

Hubungan Antara Strategi *Coping* dengan Resiliensi pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang

¹Agung Wahyu Shaputra dan ²Abdurrohlim

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

*Corresponding Author:
Agungshaputra885@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi coping dengan resiliensi pada mahasiswa rantau di Unissula. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa rantau di Unissula angkatan 2017-2019 berjumlah 6.164. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive random sampling. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari dua skala. Skala strategi Coping terdiri dari 40 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,952 dan skala resiliensi terdiri dari 27 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,906. Teknik analisis data menggunakan teknik korelasi spearman rho. Hasil uji hipotesis yang diperoleh menunjukkan bahwa $r_s = 0,874$ dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,01$), artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara strategi coping dengan resiliensi pada mahasiswa rantau di Unissula. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Variabel strategi coping memberikan sumbangan efektif sebesar 79,3% pada variabel resiliensi, sedangkan 20,7% variabel resiliensi dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci: Strategi Coping, resiliensi

Abstract

This study aims to determine the relationship between coping strategies with resilience in overseas students at Unissula. The population in this study, namely overseas students at Unissula class 2017-2019, amounted to 6,164. The sampling technique used purposive random sampling. The measuring instrument in this study consisted of two scales. The Coping strategy scale consists of 40 items that have a reliability coefficient of 0.952 and the resilience scale consists of 27 items that have a reliability coefficient of 0.906. The data analysis technique used spearman rho correlation. The results of the hypothesis test showed that $r_s = 0.874$ with a significance level of 0.000 ($p < 0.01$), meaning that there was a significant positive relationship between coping strategies and resilience in overseas students at Unissula. Based on the results of these studies indicate that the proposed hypothesis is accepted. Coping strategy variable gave an effective contribution of 79.3% on the resilience variable, while 20.7% of the resilience variable was influenced by other factors.

Keywords: Coping Strategy, resilience

1. PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki masalah yang berbeda, begitu juga dengan bagaimana cara individu tersebut mengatasi masalah. Masalah dalam kehidupan juga dialami oleh mahasiswa rantau, sehingga mahasiswa rantau juga harus mencari solusi untuk menyelesaikan masalah tersebut. Pencarian solusi khususnya bagi mahasiswa rantau memiliki tingkat kesulitan berbeda yang harus dihadapi mahasiswa rantau. Mahasiswa rantau berasal dari lingkungan berbeda secara budaya dengan daerah tempat perantauan, mereka datang dengan tujuan kuliah, menetap dalam kurun waktu tertentu untuk jangka waktu lama (Devinta, 2015). Mahasiswa rantau dalam proses menempuh pendidikan di perguruan tinggi tentunya memiliki tantangan yang berbeda dari mahasiswa yang bukan merantau.

Mahasiswa rantau umumnya memiliki keinginan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik, hidup mandiri, mencari pengalaman baru dan memperluas pengetahuan. Pencapaian keinginan dalam meraih kesuksesan sebagai mahasiswa rantau memiliki tantangan yang harus dihadapi. Berberapa tantangan yang dihadapi mahasiswa rantau yaitu merasa kesulitan menyesuaikan diri baik di lingkungan kampus maupun tempat tinggal dikarenakan adanya perbedaan budaya dan bahasa, kesulitan berkomunikasi karena bahasa yang digunakan adalah Bahasa daerah, merasa sedih jauh dari orangtua dan *homesick*. (Nadlyfah & Kustanti, 2018).

Berdasarkan uraian masalah diatas, resiliensi mampu menjadi salah satu solusi untuk mengatasi masalah pada mahasiswa rantau. Sejalan dengan itu kemampuan resiliensi dalam diri manusia akan membuat manusia melihat makna dari kesulitan dan kegagalan tersebut sehingga dapat terhindar dari kecemasan dan depresi, (Reivich, 2002). Resiliensi dalam bahasa psikologi dapat digunakan guna mengetahui apa yang dapat dilakukan oleh seseorang dalam mengatasi serta mencari sebuah makna di dalam suatu kejadian atau cobaan yang berat, (Richardson, 2002).

Strategi *coping* akan mempunyai sebuah peran yang cukup signifikan didalam proses untuk mengembangkan sebuah resiliensi mahasiswa. Hal ini dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* cenderung akan mempengaruhi sebuah resiliensi di dalam diri seseorang. (Kumpfer, 1999)

Strategi *coping* yaitu suatu tindakan yang muncul sebagai bentuk respon untuk mengatasi, suatu keadaan stress yang dialami seseorang sehingga menimbulkan dampak yang kurang baik secara psikologis maupun fisiologis. Selain itu strategi *coping* juga dipengaruhi oleh pengalaman seseorang dalam menghadapi masalah, latar belakang budaya, konsep diri, faktor lingkungan, faktor sosial dan lain-lain merupakan beberapa faktor yang sangat mempengaruhi kemampuan individu dalam menyelesaikan suatu masalah. (Lazarus, 1984).

Berdasarkan latar belakang serta pendapat para ahli yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa resiliensi lebih mengarah pada pernyataan dimana mahasiswa rantau memiliki kemampuan untuk menemukan jalan keluar dan mengatasi masalah yang dihadapi. Sehingga mahasiswa rantau yang memiliki strategi coping yang baik cenderung akan memiliki resiliensi yang baik pula.

2. METODE

Partisipan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa rantau aktif Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 260 mahasiswa dari Fakultas Hukum, Fakultas Ekonomi, Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi, Fakultas

Teknik, Fakultas Teknologi Industri, Fakultas Psikologi, Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Agama Islam, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, dan Fakultas Ilmu Keperawatan. Instrumen pada penelitian ini dilakukan menggunakan skala, skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yaitu skala strategi *coping* dan skala resiliensi. Masing-masing memiliki 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pernyataan *favorable* alternatif jawaban SS memiliki skor 4, S memiliki skor 3, TS memiliki skor 2 dan STS memiliki skor 1. Pernyataan *unfavorable* pada alternatif jawaban SS memiliki skor 1, S memiliki skor 2, TS memiliki skor 3, dan STS memiliki skor 4.

Skala resiliensi pada penelitian ini menggunakan skala yang mengacu pada teori Connor & Davidson (Dianita & Supradewi, 2019) yang meliputi kompetensi diri, percaya diri, penerimaan diri, kontrol diri dan religiusitas. Skala resiliensi terdiri dari 27 aitem dengan 14 aitem favorable dan 13 aitem unfavorable.

Skala strategi *coping* pada penelitian ini disusun berdasarkan teori yang diungkap oleh Santrock (Suhendra, 2009), yaitu optimisme dan positif thinking, agama, dukungan sosial, perilaku asertif dan program manajemen masalah. Skala strategi *coping* terdiri dari 40 aitem dengan 20 aitem favorable dan 20 aitem unfavorable. Prosedur penelitian diawali dengan menetapkan tempat penelitian, perizinan penelitian, pengambilan data subjek, penyusunan alat ukur yaitu skala psikologi, tahap uji coba alat ukur, tahap penelitian, tahap analisis data dan tahap penyusunan laporan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Coba Skala

Hasil uji coba skala strategi *coping* terdiri dari 40 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,952. Hasil uji coba Skala resiliensi dari 27 aitem yang memiliki koefisien reliabilitas 0,906.

Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Uji normalitas menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Z*. Data dinyatakan normal apabila berada dalam angka ($p > 0,05$), namun apabila nilai menunjukkan ($p < 0,05$) maka data tersebut berdistribusi tidak normal. Hasil uji normalitas pada penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Analisis Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Resiliensi	84,89	12,650	0,132	0,000	P<0,05	Tidak Normal
Strategi <i>Coping</i>	123,94	17,703	0,097	0,000	P<0,05	Tidak Normal

Uji Linieritas

Uji linieritas ini digunakan dengan tujuan melihat apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel tergantung. Suatu data dapat disimpulkan linier jika memiliki signifikansi $\leq 0,05$ (Priyatno, 2016). Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan Uji F_{linier} .

Uji linieritas hubungan antara variabel resiliensi dengan strategi *Coping* menghasilkan $F_{lin} = 986,404$ dengan taraf signifikansi sebesar $p=0,000$ ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan terdapat hubungan linier antara variabel resiliensi dengan strategi *coping*

Tabel 2. Hasil uji linieritas data penelitian

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Resiliensi

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.793	986.404	1	258	.000	6.046	.636

The independent variable is Strategi *Coping*.

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan tujuan mengetahui apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan strategi *coping*. Uji korelasi dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *Spearman's rho* dikarenakan data tidak terdistribusi dengan normal. Berdasarkan hasil uji korelasi dalam penelitian ini diketahui bahwa $r_s = 0,874$ dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Dari hasil yang di dapatkan berarti bahwa ada hubungan positif antara resiliensi dengan strategi *coping*, oleh karena itu dapat disimpulkan jika hipotesis pada penelitian ini di terima.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara strategi *coping* dengan resiliensi anak rantau pada mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pada uji hipotesis dihasilkan $r_s = 0,874$ dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel strategi *coping* dengan variabel resiliensi pada mahasiswa rantau yang artinya semakin baik strategi *coping* maka akan semakin tinggi dan baik resiliensi pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2017-2019.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ayu Citra. P. (2016) mengenai Hubungan *coping* dan Resiliensi pada Perempuan Kepala Rumah Tangga Miskin yang membuktikan bahwa terdapat hubungan antara *coping* dan resiliensi. Berdasarkan hasil analisis diperoleh correlation coefficient (r) = 0,525 dengan $p = 0,000$ ($p<0,001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antar strategi *coping* dan resiliensi.

Uji normalitas yang mendapatkan hasil jika skala perilaku strategi *Coping* memperoleh nilai K-SZ sebesar 0,097 dengan taraf signifikan 0,000 ($p>0,05$). Berdasarkan nilai tersebut maka dapat dikatakan bahwa sebaran data strategi *coping* berdistribusi tidak normal. Skala resiliensi memiliki nilai uji normalitas memiliki nilai K-SZ sebesar 1,132 dengan taraf signifikansi 0,00 ($p>0,05$). Hal tersebut menunjukkan jika sebaran data resiliensi berdistribusi tidak normal, sehingga menggunakan statistik *non parametric* untuk tetap dapat dilakukan uji hipotesis.

Hasil uji linieritas variabel strategi *Coping* dengan resiliensi memperoleh $F_{\text{linear}} = 986,404$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) hal ini menjelaskan adanya hubungan linier antara strategi *coping* dengan resiliensi. Sumbangan efektif yang didapatkan dari variabel strategi *Coping* pada resiliensi yaitu sebesar 79,3% dimana R square yaitu 0,793 dan 20,7% resiliensi dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Hasil analisis yang sudah dilakukan menunjukkan jika masing-masing antara kedua skor yaitu variabel strategi *coping* dan variabel resiliensi memiliki nilai empirik yang lebih tinggi dibanding hipotetik. Hasil Deskripsi skor pada kedua variabel juga menunjukkan skor yang tinggi baik skor variabel strategi *coping* maupun skor resiliensi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian. Peneliti mendapatkan hasil observasi awal dimana, mahasiswa rantau yang memiliki strategi *coping* yang baik mempengaruhi kemampuan resilien dari mahasiswa rantau yang berkuliah di Unissula. Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, yaitu mahasiswa rantau Unissula memiliki strategi *coping* yang tinggi sehingga selaras kemampuan resiliensi mahasiswa rantau Unissula yang tinggi. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Wijayanti, dwi dan Purwaningtias, Fifi (2020) diperoleh nilai korelasi antara strategi *coping* dan resiliensi sebesar 0,463 dengan P sebesar 0,000. Artinya terdapat korelasi yang signifikan antara strategi *coping* dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Kenyataan ini membuktikan bahwa strategi *coping* sangat mempengaruhi kemampuan resiliensi mahasiswa.

Kumpfer (Ayu Citra Pratiwi, 2016) mengatakan bahwa strategi *coping* memiliki peran yang sangat signifikan dalam proses mengembangkan resiliensi seorang manusia, sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* mempengaruhi resiliensi seseorang.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yang artinya semakin baik strategi *coping* maka akan semakin tinggi dan baik resiliensi pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2017-2019.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara strategi *coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang berkuliah di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Artinya, semakin baik strategi *coping* maka akan semakin baik resiliensi pada mahasiswa rantau, sebaliknya semakin rendah strategi *coping* maka semakin rendah pula resiliensi pada mahasiswa Unissula yang merantau.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat, hidayah, serta ridho-Nya yang diberikan pada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam tak lupa selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi besar kita, Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam, semoga kita selalu mendapat syafaat dari beliau. Skripsi ini merupakan salah satu tugas akhir untuk syarat mendapatkan gelar sarjana (S1) Psikologi. Penulis menyadari banyak kekurangan dalam penelitian ini, kesulitan dan hambatan dalam pengejaan skripsi merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari namun, karena Ridho Allah S.W.T dan bantuan dari berbagai pihak yang terkait, maka penulis mampu melalui dan menyelesaikan skripsi

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Citra Pratiwi, H., (2016). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *jurnal psikologi*, p. vol 12 no 2.
- Devinta, M., (2015). Fenomena culture shock (gegar budaya) pada mahasiswa perantauan di yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1-15.
- Dianita, H. & Supradewi, R., (2019). Peran tawakal dan dukungan sosial keluarga terhadap. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2*, pp. ISSN. 2720-9148.
- Khomsah, N. R., Mugiarto, H. & Kurniawan, k., (2018). Layanan konseling kelompok untuk meningkatkan resiliensi siswa. *Journal of Guidance and Counseling*, Volume II, pp. 46-53.
- Kumpfer, L., (1999). *Factors and Processes to resilience: : The Resilience Frame work*. New York: Academic /Plenum.
- Lazarus, R. & F. S., 1984. *Stress appraisal*. New York: McGraw-Hill, Inc..
- Nadlyfah, A. K. & Kustanti, R. E., (2018). Hubungan antara pengungkapan diri dengan penyesuaian. *Jurnal Empati*, pp. 136-144.
- Priyatno, D., (2016). *SPSS Handbook : Analisis Data, Olah Data, dan Penyelesaian kasus-kasus statistik*. Yogyakarta: MediaKom.
- Reivich, K. d. S. A., (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: BroadwayBook.
- Richardson, G. E., (2002). The meta theory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, pp. 307-321.
- Suhendra, D. S., (2009). Pengembangan alat ukur coping stress untuk pelajar sekolah menengah atas. *Skripsi*.
- Wijayanti, d. k. a., & Purwaningtias, f. d., (2020). Coping stress, resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir. *jurnal Psikologi*, Vol.1(2).