



***Coping Proaktif* Mahasiswa Dalam Mengerjakan Tugas Akhir**

Ray Rido Imanuel Sembiring¹, Eka Aryani²

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia

Email : rayridoimanuelsembiring@gmail.com¹. eka@mercubuana-yogya.ac.id².

Received: 2024-09-04; Accepted: 2024-10-29; Published: 2024-11-15

Abstrak

Sebagian mahasiswa semester akhir pada lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta sering kali mengeluh perihal kesulitan mengerjakan tugas akhir. Penelitian ini bertujuan mengetahui *coping proaktif* mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode survey. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 98 mahasiswa dan jumlah sampel 49 mahasiswa melalui teknik *purposive sampling*. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kemudian dianalisis dengan statistik deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *coping proaktif* mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir yaitu dilihat dari 13 aspek *coping proaktif* yaitu aspek keaktifan 8,53%, aspek mencari dukungan sosial bersifat emosional 7,72%, aspek penindasan aktivitas bersaing 8,04%, aspek positif penafsiran ulang dan pertumbuhan 7,44%, aspek penerimaan 8,60%, aspek kontrol diri 7,69%, aspek mencari dukungan sosial bersifat instrumental 7,69%, aspek pelepasan perilaku 7,45%, aspek religiusitas 7,85%, aspek perencanaan 8,57%, aspek fokus dan pelampiasan emosi 5,96%, aspek penolakan 6,90%, aspek pelepasan mental 7,57%. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek *coping proaktif* mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir paling besar dalam penelitian ini yaitu aspek penerimaan sedangkan aspek paling rendah ada pada aspek fokus dan pelampiasan emosi.

Kata Kunci: *Coping Proaktif, Tugas Akhir*

Abstract

Some final semester students at the Faculty of Teacher Training and Education at Mercu Buana University, Yogyakarta, often complain about difficulties in completing their final assignments. This research aims to determine students' proactive coping in completing their final assignments at the Faculty of Teacher Training and Education at Mercu Buana University, Yogyakarta. This research uses a quantitative type of research using survey methods. The population in this study was 98 students and the sample size was 49 students using purposive sampling technique. Data was obtained through distributing questionnaires and then analyzed with descriptive statistics. Based on the research results, it can be concluded that students' proactive coping in working on their final assignment is seen from 13 aspects of proactive coping, namely the active aspect 8.53%, the aspect of seeking emotional

social support 7.72%, the aspect of suppressing competitive activities 8.04%, the positive aspect reinterpretation and growth 7.44%, acceptance aspect 8.60%, self control aspect 7.69%, aspect of seeking instrumental social support 7.69%, behavioral release aspect 7.45%, religiosity aspect 7.85%, planning aspect 8.57%, focus and emotional release aspect 5.96%, rejection aspect 6.90%, mental release aspect 7.57%. Based on the results of these calculations, it can be concluded that the proactive coping aspect of students in working on their final assignments in this research is the acceptance aspect, while the lowest aspect is the aspect of focus and emotional release.

Keywords: *Proactive Coping, Thesis*

Copyright © 2024 Coution : Journal of Counseling and Education

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang tengah mengikuti jenjang pendidikan tinggi secara formal di berbagai institusi pendidikan (Muyana, 2018). Mahasiswa biasanya berada pada tahap peralihan menuju dewasa, umumnya terjadi pada usia 18-25 tahun. Pada tahap ini, mahasiswa mulai mandiri dan bertanggung jawab atas kehidupannya. Dilihat dari perspektif perkembangan, mahasiswa berada pada tahap akhir remaja hingga awal dewasa. Pada tahap ini, tugas utama mereka adalah memperkuat keyakinan dan nilai-nilai hidup yang akan menjadi pedoman mereka di masa depan (Yusuf, 2012:7).

Salah satu tugas mahasiswa tingkat akhir adalah menyelesaikan tugas akhir. Mahasiswa tahun terakhir harus menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dari institusi pendidikan tinggi. Tentunya proses dalam menyelesaikan tugas akhir tidaklah mudah dan mempunyai hambatan-hambatan yang harus dihadapi mahasiswa. Menyusun tugas akhir bagi sebagian mahasiswa merupakan hal yang menakutkan dimana mau tidak mau wajib dijalani, karena bagi sebagian orang menyusun tugas akhir dianggap sebagai suatu pekerjaan yang sangat berat. Proses pembuatan atau penyelesaian tugas akhir memang tidak segampang membuat tugas harian dari mata kuliah karena banyak kriteria dan prosedur yang harus dijalani. Permasalahan biasanya dihadapi mahasiswa dalam proses penulisan tugas akhir diantaranya kesulitan mencari literatur, dana yang terbatas, tidak terbiasa menulis dalam arti menulis karya ilmiah, kurang terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan pengaturan waktu sedemikian ketat dan masalah dengan dosen pembimbing tugas akhir.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sipayung (2016) di Universitas Sanata Dharma, terungkap bahwa dari 53 mahasiswa tingkat akhir yang diteliti, sebanyak 62% atau 33 orang mengalami stres tinggi dalam proses penyelesaian tugas akhir. Selain itu penelitian Broto (2016) menunjukkan bahwa stres saat mengerjakan tugas akhir dapat berdampak negatif pada mahasiswa. Stres yang dialami mahasiswa berdampak pada segi fisik, emosional, kognitif dan interpersonal. Dari penelitian Marta Sulistyaningsih mahasiswa PAI UII pada tahun 2018 (Marta Sulistyaningsih, 2018) diketahui selain tekanan dan stress, kurangnya motivasi dan tidak bisa mengatur waktu dengan baik dapat menjadi faktor penghambat penyelesaian tugas akhir. Fenomena yang ditemukan pada penelitian terdahulu juga penulis temukan dalam observasi dan wawancara terhadap mahasiswa pada Sabtu 14 Oktober 2023 di FKIP Mercu Buana Yogyakarta. Masih banyak mahasiswa yang menunda menyelesaikan tugas akhirnya. Adapun yang menjadi faktor penundaan dalam pengerjaan tugas akhir tersebut yaitu motivasi diri yang rendah. Hal ini disebabkan oleh berbagai kendala seperti sulitnya mencari literatur

referensi buku atau jurnal, lingkungan sekitar kurang kondusif, serta adanya rasa lelah dan jenuh pada saat menyusun tugas akhir.

Coping proaktif merupakan salah satu jenis teknik *coping* yang dianggap cukup berhasil dalam menangani permasalahan tugas kuliah dan tugas akhir. Greenglass (2021) mendefinisikan *coping proaktif* sebagai pendekatan multidimensional yang berfokus pada pencapaian tujuan hidup. Strategi ini mengintegrasikan elemen-elemen psikologi positif dan melibatkan pengaturan diri yang efektif untuk mengelola kehidupan sehari-hari. Tingkat depresi yang lebih rendah di kalangan mahasiswa dan penyelesaian tugas akhir yang tepat waktu merupakan dampak positif dari hasil *coping* yang *proaktif*. *Coping proaktif* merupakan strategi yang melibatkan upaya sadar untuk mengumpulkan sumber daya yang diperlukan agar individu siap menghadapi tantangan masa depan dan terus berkembang secara pribadi (Sundberg, 2021), *coping proaktif* mengintegrasikan proses dari kualifikasi personal dalam manajemen kehidupan dengan pengaturan diri (*self-regulatory*) untuk mencapai tujuan.

Coping proaktif mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir merupakan upaya yang melibatkan perencanaan, pengelolaan stres, dan pemanfaatan sumber daya pribadi untuk mencapai tujuan akademik secara optimal. Ketika siswa menghadapi risiko yang mengancamnya disaat berupaya mencapai tujuannya, mereka akan memandang hal-hal tersebut sebagai tantangan, bukan ancaman, dan akan berupaya untuk mengatasinya. Mahasiswa yang menggunakan *coping proaktif* memiliki kemampuan untuk mengintegrasikan rencana dan strategi-strategi preventif dengan cara *proaktif* untuk pengaturan diri dalam rangka pencapaian tujuan dan mampu untuk melakukan identifikasi dan menggunakan sumber-sumber sosial (*social resources*) untuk mencapai tujuan secara *proaktif*.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode survei kuantitatif untuk mengumpulkan data mengenai keyakinan, pendapat, dan karakteristik responden pada saat penelitian berlangsung. Data ini kemudian digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Penelitian ini akan meneliti kejadian yang sudah berlalu ataupun yang sedang berlangsung dengan konteks proses *coping proaktif* dalam mengerjakan tugas akhir. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan UMBY yang sedang mengerjakan tugas akhir. Terdapat populasi sejumlah 98 mahasiswa akan tetapi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 49 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UMBY yang sedang mengerjakan tugas akhir. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Teknik ini merupakan teknik di mana peneliti secara khusus memilih partisipan yang memenuhi kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. (Suharsimi, 2022). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Dalam penelitian ini peneliti melakukan analisis data dengan menggunakan analisis statistik deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Data dari penelitian ini diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 49 responden FKIP UMBY. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria responden merupakan mahasiswa aktif Fakultas Keguruan

4 | *Coping Proaktif* Mahasiswa Dalam Mengerjakan Tugas Akhir

Ilmu Pendidikan UMBY 2023 - 2024 dan mahasiswa semester akhir yang sedang mengambil mata kuliah tugas akhir. Untuk mengungkap *coping proaktif* mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir maka adapun kisi-kisi instrumen data *coping proaktif* dalam mengerjakan tugas akhir yaitu aspek keaktifan diri, aspek perencanaan, aspek kontrol diri, aspek mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental, aspek mencari dukungan sosial yang bersifat emosional, aspek penerimaan, aspek religiusitas, aspek penindasan aktivitas bersaing, aspek positif penafsiran ulang dan pertumbuhan, aspek penolakan, aspek pelepasan perilaku, aspek pelepasan mental, dan aspek fokus pada & melampiaskan emosi.

Deskripsi hasil *Coping Proaktif* Mahasiswa dalam Mengerjakan Tugas Akhir di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan UMBY yang akan dijabarkan meliputi nilai rata-rata, nilai tengah, nilai standar deviasi, nilai minimum dan nilai maksimum.

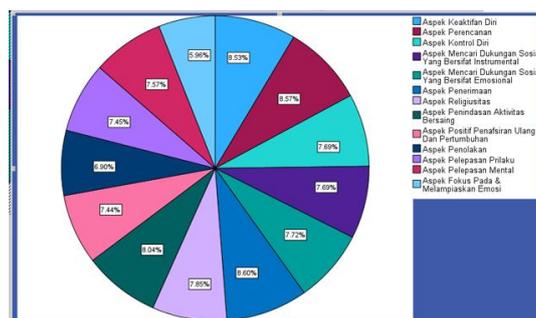
Uji normalitas merupakan salah satu asumsi penting dalam analisis regresi. Dalam penelitian ini, uji Kolmogorov-Smirnov diterapkan pada sisaan model regresi untuk menguji hipotesis nol bahwa sisaan tersebut berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Kriteria penerimaan hipotesis nol adalah jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TOTAL	.094	49	.200*	.925	49	.004

*. This is a lower bound of the true significance.
a. Lilliefors Significance Correction

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa nilai *sig* 0.200 > nilai $\alpha = 0,05$, maka H0 ditolak. Hal ini berarti data berdistribusi normal atau dengan kata lain mahasiswa yang menggunakan strategi *coping proaktif* cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas akhir mereka.



Gambar 1. Diagram *Pie-Chart* dari Keseluruhan Aspek

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dilihat dari nilai rata-rata setiap aspek *coping proaktif* pada hasil analisis, terlihat variasi nilai yang cukup signifikan antara berbagai aspek *coping proaktif* mahasiswa. Berdasarkan nilai persentase yang didapat maka dapat disimpulkan bahwa aspek keaktifan diri memiliki persentase nilai yang tinggi yaitu 8,53%, hal ini menunjukkan bahwa responden cenderung memiliki tingkat keaktifan diri yang baik.

Kemudian aspek perencanaan memiliki nilai persentase yang tinggi yaitu 8,57%, menunjukkan bahwa konsistensi dalam perencanaan dari responden menandakan kemampuan perencanaan yang baik. Aspek kontrol diri memiliki nilai persentase nilai sebesar 7,69% dapat menunjukkan adanya potensi untuk meningkatkan kontrol diri pada responden. Aspek mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental dengan persentase nilai sebesar 7,69% menunjukkan bahwa peran dukungan sosial bersifat instrumental dalam menyelesaikan tugas akhir mahasiswa sangat penting. Kemudian untuk aspek mencari dukungan sosial yang bersifat emosional memiliki nilai persentase sebesar 7,72% yang menunjukkan bahwa peran dukungan sosial bersifat emosional dalam menyelesaikan tugas akhir mahasiswa sangat penting.

Aspek penerimaan memiliki persentase nilai yang cukup tinggi yaitu sebesar 8,60%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa reponden menunjukkan tingkat penerimaan yang baik dalam mengerjakan tugas akhir. Kemudian untuk aspek religiusitas memiliki persentase cukup tinggi dengan persentase nilai sebesar 7,85%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa reponden menunjukkan memiliki kecenderungan religiusitas yang stabil dalam mengerjakan tugas akhir. Aspek penindasan aktivitas bersaing memiliki persentase nilai sebesar 8,04%. Hal ini menunjukkan bahwa dalam aktivitas bersaing, sebagian besar nilai berada di sekitar rata-rata dengan variasi yang relatif stabil. Aspek positif penafsiran ulang dan pertumbuhan memiliki persentase nilai sebesar 7,44%. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa terdapat variasi yang lebih kecil dalam penafsiran ulang dan pertumbuhan, dengan sebagian besar nilai mendekati rata-rata. Aspek penolakan dengan persentase nilai sebesar 6,90% menunjukkan bahwa responden memiliki potensi untuk meningkatkan cara mereka dalam menghadapi penolakan, serta telah menunjukkan kemampuan yang baik dalam melepaskan perilaku dan pemikiran yang tidak sehat yang memungkinkan mereka tidak fokus dalam mengerjakan tugas akhir. Selanjutnya untuk aspek pelepasan perilaku dengan persentase nilai sebesar 7,45% menunjukkan bahwa responden memiliki potensi untuk meningkatkan cara mereka dalam memperlihatkan kemampuan yang baik untuk melepaskan perilaku dan pemikiran yang tidak sehat yang memungkinkan mereka tidak fokus dalam mengerjakan tugas akhir.

Aspek pelepasan mental memiliki persentase nilai sebesar 7,57%. Hal ini dapat menunjukkan bahwa responden memiliki potensi untuk meningkatkan pelepasan mental yang baik. Kemudian aspek fokus dan melampiaskan emosi memiliki nilai sebesar 5,96% menunjukkan bahwa rata-rata nilai dan persentase yang didapatkan cenderung rendah, hal tersebut mengarahkan responden atau mahasiswa perlu mengembangkan kemampuan dalam mengelola emosi. Dengan demikian, secara keseluruhan, individu tersebut memiliki kemampuan perencanaan yang baik, serta mendapatkan dukungan sosial dan spiritual yang cukup. Namun, terdapat potensi untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi dan fokus. Dari hasil uji normalitas dapat disimpulkan bahwa nilai sig 0.200 > nilai $\alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak. Hal ini berarti data berdistribusi normal atau dengan kata lain mahasiswa yang menggunakan strategi *coping proaktif* cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas akhir mereka.

Hasil penelitian menunjukkan jika mahasiswa yang menggunakan strategi *coping proaktif* cenderung memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas akhir mereka. Hasil penelitian ini juga memiliki kesamaan yang signifikan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmad, dkk (2024), dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara konsep diri terhadap *coping proaktif* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa yang memiliki proaktif yang

rendah cenderung tidak mampu mengatasi konflik dan hambatan sehari-hari termasuk yang berkaitan dengan akademik seperti skripsi.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan aspek yang memiliki nilai rata-rata yang paling tinggi adalah aspek penerimaan dengan nilai rata-rata sebesar 11,94. Artinya, dalam hal kemampuan penerimaan mahasiswa cenderung memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan aspek lainnya.

Aspek keaktifan diri memiliki persentase nilai yang tinggi yaitu 8,53%, kemudian aspek perencanaan memiliki nilai persentase yang tinggi yaitu 8,57%. Aspek kontrol diri memiliki nilai persentase nilai sebesar 7,69%, Aspek mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental dengan persentase nilai sebesar 7,69%, kemudian untuk aspek mencari dukungan sosial yang bersifat emosional memiliki nilai persentase sebesar 7,72%. Aspek penerimaan memiliki persentase nilai yang cukup tinggi yaitu sebesar 8,60%, kemudian untuk aspek religiusitas memiliki persentase cukup tinggi dengan persentase nilai sebesar 7,85%. Aspek penindasan aktivitas bersaing memiliki persentase nilai sebesar 8,04%, kemudian aspek positif penafsiran ulang dan pertumbuhan memiliki persentase nilai sebesar 7,44%. Aspek penolakan dengan persentase nilai sebesar 6,90%. Selanjutnya untuk aspek pelepasan perilaku dengan persentase nilai sebesar 7,45%, aspek pelepasan mental memiliki persentase nilai sebesar 7,57%, kemudian aspek fokus dan melampiaskan emosi memiliki nilai sebesar 5,96%.

Dari keseluruhan penilaian, aspek penerimaan memiliki tingkat persentase yang lebih besar daripada aspek lainnya, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat penerimaan yang tinggi dalam mengerjakan tugas akhir cenderung dapat menyelesaikan tugas akhir dengan lebih baik dan teratur. Sedangkan untuk aspek dengan persentase paling rendah terdapat pada aspek penolakan yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat penolakan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas akhir. Dapat disimpulkan bahwa setiap aspek yang memiliki nilai rata-rata yang bagus akan menghasilkan tingkat strategi yang baik untuk dipakai mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir, sedangkan aspek dengan rata-rata yang rendah menunjukkan bahwa aspek tersebut merupakan strategi yang kurang tepat bagi mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvionita, F., Damayanti, R., Yulianti, I., Syafrimen, S., 2022. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Strategi Coping Dengan Kebahagiaan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *ANFUSINA J. Psychol.* 5, 185–196. 1
- Ambarwati, P.D., Pinilih, S.S., Astuti, R.T., 2019. GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA. *J. Keperawatan Jiwa* 5, 40–47.
- Azizah, N., Saputro, H., 2020. Implementasi Official Website Sekolah untuk Peningkatan Mutu Layanan pada SMA Hidayatul Mustafidin Dawe Kudus. *E-Dimas J. Pengabd. Kpd. Masy.* 11, 139–143.
- Broto, H.D.F.C., 2016. Stres pada mahasiswa penulis skripsi (studi kasus pada salah satu mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma) (skripsi). Sanata Dharma University.
- Deepthi, D.P., Jeyavel, S., Subhasree, G., Jojo, C.E., 2022. Proactive coping and social-emotional adjustment among students with and without learning disabilities in Kerala,

- India. *Front. Psychol.* 13, 949708.
- Hariyanto, 2017. *Gambaran Dukungan Sosial dan Proactive Coping sebagai Prediktor Tingkat Depresi pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir (Thesis)*. Program Studi Psikologi FPSI-UKSW.
- Julika, S., Setiyawati, D., 2019. Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gajah Mada J. Psychol. GamaJoP* 5, 50–59.
- Krueger, K.L., Diabes, M.A., Weingart, L.R., 2022. The psychological experience of intragroup conflict. *Res. Organ. Behav.* 42, 100165.
- Kurniawati, W., Setyaningsih, R., 2022. MANAJEMEN STRESS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI. *J. -NUR Kaji. Ilmu-Ilmu Pendidik. Dan Keislam.* 8.
- Lestari, S.D., Wisnu Sri Hertinjung, S.P., 2017. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta (s1). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lio, S., Sembiring, K., 2019. Strategi Coping Mahasiswa Tugas Akhir Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Indones. J. Learn. Educ. Couns.* 2.
- Maulinawati, A., 2014. Pengaruh tipe-tipe stresor terhadap proaktif koping mahasiswa baru Fakultas Psikologi angkatan 2013 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang (undergraduate). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. <https://doi.org/10/10410039%20Lampiran.pdf>
- Muyana, S., 2018. Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Couns. J. Bimbing. Dan Konseling* 8, 45–52.
- Muyana, S., 2018. Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Couns. J. Bimbing. Dan Konseling* 8, 45–52. h8
- Novelia, B., 2022. Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Bimbingan Konseling IAIN Batusangkar. IAIN Batusangkar.
- Rahmad, L. ode A., Abas, M., Marhan, C., 2024. Konsep Diri terhadap Proaktif Koping pada Mahasiswa yang sedang Menyusun Skripsi. *J. Sublimapsi* 5, 58–64.
- Robyani, N.M., Ritonga, A.H., Mubyarto, N., n.d. Pengaruh Religiusitas, Pelayanan, dan Promosi terhadap Keputusan Menabung Di Bank Syariah | *Journal of Comprehensive Islamic Studies*.
- Saihu, M., 2021. Strategi Coping Stress Mahasiswa Dalam Penulisan Skripsi. *Alim J. Islam. Educ.* 3.
- Sakti, H.B., Wandansari, Y., 2023. STRATEGI REGULASI EMOSI SECARA KOGNITIF PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI. *Exp. J. Psikol. Indones.* 11, 88–107.
- Saman, A., 2017b. Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan). *J. Psikol. Pendidik. Konseling J. Kaji. Psikol. Pendidik. Dan Bimbing. Konseling* 3, 55–62.
- Sampe, P.D., 2021. COPING STRESS MAHASISWA FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN YANG MENYUSUN SKRIPSI. *Pedagog. J. Pedagog. Dan Din. Pendidik.*
- Sampe, P.D., 2021. COPING STRESS MAHASISWA FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN YANG MENYUSUN SKRIPSI. *Pedagog. J. Pedagog. Dan Din. Pendidik.* 9, 68–76.

- Sari, D.A.M., Rahayu, D., 2022. Peran Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.* 10, 741–751.
- Sipayung, N., 2016. Coping stres penulis skripsi (studi deskriptif pada mahasiswa angkatan 2012 program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma tahun ajaran 2015/2016) (skripsi). Sanata Dharma University.
- Straud, C., McNaughton-Cassill, M., Fuhrman, R., 2015. The role of the Five Factor Model of personality with proactive coping and preventative coping among college students. *Personal. Individ.*
- Suhendro, G.A., Agustina, A., 2022. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kecemasan Akademik: Studi pada Mahasiswa Universitas X di Jakarta. *Provitae J. Psikol. Pendidik.* 15, 70–92.
- Sunarto, N.L., 2022a. HUBUNGAN ANTARA SELF-EFFICACY DENGAN PROACTIVE COPING MAHASISWA DALAM MENGERJAKAN TUGAS-TUGAS KULIAH (other). Universitas Katholik Soegijapranata Semarang.
- Suryana, N.A., 2022. STRATEGI COPING MAHASISWA DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19. *EMPATI J. Ilmu Kesejaht. Sos.* 11, 157.
- The Journal of Universitas Negeri Surabaya [WWW Document], n.d. URL <https://ejournal.unesa.ac.id> (accessed 10.5.23).
- Widiarti, I.S., Indrawati, E.S., Desiningrum, D.R., 2013. Coping Stres Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik (Journal:eArticle). *Empati J. Karya Ilm. S1 Undip.* Universitas Diponegoro.
- Widiarti, I.S., Indrawati, E.S., Desiningrum, D.R., 2013. Coping Stres Pada Pengangguran Tenaga Kerja Terdidik (Journal:eArticle). *Empati J. Karya Ilm. S1 Undip.* Universitas Diponegoro.
- Yunalia, E.M., Jayani, I., Suharto, I.P.S., Susilowati, S., 2021. Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *J. Keperawatan Jiwa*
- Yunalia, E.M., Jayani, I., Suharto, I.P.S., Susilowati, S., 2021. Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *J. Keperawatan Jiwa* 9, 869–878.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya