Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

HUBUNGAN ANTARA STRATEGI KOPING DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA DI UIN SUSKA RIAU

Khoirunnida'

(khoirunnida'@students.uin-suska.ac.id)

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Sejumlah penelitian memperlihatkan bahwa menjalani kuliah di tahun-tahun awal merupakan salah satu stresor bagi mahasiswa. Kondisi stres yang dialami dapat mengakibatkan munculnya kecemasan di kalangan mahasiswa tahun pertama. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menangani stres adalah dengan melakukan koping yang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara strategi koping dengan kecemasan pada mahasiswa tahun pertama. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 368 mahasiswa di UIN Suska Riau. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *proportioned stratified random sampling.* Data dikumpulkan dengan menggunakan dua skala, yaitu skala strategi koping akademik yang disusun berdasarkan teori dari Sullivan dan skala kecemasan disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan dari Nevid dkk (2010). Analisis data menggunakan *korelasi product moment* dan regresi berganda. Berdasarkan hasil uji regresi berganda antara variabel strategi koping dengan kecemasan di peroleh nilai R sebesar 0,480 (F= 36,235; p=0,000). Dengan demikian, variabel strategi koping dapat memprediksi variabel kecemasan. Hasil uji analisis *product moment* antara *approach coping* dengan kecemasan diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar -0,154 (p=0,002), sedangkan antara *avoidance coping* dengan kecemasan sebesar -0,451 (p=0,000), antara *social support coping* dengan kecemasan sebesar -0,337 (p=0,000). Artinya semakin efektif strategi koping pada mahasiswa tahun pertama maka semakin rendah kecemasan yang sedang dialami. Secara khusus, masing-masing jenis strategi koping juga berhubungan negatif dengan kecemasan. Jenis strategi koping yang paling berkontribusi terhadap penurunan kecemasan adalah straregi *avoidance coping* sebesar -0,612.

Kata kunci: strategi koping akademik, kecemasan, mahasiswa tahun pertama