

UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
SIDOARJO



# HUBUNGAN ANTARA COPING STRES TERHADAP STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA PEKERJA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Oleh:

Muhammad Farikhi Abdillah, (192030100192)

Dosen Pembimbing: Nurfi Laili

Program Studi: Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

November, 2025



[www.umsida.ac.id](http://www.umsida.ac.id)



[umsida1912](https://www.instagram.com/umsida1912)



[umsida1912](https://twitter.com/umsida1912)



[umsida1912](https://www.facebook.com/umsida1912)



[umsida1912](https://www.youtube.com/umsida1912)

# Pendahuluan

- Banyak mahasiswa yang mengalami tekanan stress akademik akibat kuliah sambil bekerja. Faktor yang menyebabkan mahasiswa kuliah sembari bekerja yaitu membiayai kuliah, membantu perekonomian keluarga, keinginan untuk mandiri. Dll
- Stress akademik merupakan persepsi seseorang terhadap stressor dan bagaimana reaksi terhadap stressor yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif
- Stress akademik dapat dipengaruhi oleh coping stress. Menurut Baron dan Byrne ada beberapa faktor yang mempengaruhi stress akademik salah satunya coping stress.
- Baron dan Byrne menyatakan coping stress merupakan cara individu mengurangi stress atau stress akademik, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- bagaimana hubungan antara coping stress dengan stress akademik pada mahasiswa pekerja Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

# Metode

- Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi. Dengan cara menguji hubungan antar variabel dan di analisis menggunakan prosedur statistik
- Populasi penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang bekerja sembari kuliah. Sampel penelitian ini di ambil menggunakan tabel Issac dan Michael dengan jumlah 1 1 64 dengan taraf kesalahan 10%. Sehingga sampel yang digunakan adalah 224 mahasiswa
- penelitian ini menggunakan skala likert yaitu skala coping stress dan skala stress akademik. Pengumpulan data menggunakan quisioner

# Hasil

- Uji asumsi

1. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		240
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.33701129
Most Extreme Differences	Absolute	.045
	Positive	.039
	Negative	-.045
Test Statistic		.045
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

uji normalitas dilakukan menggunakan Teknik one sample Kolmogorov-Smirnov Test (1K-S) dengan menggunakan SPSS 25 for windows, diperoleh hasil nilai Signifikansi sebesar Asymp, Sig= 0,200 ( $p > 0,05$ ).

# Hasil

- Uji asumsi

2. Uji linieritas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
STRESS AKADEMIK * COPING STRESS	Between Groups	(Combined)	3909.015	48	81.438	3.043	.000
		Linearity	2213.132	1	2213.132	82.694	.000
		Deviation from Linearity	1695.884	47	36.083	1.348	.084
	Within Groups	5111.718	191	26.763			
Total		9020.733	239				

uji linieritas diperoleh dari hubungan antara coping stres dan stres akademik menunjukkan nilai signifikansi pada Deviation from Linearity sebesar 0,084 ( $p > 0,05$ ) yang berarti hubungan antara coping stres dan stres akademik mempunyai hubungan yang linier

# Hasil

- **Uji hipotesis**

1. Uji korelasi

		COPING STRESS	STRESS AKADEMIK
COPING STRESS	Pearson Correlation	1	-.495**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	240	240
STRESS AKADEMIK	Pearson Correlation	-.495**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	240	240

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil dari uji korelasi hubungan antara coping stress dengan stress akademik diperoleh nilai  $t=-0,495$  dan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif antara coping stress dengan stress akademik.

# Hasil

- **Uji hipotesis**

## 2. Uji koefisien determinasi

Model	R	R Squares	Adjusted SSquares	R	Std. Error of the estimate
1	0,495	0,245	0,242		5.34821

Dari hasil uji koefisien determinasi pada nilai R Square menunjukkan 0,245 (24,5%) seperti pada tabel di atas. Besaran nilai tersebut menunjukkan kontribusi variabel coping stres terhadap variabel stres akademik yaitu sebesar 24,5%, sedangkan 75,5% dipengaruhi oleh faktor dari variabel lainnya.

# Pembahasan

- **Hubungan coping stress terhadap stress akademik**

hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara coping stress terhadap stress akademik yang ditunjukkan oleh nilai  $t=-0,495$  dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) yang berarti semakin tinggi coping stress maka semakin rendah stress akademik.

banyak faktor yang mempengaruhi stress akademik salah satunya adalah coping stress. Coping stress memiliki peran yang cukup penting untuk mempengaruhi stress akademik yaitu sebanyak 24,5% yang ditunjukkan nilai  $Rsquare= 0,245$ .

- **Penelitian terdahulu**

Penelitian Kasimo T., dkk juga menunjukkan hubungan yang signifikan bahwa coping stress dapat mempengaruhi stress akademik, dengan nilai signifikansi sebesar 0,956 ( $>0,05$ ). Berdasarkan nilai Sig Deviation from linearity lebih besar dari 0.05 yang berarti ada hubungan antar coping stress dengan stress akademik

# Temuan Penting Penelitian

berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan yang sudah dilakukan pada artikel dapat diketahui bahwa:

1. Coping stress dapat mempengaruhi stress akademik dan memiliki hubungan negatif. Sehingga coping stress yang tinggi dapat menurunkan stress akademik
2. Dari hasil penelitian coping stress dapat mempengaruhi stress akademik sebanyak 24,5% kepada mahasiswa bekerja di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

# Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat bermanfaat bagi orang lain yang membacanya. Adapun manfaat yang di dapat dari penelitian ini:

1. Manfaat teoritis yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah memberikan informasi dan ilmu pengetahuan pada mahasiswa yang bekerja sembari kuliah.
2. Mampu memberikan pengetahuan tentang pentingnya coping stress terhadap stress akademik yang dialami oleh mahasiswa yang bekerja sembari kuliah.
3. Memberikan pengetahuan tentang hubungan antara coping stress dengan stress akademik untuk mendampingi mahasiswa yang bekerja sembari kuliah
4. Penelitian ini dapat memperkaya ilmu pengetahuan mahasiswa terhadap pentingnya hubungan antara coping stress dengan stress akademik bagi mahasiswa yang bekerja sembari kuliah

# Referensi

- D. N. Apriliana, "Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 9, no. 1, hal. 89, 2021, doi: 10.30872/psikoborneo.v9i1.5669
- T. A. Kasimo, E. kurniasari Purwaningrum, dan M. T. Sari, "Pengaruh Strategi Koping Terhadap Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Penyusunan Skripsi," *J. Motiv.*, vol. 9, no. 1, 2021.
- Ismiati, "Problematika dan coping stress mahasiswa dalam menyusun skripsi," *J. Al-Bayan*, vol. 21, no. 32, hal. 15–27, 2015.

