dapat dilihat pada gambar berikut :



**Gambar 1. Rentang Skor Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya**

## 2. Deskripsi Data Skor Skala *Problem Focused Coping*

Skala *problem focused coping* memiliki 45 aitem dengan daya beda tinggi yang mempunyai rentang skor dari 1 - 5. Skor paling tinggi yang bisa didapatkan yaitu sejumlah 225 (yaitu  $45 \times 5$ ) dan skor paling kecil yang mungkin untuk didapatkan subjek adalah sejumlah 45 (yaitu  $45 \times 1$ ). Rentang skor skala adalah 180 ( yaitu  $225 - 45$ ) kemudian dibagi menjadi 6 satuan deviasi standar dan diperoleh nilai standar deviasi hipotetik sejumlah 30 ( $[(225 - 45) : 6]$ ) dan *mean* hipotetik sejumlah 135 ( $[(225 + 45) : 2]$ ).

Deskripsi skor subjek dalam skala *problem focused coping* yang didapatkan dari hasil penelitian, diperoleh skor paling kecil sejumlah 131 dan skor paling besar sejumlah 197, *mean* yang didapatkan sejumlah 164,80 serta

standar deviasi sejumlah 13,911. Adapun deskripsi skor subjek pada skala *problem focused coping* adalah sebagai berikut:

**Tabel 16. Deskripsi Skor *Problem Focused Coping***

Deskripsi skor	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	131	45
Skor maksimum	197	225
Mean (M)	164,80	135
Standar Deviasi (SD)	13,911	30

Berdasarkan norma kategorisasi distribusi normal kelompok sampel bisa diambil kesimpulan bahwa rentang skor sampel dalam penelitian ini masuk ke dalam kategori tinggi dengan *mean* empirik penelitian jumlah 164,80, dan didapatkan juga mean hipotetik yaitu 135.

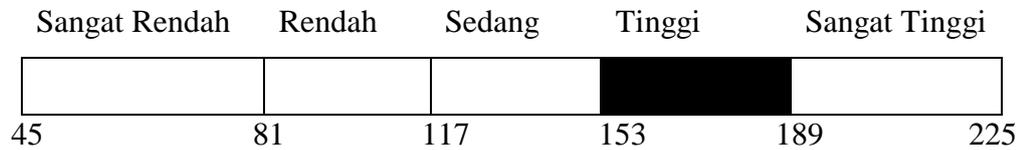
**Tabel 17.**

**Kategorisasi Nilai Subjek Skala *Problem Focused Coping***

Norma	Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
$189 < x \leq 225$	Sangat tinggi	3	5%
$153 < x \leq 189$	Tinggi	47	78,4 %
$117 < x \leq 153$	Sedang	10	16,6 %
$81 < x \leq 117$	Rendah	-	-
$45 < x \leq 81$	Sangat rendah	-	-
<b>Total</b>		<b>60</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data diatas, maka dapat dilihat bahwa tidak ada subjek dalam kategori sangat rendah dan rendah yang mempunyai rentang skor 45 sampai 81 untuk kategori sangat rendah dan 81 sampai 117 untuk kategori rendah. Kemudian terdapat 10 subjek yang memiliki rentang skor antara 117 sampai dengan 153 yang masuk dalam kategori sedang, lalu terdapat 47 subjek yang masuk kedalam kategori tinggi dengan rentang skor antara 153 sampai dengan 189 dan terdapat 3 subjek yang masuk kedalam kategori sangat tinggi

dengan rentang skor antara 189 sampai dengan 225. Berdasarkan hasil diatas maka dapat diketahui gambaran rentang skor adalah sebagai berikut:



**Gambar 2. Rentang Skor Skala *Problem Focused Coping***

### E. Pembahasan

Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menghadapi permasalahan yang ada, termasuk mahasiswa organisasi. Menurut Nisrina (2016) mahasiswa organisasi cenderung akan menggunakan *problem focused coping* daripada *emotion focused coping* untuk menyelesaikan masalah karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki banyak masalah yang timbul sehingga akan lebih terlatih dan terbiasa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, sehingga ketika dihadapkan pada masalah, mahasiswa organisasi akan merespon masalah yang muncul dengan berusaha secara langsung menyelesaikan masalah yang muncul daripada menghindarinya. Selain itu, tuntutan dan tugas dari organisasi yang mengharuskan untuk mahasiswa organisasi untuk dapat segera menyelesaikan atau mengatasi masalah yang ada terutama di dalam hal organisasi guna keberlangsungan dari organisasi itu sendiri.

Menurut Smith (Baron dan Bryne, 2005) menjelaskan bahwa suatu *coping stress* dikatakan tidak efektif apabila dilakukan dengan penghindaran terhadap sumber stres yang dialami dan melakukan penentangan dalam diri bahwa ada sesuatu yang salah sehingga menyebabkan individu mengabaikan suatu masalah yang dialami, sehingga dengan menghadapi langsung pada masalah cukup efektif untuk mengatasi masalah yang menjadi sumber stres. Maka dari itu, peneliti memilih *problem focused coping* sebagai variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Hasil uji hipotesis menunjukkan hasil nilai korelasi  $r_{xy}$  sejumlah = 0,617 dan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang mana

bisa diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka semakin tinggi pula *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka akan semakin rendah pula *problem focused coping* yang dilakukan pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Pada penelitian ini telah menunjukkan hasil dukungan sosial teman sebaya berpengaruh sebanyak 38,1% terhadap *problem focused coping*, sedangkan sisanya sejumlah 61,9% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Jayusman (2018) bahwa faktor yang bisa berpengaruh terhadap *problem focused coping* merupakan dukungan sosial. Hanapi (2018) menjelaskan bahwa individu yang menerima dukungan sosial dari orang lain bisa membuat individu menjadi semakin termotivasi untuk dapat menyelesaikan masalah yang dialaminya, selain itu individu juga akan lebih merasa diperhatikan dan terbantu dengan bantuan yang diberikan untuk menyelesaikan masalah yang ada. Jayanti dan Rachmati (2008) menjelaskan bahwa seseorang yang memperoleh dukungan sosial seperti dari teman sebaya memunculkan perasaan terlindungi serta membuat individu tidak mudah menyerah ketika mengatasi suatu masalah karena individu percaya akan ada yang selalu siap untuk membantu dan memberikan dukungan ketika dibutuhkan.

Pasaribu (2016) menjelaskan mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari teman sebayanya akan memunculkan rasa disayangi dan dihormati oleh lingkungannya, sehingga dapat memberikan efek berupa munculnya perilaku dan emosi yang positif karena mahasiswa merasa adanya rasa peduli antar sesama di dalam kelompok teman sebayanya sekali munculnya rasa kebersamaan satu dengan yang lainnya yang dapat memunculkan perilaku saling tolong menolong, berbagi dan bekerja sama satu dengan yang lainnya. Menurut Tarakanita (2001) dukungan sosial dari teman bisa menjadikan individu menjadi lebih bebas untuk melakukan segala sesuatu yang sebelumnya belum pernah dilakukan dan dapat menjadi tempat belajar untuk merasakan tanggung jawab yang sebelumnya belum pernah dirasakan.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya sudah pernah dilakukan tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Medan Area. Hasil pada penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping*. Penelitian tersebut mendapatkan nilai  $r_{xy}$  sejumlah 0,411 dengan  $P=0,001 < 0,010$  dengan  $r^2 = 0,168$  artinya dukungan sosial teman sebaya berpengaruh sebesar 16,8% terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Medan Area (Situngkir, 2021).

Hasil deskripsi skor skala dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini memiliki skor dalam kategori tinggi. Didapatkan hasil berupa *mean* empirik sejumlah 130,02 dan *mean* hipotetik 105, sehingga dapat diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA adalah tinggi. Tingginya dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa organisasi diperoleh karena adanya dukungan serta bantuan yang diberikan dari teman sebaya baik dalam bentuk fisik, emosi ataupun materi seperti membantu untuk menyelesaikan masalah, memberikan saran, memberikan pinjaman, memberikan penghargaan positif, dan mau mendengarkan keluh kesah. Cutrona (1986) menjelaskan bahwa ketika seseorang memperoleh dukungan sosial, dipercaya lebih sanggup untuk mengatasi tugas yang ada jika dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial sama sekali dari orang lain.

Kemudian, hasil deskripsi skor skala *problem focused coping* juga dalam kategori tinggi, dengan *mean* empirik sejumlah 164,80 dan *mean* hipotetik sejumlah 135, sehingga bisa diketahui bahwa *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA adalah tinggi. Tingginya *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi disebabkan karena ketika dihadapkan pada suatu masalah, mahasiswa organisasi akan secara langsung mencoba menyelesaikan permasalahan tersebut sesegera mungkin dengan menyusun dan membuat rencana pemecahan masalah serta mencari dukungan sosial dari orang lain agar permasalahan yang dialami bisa segera terselesaikan.

## F. Kelemahan Penelitian

Adapun kelemahan dalam penelitian ini adalah:

1. Jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini masih terlalu sedikit
2. Peneliti tidak bisa memantau subjek secara langsung ketika melakukan pengisian skala karena skala penelitian dibagikan melalui *WhatsApp* dengan menggunakan *Google Form*.
3. Proses pengambilan data yang dilakukan untuk studi pendahuluan masih kurang mendalam, sehingga terdapat perbedaan antara studi pendahuluan dengan hasil kategori dalam penelitian ini.



## BAB V

### A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA dengan nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  sejumlah = 0,617 dan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Sehingga bisa diketahui bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka semakin tinggi juga *problem focused coping*. Sedangkan, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka akan semakin rendah pula *problem focused coping* yang dilakukan pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi UNISSULA.

### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, saran yang bisa diberikan adalah:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa disarankan agar bisa mempertahankan kemampuan *problem focused coping* atas permasalahan yang dialami, sehingga tidak memberikan efek buruk berupa stres dengan cara langsung menghadapi permasalahan secara aktif, melakukan perencanaan, serta mencari dukungan dari orang lain.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran yang dapat diberikan adalah untuk dapat mencari tahu hubungan *problem focused coping* dengan aspek-aspek lain tidak hanya dukungan sosial teman sebaya serta lebih memperluas subjek penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiya, Raden Adjeng. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Burnout. *Jurnal Psikologi Indonesia* 2(2): 99–107.
- Aldwin, Carolyn M, and Tracey Reversion. (1987). Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology* 53(2): 337–48.
- Amelia, Diska. (2019). Hubungan Antara Problem Focused Coping Dan Burnout Pada Guru Sekolah Dasar. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Ayni, Fitriyah Qurrotul. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Problem Focused Coping Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis Di Slb N Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2015). *Validitas Dan Reliabilitas*. Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, Robert A, and Donn Bryne. (2005). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. 10th ed. eds. Ratna Djuwita, Ratri Medya, and Wisnu C Kristiaji. Jakarta: Erlangga.
- Baron, Robert A, and Donn Byrne. (2008). *Psikologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Carver, Charles, Michael Scheier, and Jagdish K Weintraub. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 56(2): 267–83.
- Coon, Dennis, and John O Mitterer. (2008). *Introduction to Psychology: Gateways to Mind and Behavior*. 12th ed. Cengage Learning.
- Cutrona, Carolyn E. (1986). Behavioral Manifestations of Social Support. A Microanalytic Investigation. *Journal of Personality and Social Psychology* 51(1): 201–8.
- Ekasari, Agustina, and Suhertin Yuliyana. (2012). Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. *Jurnal Soul* 5(2): 55–66.
- Faulkner, Alison et al. (2013). Mental Health Peer Support in England: Piecing Together the Jigsaw. (September): 1–56. <http://www.mind.org.uk/information-support/guides-to-support-and-services/peer-support/peer-support-research/>.
- Febrianti, Yosephin Priskila, Fathul Lubabin Nuqul, and Husnul Khotimah. (2020). Academic Hardiness Pada Mahasiswa Aktivistis Dan Mahasiswa Yang Bekerja. *Psyche 165 Journal* 13(1): 79–87.
- Folkman, Susan, Richard S. Lazarus, Rand J. Gruen, and Anita DeLongis. (1986). Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology* 50(3): 571–79.

- Gazzaniga, Michael, Todd Heatherton, and Diane Halpern. (2003). *No Title*. New York: W.W. Norton.
- Gottlieb, Benjamin H, and Richard H Price. (1983). *Social Support Strategies :Guidelines for Mental Health Practice*. 7th ed. ed. Richard H Price. Beverly Hills : Sage.
- Hadi, S. (2001). *Statistik*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hanapi, I. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Jurnal RAP UNP* 9(1): 37–45. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/10378>.
- Hartaji, R Damar Adi, and Praesti Sedjo. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- House, James S., Karl R. Landis, and Debra Umberson. (1988). Social Relationships and Health. *Science* 241(4865): 540–45.
- Jayanti, Anggit Dwi, dan Mira Aliza Rachmati. (2008). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Problem-Focused Coping Pada Siswa Smu Program Sekolah Bertaraf Internasional (Sbi).
- Jayusman, Reygita Afriani. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Coping Stress Pada Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia.
- Johnson, D, and F Johnson. (1991). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Fourth Edi. New York: John Wiley & Sons Ltd.
- King, Laura A. (2012). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lazarus, Richard S, and Susan Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Musabiq, Sugiarti, and Isqi Karimah. (2018). Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 20(2): 74.
- Myers, David G. (2012). *Psikologi Sosial*. Edisi 10. Jakarta: Salemba Humanik.
- Nisa', Rosita Mila Khoirun. (2018). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Nisrina, Ghina Elzanadia. (2016). Perbedaan Strategi Coping Stres Pada Mahasiswa Organisasi Dan Non Organisasi Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*: 48–66. <http://etheses.uin-malang.ac.id/3649/1/12410048.pdf>.
- Niven, Neil. (2002). *Psikologi Kesehatan : Pengantar Untuk Perawat & Profesional Kesehatan Lain Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Odgen, Jane. (2007). *Health Psychology a Text Book*. Fourth Edi. New York: McGraw-Hill Education.

- Pasaribu, Selamat. (2016). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA* 8(1): 64–78.
- Pemerintah Pusat. (1999). *Peraturan Pemerintah No 60 Tahun 1999*. Indonesia: LN. 1999 , LL SETNEG : 67 HLM. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/54383>.
- Pratisti, Wiwien Dinar, and Anak Agung Ayu Ardeliaputri Shusena. (2021). Potret Strategi Pemecahan Masalah Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi. *Jurnal psikologi*: 83–88.
- Putra, Edo. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping pada Remaja. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Ruwaida, Ana, Salma Lilik, and Rosana Dewi. (2006). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 8: 76–99. <https://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/4655>.
- Saguni, F, and M.S Amin. (2014). Hubungan Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Self Regulation Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Akselerasi SMP Negeri 1 Palu. *Jurnal Penelitian Ilmiah* 2(1).
- Santrock, John W. (2005). *Psychology*. New York: McGraw Hill Companies, Inc.
- Sarafino, Edward P. (2008). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. 6th ed. Unites States: John Willey & Sons, Inc.
- Sarafino, Edward P, and Timothy W Smith. (2012). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Sari, Nidha. (2015). Hubungan Keaktifan Berorganisasi Dengan Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Universitas Syiah Kuala. [https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=16601](https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16601).
- Sari, Paundra, and Endang Indrawati. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Empati* 5(2): 177–82.
- Shusena, Anak Agung Ayu Ardeliaputri. (2017). *Problem Solving* Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Situngkir, Mega Apriati et al. (2021). Mega Apriati Situngkir - Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping. Universitas Medan Area.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. *Journal of Chemical Information and Modeling*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, and Famila Rusdianti. (2018). Pengalaman Berorganisasi Dalam Membentuk Soft Skill Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial* 28(1): 58–65. <http://journals.ums.ac.id/index.php/jpis/article/view/6772/4099>.

- Suwarsi, Sri. (2016). Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. Universitas Islam Sultan Agung. <http://repository.unissula.ac.id/4630/>.
- Tarakanita, I. (2001). Hubungan Status Identitas Etnik Dengan Konsep Diri Mahasiswa. *Journal Psikologi* 07(01): 01–14.
- Taylor, Shelley E. (2015). *Health Psychology*. 9 th. New York: McGraw-Hill Education.
- Tylor, Shelley E. (2012). *Health Psychology*. 8th ed. New York: Mc Graw Hill India.
- Ulfatunnajah, Ismeina. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Organisasi. Universitas Islam Indonesia.
- Wahyuni, Nini Sri. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kemampuan Bersosialisasi Pada Siswa Smk Negeri 3 Medan. *Jurnal Diversita* 2(2).
- Weiss, Russel. (1974). *The Provisions Of Social Relationship*. Englenwood: Prentice Hall.
- Zablotsky, Benjamin, Catherine P. Bradshaw, and Elizabeth A. Stuart. (2013). The Association between Mental Health, Stress, and Coping Supports in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders* 43(6): 1380–93.

