

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN DUKUNGAN
TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Sevi Dwi Setiana

1807016062

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sevi Dwi Setiana

NIM : 1807016062

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN DUKUNGAN
TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU.**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya penulis sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya.

Semarang, 1 Maret 2024

Pembuat Pernyataan



Sevi Dwi Setiana

NIM. 1807016062

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : HUBUNGAN ANTARA PROBLEM FOCUSED COPING DAN
DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK
PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU.

Penulis : Sevi Dwi Setiana
NIM : 1807016062
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 1 Maret 2024

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP 197304271996031001

Penguji II

Dra. Hj Maria Ulfah, M.Si
NIP 196008071986122001

Penguji III

Khairani Zikrinawati, S.Psi., M.A
NIP 199201012019032036

Penguji IV

Nadya Arivani Hasanah
Nuriyvatiningrum, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP 199201172019032019
Pembimbing II

Pembimbing I

Dra. Hj Maria Ulfah, M.Si
NIP 196008071986122001

Lucky Ade Sessiani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP 198512022019032010

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagaiberikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN DUKUNGAN
SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU
Nama : Sevi Dwi Setiana
NIM : 1807016062
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dra. Hj./Maria Ulfah, M.Si
NIP. 196008071986122001

Semarang, 5 Januari 2024
Yang bersangkutan

Sevi Dwi Setiana
1807016062

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING* DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KECEMASAN AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU
Nama : Sevi Dwi Setiana
NIM : 1807016062
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lucky Ade Sessiani, M.Psi.
NIP. 198512022019032010

Semarang, 21 Desember 2023
Yang bersangkutan

Sevi Dwi Setiana
1807016062

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas semua rahmat, hidayah, kasih sayang serta pertolongan-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara *Problem Focused Coping* dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S. Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.

Proses penyusunan skripsi ini menemui beberapa kendala, dan masih jauh dari kata sempurna. Penulis dapat melalui proses penelitian dengan baik berkat bantuan, saran, motivasi, dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan hormat penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Nizar Ali., M. Ag selaku rektor UIN Walisongo Semarang beserta jajarannya,
2. Prof. Dr. Syamsul Ma`arif, M. Ag selaku dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan beserta jajarannya,
3. Ibu Wening Wihartati, S. Psi., M. Si., selaku ketua jurusan Psikologi
4. Ibu Dra. Hj. Maria Ulfah, M. Si selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing I dan Ibu Lucy Ade Sessiani M. Psi selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dukungan, motivasi dan waktunya selama proses penyusunan skripsi.
5. Seluruh Dosen dan civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan waktu dan ilmunya,

Semarang, 2 Maret 2024

Pembuat Pernyataan



Sevi Dwi Setiana

NIM. 1807016062

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kepada Ibu penulis, ibu Sri Winarti serta bapak penulis, bapak Puryanto, dan kakak penulis Arista Purwandani dan Dedy Karyadi yang telah banyak membantu, memberi dukungan, selalu mendoakan yang terbaik, memberi semangat dan motivasi kepada penulis selama menempuh studi di UIN Walisongo Semarang,
2. Kepada keponakan penulis Anandira Ziya Bahira yang telah menjadi *support system* selama pengerjaan skripsi,
3. Kepada Ilara, Lili, Nutri Ayu Wulan, Wulan Rachma, Lestari Wulan, Dila, Indri, Ayu laili, Amel Bandung, Mba Rizka dan Arif Adianto yang selalu ada membersamai, memberi semangat, dan dukungan selama pengerjaan skripsi,
4. Seluruh teman-teman seperjuangan Psikologi B dan anggota UKM Musik UIN Walisongo Semarang yang telah membersamai dari awal perjalanan studi di UIN Walisongo Semarang,
5. Seluruh teman-teman angkatan 2018 Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberi banyak pengalaman dan kenangan selama penulis menempuh studi di UIN Walisongo Semarang.
6. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah berkontribusi dalam proses pengerjaan skripsi,

Akhir kata, penulis berharap semua kebaikan yang dilakukan oleh Bapak, Ibu, Saudara/I, dan teman-teman di balas oleh Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk semua.

MOTTO

“Berharap yang terbaik dan bersiap menghadapi yang terburuk “.

~ Sevi Dwi Setiana ~

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
DAFTAR ISI	viii
ABSTRACT	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kecemasan Akademik.....	9
1. Pengertian Kecemasan Akademik.....	9
2. Aspek Kecemasan Akademik.....	10
3. Faktor yang memengaruhi Kecemasan Akademik.....	11
4. Sumber-sumber Kecemasan Akademik	12
5. Kecemasan Akademik dalam Perspektif Islam	12
B. <i>Problem Focused Coping</i>	14
1. Pengertian <i>Problem Focused Coping</i>	14
2. Aspek <i>Problem Focused Coping</i>	14
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Problem Focused Coping</i>	16
4. <i>Problem Focused Coping</i> dalam Perspektif Islam	17
C. Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	19
1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	19
2. Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	20

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial Teman Sebaya	21
4. Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Perspektif Islam	22
D. Hubungan <i>Problem Focused Coping</i> dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu...	23
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	29
B. Variabel Penelitian	29
C. Definisi Operasional	29
D. Tempat dan Waktu Penelitian	30
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	30
F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
G. Validitas dan Reliabilitas.....	36
H. Hasil Uji Daya Beda Item dan Reliabilitas.....	37
I. Teknik Analisis Data.....	41
BAB IV	43
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Deskripsi Subjek Penelitian	43
B. Deskripsi Data Penelitian.....	45
C. Analisis Data	51
1. Uji Asumsi	51
D. Pembahasan.....	55
BAB V.....	60
PENUTUP.....	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

tabel 3. 1 Penilaian Skala Likert	33
tabel 3. 2Blueprint Skala Kecemasan Akademik.....	33
tabel 3. 3Blueprint Skala <i>Problem Focused Coping</i>	34
tabel 3. 4Blueprint Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	35
tabel 3. 5Hasil Uji Coba Daya Beda Item Skala Kecemasan Akademik	38
tabel 3. 6Hasil Uji Coba Daya Beda Item Skala <i>Problem Focused Coping</i>	38
tabel 3. 7Hasil Uji Coba Daya beda Item Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	39
tabel 3. 8Reliabilitas Skala Kecemasan Akademik.....	40
tabel 3. 9Reliabilitas Skala <i>Problem Focused Coping</i>	40
tabel 3. 10Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya.....	41
Tabel 4. 1Karakteristik subjek berdasarkan Perguruan tinggi	43
Tabel 4. 2Karakteristik subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
Tabel 4. 3Karakteristik subjek Berdasarkan Rentang Umur.....	44
Tabel 4. 4Norma Kategori Skor	45
Tabel 4. 5Hasil <i>Descriptive Statistics</i> Skala Kecemasan Akademik	45
Tabel 4. 6Katagori skor kecemasan akademik.....	46
Tabel 4. 7Katagori skor kecemasan akademik.....	46
Tabel 4. 8Hasil <i>Descriptive Statistics</i> Data <i>Problem Focused Coping</i>	47
Tabel 4. 9Kategori skor <i>Descriptive Statistics</i> Data <i>Problem Focused Coping</i>	47
Tabel 4. 10Hasil <i>Descriptive</i> Dukungan Teman Sebaya	49
Tabel 4. 11Kategori skor Dukungan Teman Sebaya	49
Tabel 4. 12Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov	51
Tabel 4. 13Hasil uji linearitas X1 terhadap Y	52
Tabel 4. 14 Hasil uji linearitas X2 terhadap Y (Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Akademik)	52

Tabel 4. 15 Hasil uji hipotesis pertama	53
Tabel 4. 16 Hasil uji hipotesis kedua	53
Tabel 4. 17 Hasil Uji Hipotesis Ketiga	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1, Skala Penelitian	68
Lampiran 2, Expert Judgement	78
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas	82
Lampiran 4, Tabel Deskriptif Variabel	94
Lampiran 5, Riwayat Hidup	98

ABSTRACT

This study aims to empirically test the relationship between problem focused coping and peer social support and academic anxiety in students who work part time. This type of research uses quantitative with a sample size of 100 students in Semarang City. The sampling technique in this research uses the Non Probability Sampling technique. This research uses three measurement scales, namely the problem focused coping scale, peer social support, and academic anxiety. The results of this research are that problem focused coping with academic anxiety in students who work part time is accepted to have a negative correlation with a sig value of $p=0.000$ ($p<0.05$) and a correlation coefficient value of -0.781 , which means the higher the problem focused coping carried out. students, the lower the level of academic anxiety in working students, and vice versa. Then, social support from peers with academic anxiety in students who work part time with a significance value of $p=0.000$ ($p>0.05$) and a correlation coefficient value of 0.834 , which means there is a correlation. There is a relationship between problem focused coping and social support from peers and academic anxiety in students who work part-time, as evidenced by 0.000 ($p<0.05$) with a correlation coefficient of 0.747 .

Key words: *problem focused coping, peer social support, academic anxiety*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antar *problem focused coping* dan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 100 mahasiswa di Kota Semarang. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *Non Probability Sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga skala pengukuran, yaitu skala *problem focused coping*, dukungan teman sebaya, dan kecemasan akademik. Hasil penelitian ini adalah *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu diterima memiliki korelasi negatif dengan nilai sig sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,781$ yang artinya semakin tinggi *problem focused coping* yang dilakukan mahasiswa maka semakin rendah tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja, dan sebaliknya. Kemudian, Dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,000$ ($p > 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar $0,834$, yang artinya memiliki korelasi. Terdapat hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu diterima dibuktikan dengan $0,000$ ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi sebesar $0,747$.

Kata kunci: *Problem Focused Coping*, dukungan teman sebaya, kecemasan akademik

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang menuntut ilmu di universitas, baik negeri maupun swasta, atau institusi pendidikan setingkat universitas lainnya. Sebagai mahasiswa, individu memiliki banyak pekerjaan, kesulitan, dan tanggung jawab, seperti mengerjakan tugas kuliah, membuat laporan, dll. Menurut (Adisty, 2020) masa kuliah merupakan waktu yang paling produktif dan mahasiswa beranjak dewasa dipandang untuk bertanggung jawab, mandiri, dan kreatif, yang memungkinkan mahasiswa memikul tanggung jawab seperti memanfaatkan waktu untuk bekerja di luar kuliah. Kuliah sambil bekerja bukanlah hal baru dalam dunia perkuliahan, karena seiring bertambahnya usia mahasiswa sudah mulai bisa mengatur keuangannya secara mandiri dan perlu menunjang kebutuhannya dengan pendapatan yang diperolehnya.

Di negara maju dan berkembang, fenomena kuliah sambil bekerja juga terjadi. Seperti yang ditunjukkan oleh (Nalim, 2015) di beberapa negara maju seperti AS jumlah mahasiswa yang bekerja tidak sedikit dibandingkan dengan negara-negara berkembang. Berdasarkan informasi yang diungkapkan (King, 2003) menyatakan bahwa pada tahun 1999-2000, sekitar 80% mahasiswa Amerika Serikat bekerja. Angka tersebut meningkat sekitar 8% dalam dekade terakhir, dengan angka 72% mahasiswa bekerja (Cuccaro-Alamin & Choy, 1998). Indonesia adalah salah satu negara berkembang, di Indonesia kuliah sambil bekerja bukanlah fenomena yang langka, terbukti dari banyaknya mahasiswa dari beberapa universitas diberbagai daerah baik negeri, swasta dan sekolah tinggi lainnya.

Kota Semarang adalah salah satu kota di Indonesia dengan jumlah mahasiswa yang bekerja paruh waktu yang besar. Semarang yang merupakan ibu kota Jawa Tengah, menarik banyak orang dari berbagai daerah untuk belajar. Data dari Badan Pusat Statistik Kota Semarang

tahun2021, terdapat sebanyak 127.364 individu berusia 18-24 tahun, namun jumlah tersebut belum termasuk penduduk yang datang dari luar ke Kota Semarang. Peningkatan jumlah penduduk Kota Semarang dipengaruhi oleh perguruan tingginya. Banyaknya mahasiswa yang bekerja dikarenakan untuk memenuhi kebutuhan financial, mencari pengalaman, dan kemandirian

Memiliki peran ganda, sebagai mahasiswa sambil bekerja bukanlah hal yang mudah. Terdapat dampak negatif yang akan dihadapi oleh mahasiswa. Watanabe(2005)menjelaskan bahwa dampak-dampak yang harus dihadapi mahasiswa yang bekerja yaitu kesulitan untuk membagi waktu dan berkonsentrasi saat kuliah dan bekerja, kelelahan, penurunan prestasi akademik, keterlambatan kelulusan, dan akibat yang paling parah yaitu dikeluarkan dari universitas karena lebih mementingkan pekerjaannya dari pada perkuliahannya. Banyaknya dampak negatif yang bisa dirasakan mahasiswa yang bekerja dapat membuat mahasiswa mengalami kecemasan di bidang akademik. Oleh karena itu mahasiswa yang bekerja harus memiliki kemampuan untuk menghindari konflik peran antara kuliah dan pekerjaan yang dapat menyebabkan kecemasan akademik.

Kecemasan akademik adalah suatu keadaan atau pengalaman yang tidak menyenangkan oleh seseorang yang dapat memunculkan kekhawatiran dalam konteks menghadapi berbagai tugas akademik. Ketidakyakinan dalam kemampuan untuk menyelesaikan berbagai tugas akademik seringkali menjadi penyebab munculnya kecemasan, yang biasa disebut kecemasan akademik (Bandura, 1997). Kecemasan ini membuat mahasiswa mengalami kegelisahan atas hasil yang diperoleh dan segala sesuatu hal buruk terhadap kinerja atau tugas yang telah dilakukannya. Mahasiswa yang mengalami kecemasan cenderung merasa tidak percaya diri, gugup, takut, bahkan ketika keduaperaasaan tersebut semakin dalam akan membuat mahasiswa menjadi tertekan.

Kecemasan di lingkungan akademik seperti perkuliahan, tugas kuliah, dan pemahaman materi, individu cenderung mengatasinya dengan

melakukan strategi coping. Greenglass (2006) menafsirkan strategi coping sebagai bagaimana orang menghadapi dan mencegah situasi fisik, psikologis, atau yang mengancam (dalam Ismail, 2021). Salah satu strategi coping yaitu *Problem Focused Coping*, karena situasi permasalahan yang memungkinkan dapat diperbaiki dan dikendalikan oleh mahasiswa (Tuasikal & Retnowati, 2019). Faktor lain yang berpengaruh terhadap munculnya kecemasan adalah kurangnya dukungan sosial. Salah satu sumber dukungan sosial yaitu dukungan teman sebaya. Dukungan teman sebaya adalah bantuan verbal maupun non verbal yang berupa informasi dan tindakan menolong dari kelompok atau individu yang memiliki usia dan tingkat kematangan yang kurang lebih sama, yang dapat menimbulkan rasa dicintai, nyaman, diperhatikan dan dihargai bagi individu yang menerimanya (Pradana & Susilawati, 2019). Manfaat dukungan teman sebaya adalah untuk menurunkan tingkat kecemasan, seperti yang dijelaskan oleh Andriani dan Subekti (2004), Selain itu individu yang mendapatkan banyak dukungan akan lebih bermakna dan bahagia dalam menjalani hidupnya dibandingkan dengan individu yang kurang mendapatkan dukungan (Komarudin, dkk., 2022: 271). Merujuk pada tindakan membantu yang melibatkan aspek dukungan emosional, bantuan instrumental, dukungan informasional, dan penilaian dalam interaksi dengan individu di sekitar yang memiliki kemampuan untuk membantu menangani masalah.

Berdasarkan hasil dari wawancara tidak terstruktur yang dilakukan peneliti dengan 20 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang dapat disimpulkan bahwa sulit untuk melakukan kerja *part-time* dan kuliah secara bersamaan, dikarenakan banyaknya tanggungan yang harus diterima. Terdapat faktor tekanan seperti bagaimana caranya untuk fokus kuliah tetapi juga bisa membiayai hidup untuk mengurangi beban orang tua. Dalam wawancara yang telah dilakukan, mahasiswa yang melakukan kerja paruh waktu merasa khawatir akan ketidakmampuannya dalam memahami materi pelajaran, mencapai target kelulusan, mencapai

target IP (Indeks prestasi) demi mendapatkan sks penuh, dan juga sulit untuk mengatur waktu. Tugas-tugas kuliah seperti mempersiapkan bahan presentasi, tugas kelompok, menyelesaikan tugas skripsi yang dimana itu membutuhkan waktu untuk mengerjakannya, sedangkan mahasiswa bekerja di waktu selesai kuliah dan waktu libur kuliah. Dilema yang dirasa mahasiswa membuat mahasiswa *overthinking* secara berlarut-larut dapat menyebabkan munculnya kecemasan di bidang akademik. Rasa cemas itu membuat mahasiswa tersebut menjadi lebih suka menyendiri, melamun karena memikirkan hal tersebut, hilangnya nafsu makan yang membuat kondisi fisik memburuk, sehingga mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi dan fokus ketika dosen sedang menjelaskan materi di kelas, ditambah mahasiswa suka menyendiri mengakibatkan kurangnya dukungan sosial dari orang-orang sekitar mengakibatkan individu tidak dapat mengungkapkan perasaan yang dialami dan bagaimana cara menghadapi permasalahan tersebut.

Dari hasil uraian diatas, dapat dilihat bahwa terdapat minimnya coping dan dukungan sosial yang dilakukan pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu mengakibatkan mahasiswa mengalami kecemasan di bidang akademik, sedangkan coping dan dukungan sosial sangat penting dilakukan ketika seseorang mengalami kecemasan, karena coping dan dukungan sosial dapat membantu untuk mengurangi tingkat kecemasan yang ada pada seseorang. Maka dari itu peneliti memutuskan untuk mengkaji terkait hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dari latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu?
2. Apakah ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu?

3. Apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini, berdasarkan uraian rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut:

1. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.
2. Untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.
3. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil yang diharapkan dari penelitian dapat memberi wawasan dan informasi dalam ilmu pengetahuan berdasarkan teori-teori yang ada. Serta dapat memberikan tambahan referensi tambahan dan mengembangkan pengetahuan dalam bidang psikologi mengenai *problem focused coping*, dukungan teman sebaya, dan kecemasan akademik.

2. Secara Praktis

- 1) Bagi mahasiswa yang bekerja paruh waktu

Diharapkan penelitian ini dapat membantu mahasiswa yang bekerja paruh waktu untuk mensiasati antara tuntutan akademis dan pekerjaan

- 2) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pelajaran bagi peneliti tentang permasalahan pada mahasiswa

yang bekerja paruh waktu dan dapat menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya baik mengkaji dibidang akademik maupun masalah yang sama di masa yang akan datang.

E. Keaslian Penelitian

Untuk menghindari terjadinya plagiarisme dalam bentuk artikel, jurnal, skripsi, atau tulisan lainnya, maka penulis melakukan telaah literatur dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dari penelitian yang akan dilakukan penulis. Studi yang akan dilaksanakan dilengkapi dengan penelitian sebelumnya sebagai referensi. Beberapa penelitian sebelumnya adalah sebagai berikut:

Khresna Wahyu Tri Anggoro (2018) dalam penelitiannya berjudul "Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa Program Studi Akuntansi di Universitas Islam Indonesia Menghadapi Ujian Komprehensif", menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat korelasi dan hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dan kecemasan akademik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya maka semakin rendah kecemasan akademik, begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan teman sebaya, maka semakin tinggi kecemasan akademik. Persamaan dalam penelitian ini adalah pada aspek yang dikaji yaitu mengenai dukungan sosial dengan kecemasan akademik. Sedangkan perbedaannya yaitu tidak disertai dengan *problem focused coping*, subjek, dan lokasi penelitiannya yakni di Kota Semarang.

Eva Astiti, dkk (2005) dalam penelitiannya yang berjudul "Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Universitas Muhammadiyah Jember" dengan hasil penelitian terdapat hubungan antara strategi coping ($r = 0,302$, $p < 0,05$). Didapat presentase pada kategori tingkat kecemasan tinggi yaitu sebesar 64,98%, dan pada kategori sedang sebesar 6,73%, serta pada kategori rendah sebesar 28,28%. Sedangkan pada skala strategi coping 96 mahasiswa atau 30,97% yang memilih bentuk strategi coping *planfull problem solving*, pada bentuk

positif reapraisial 68 mahasiswa atau sebanyak 22,89%, 56 mahasiswa (18,95%) memilih denial, 55 mahasiswa atau 18,51% memilih information seeking, pada assistance seeking jumlah mahasiswa yang memilih adalah sebanyak 54 mahasiswa (18,18%), 50 mahasiswa atau sebanyak 18,85% memilih pada bentuk avoidance, 65 mahasiswa (21,88%) memilih direct action, dan 37 mahasiswa atau sebanyak 12,45% memilih pada bentuk self criticism. Persamaan yang terdapat dalam penelitian ini yaitu aspek yang dikaji terkait strategi coping dan kecemasan. Sedangkan perbedaannya yaitu strategi coping dan kecemasan yang digunakan lebih dispesifikasikan yaitu *problem focused coping* dan kecemasan akademik, pemilihan subjek, dan lokasi penelitiannya.

Mulyo, Agus (2017) dengan penelitiannya yang berjudul “Hubungan Antara *Problem Focus Coping* Dan Dukungan Social Terhadap Stress Pada Mahasiswa Yang Bekerja” hasil penelitiannya mengatakan hubungan antara dukungan social dengan stress memiliki hasil yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan social dengan stress pada mahasiswa yang bekerja. Semakin tinggi dukungan social pada mahasiswa yang bekerja maka semakin rendah stressnya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan social pada mahasiswa yang bekerja maka semakin tinggi tingkat stress yang dirasakannya. Persamaan dalam yang terdapat dalam penelitian ini yaitu membahas aspek yang sama yakni *problem focused coping* dan dukungan social. Sedangkan perbedaannya yaitu tidak adanya aspek kecemasan akademik dan lokasi penelitian.

Zaini Fadlan(2019)dengan penelitiannya yang berjudul “hubungan *problem focused coping* dengan *academic stress* pada siswa kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah” hasil penelitiannya mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *problem focused coping* dengan *academic stress* pada siswa kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah (Hipotesis diterima). Hal ini menunjukkan semakin tinggi *problem focused coping* yang dirasakan oleh

siswa, maka semakin rendah *academic stress* yang dirasakan dan begitu pula sebaliknya. Persamaan dalam penelitian ini terdapa pada apek yang dikaji yaitu *problem focused coping*. Sedangkan perbedaannya yaitu tidak adanya aspek dukungan social teman sebaya, kecemasan akademik, pemilihan subjek, dan lokasi penelitian.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kecemasan Akademik

1. Pengertian Kecemasan Akademik

Kecemasan merupakan keadaan emosional dengan gejala fisik seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran akan masa depan. Kecemasan dapat berupa perasaan gelisah, khawatir, dan ketegangan otot (Mar'ati & Chaer, 2017). Menurut Harley & Phelps kecemasan merupakan reaksi normal terhadap stressor yang membantu seseorang untuk menghadapi situasi yang menuntut memotivasi untuk mengatasinya, tetapi ketika kecemasan menjadi berlebihan dapat memiliki dampak serius pada kehidupan sehari-hari dan dapat mengganggu fungsi normal seseorang (dalam Singh & Jha, 2013).

Kecemasan akademik adalah kekhawatiran yang membuat mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengar, dan berbicara (Pekrun et al., 2005). Menurut (Holmes, 1991) kecemasan akademik merupakan keadaan emosional yang ditandai dengan adanya rasa khawatir, tegang dan gejala fisik lainnya. Kecemasan akademik didefinisikan sebagai suatu keadaan atau pengalaman yang tidak menyenangkan oleh seseorang yang dapat memunculkan kekhawatiran dalam konteks menghadapi berbagai tugas akademik, seperti kurangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan untuk menyelesaikan berbagai tugas akademik seringkali menjadi penyebab munculnya kecemasan akademik (Bandura, 1997). Menurut Onem dan Banga (Firmantyo & Alsa, 2017) kecemasan akademik terjadi disebabkan oleh kekhawatiran tentang prestasi akademik atau kegagalan belajar.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan akademik adalah perasaan pada individu akan rasa khawatir akan ketidakmampuannya dibidang akademik sehingga mengakibatkan

terganggunya pola pikir dalam pelaksanaan tugas atau aktivitas yang berkaitan dengan perkuliahan dan sekolah.

2. Aspek Kecemasan Akademik

Menurut (Holmes, 1991) mengklasifikasikan kecemasan akademik dalam empat aspek, yaitu:

a) Mood (Psikologis)

Holmes mengatakan bahwa gejala mood (psikologis) dapat berupa rasa khawatir, tegang, panik, dan takut. Rasa was-was, takut, khawatir, gelisah, cemas, tegang, dan tidak aman adalah gejala (psikologis) kecemasan. Depresi lebih mungkin terjadi pada orang yang tidak tenang dan mudah tersinggung.

b) Kognitif

Secara kognitif, individu yang mengalami kecemasan mungkin akan terus khawatir tentang masalah yang mungkin terjadi. Ini dapat menyebabkan individu bingung, sulit untuk fokus atau membuat keputusan, dan kesulitan mengingat.

c) Somatik

Ada dua kategori tanda fisik atau biologis yang menunjukkan kecemasan. Pertama, gejala muncul secara langsung seperti peningkatan produksi keringat, kesulitan bernapas, detak jantung yang meningkat, tekanan darah yang tinggi, sensasi pusing, dan tegangnya otot-otot. Kedua, jika kecemasan terus-menerus dirasakan, dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah tinggi, sakit kepala, ketegangan otot, dan sering mengalami mual.

d) Motorik

Kecemasan dapat dilihat dari gangguan tubuh seperti gemetar tangan yang tidak berhenti, suara yang terbata-bata, dan sikap yang tergesa-gesa.

Adapun Aspek lain menurut (Pekrun et al., 2005) menjelaskan terdapat empat aspek kecemasan akademik, yaitu :

a) *Class related anxiety*

Rasa khawatir mahasiswa terhadap materi pelajaran, kekhawatiran akan kemampuan dirinya untuk memahami materi, kekhawatiran terhadap kemampuan teman-temannya yang melebihi dirinya, dan sebagainya.

b) *Learning related anxiety*

Perasaan cemas dalam proses belajar secara bersamaan menyebabkan gejala fisiologis seperti pusing, detak jantung berdebar dan mual.

c) *Test anxiety*

Perasaan cemas ketika akan mengikuti ujian, seperti gugup, mual, gelisah dan gelisah yang diperlihatkan dengan gerakan tertentu, merasa khawatir dengan tingkat kesulitan soal ujian.

3. Faktor yang memengaruhi Kecemasan Akademik

Menurut Sarason(Djiwandono, 2002)ada beberapa faktor yang memengaruhi kecemasan akademik, yaitu:

a) Keyakinan Diri

Seseorang yang percaya diri dapat mengurangi kecemasan.

b) Dukungan Sosial

Dukungan sosial dalam bentuk informasi, bantuan, perilaku atau materi yang didapat dari lingkungan yang baik dimana membuat seseorang merasa diperhatikan, dicintai dapat mengurangi tingkat kecemasan.

c) Modelling

Dengan modelling individu dapat mengubah perilakunya dengan mengobservasi orang lain melakukan suatu tindakan. Ketika individu melihat seseorang yang menunjukkan kecemasan saat menghadapi masalah, individu tersebut juga dapat mengalami kecemasan yang serupa.

Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan akademik menurut Zahidah & Naqiyah (2020)yaitu:

a) Faktor internal

Faktor internal dapat berasal dari dalam pikiran dan perasaan cemas seperti kondisi fisik seperti gugup, tremor, dan lain-lain. Kondisi psikis seperti kontrol diri, kemandirian/*self efficacy*, dan keinginan untuk berprestasi.

b) Faktor Eksternal

Orang tua yang otoriter, hubungan pendidikan yang buruk, dan mahasiswa yang enggan bertanya tentang hal-hal yang tidak dipahami adalah beberapa sumber kecemasan akademik dari faktor eksternal. Menurut Mirawdali, Morrissey, dan Ball (2018), faktor-faktor seperti kecemasan menghadapi ujian, kemampuan akademik, kemampuan menghadapi tes, manajemen waktu, dan keterampilan belajar yang juga memainkan peran dalam mempengaruhi kecemasan akademik.

4. Sumber-sumber Kecemasan Akademik

Santrock (Prawitasari & Rahmat, 2011) mengatakan terdapat macam-macam variabel yang menjadi sumber terjadinya kecemasan akademik, yaitu:

- a) Tingginya tingkat kecemasan pada mahasiswa disebabkan karena orang tua mengharapkan prestasi yang tinggi melebihi kemampuan anaknya.
- b) banyaknya tugas akademik yang diterima dan tingkat kesulitan untuk menyelesaikannya.
- c) Perbandingan sosial antara mahasiswa, yang dapat menyebabkan kecemasan yang signifikan.
- d) Tingkat kecemasan yang tinggi dapat disebabkan oleh pengalaman sebelumnya dengan kegagalan akademik dan hasil ujian yang tidak memenuhi harapan.

5. Kecemasan Akademik dalam Perspektif Islam

Kecemasan dalam perspektif Islam adalah kecemasan yang timbul karena adanya rasa takut dan gelisah akan ujian dari Allah SWT. Tanpa kita sadari disebutkan dalam Al-qur'an bahwa tidak ada alasan

untuk takut akan cobaan karena Allah SWT telah memberikan cobaan sesuai dengan kemampuan hamba-hamba-Nya(Rahayu, 2009).Takut kepada Allah SWT merupakan sifat nabi, sifat para ulama dan sifat orang-orang sholeh. di dalam surah Al-Baqarah ayat 155 (kemenag RI, 2011) juga dijelaskan bahwa manusia akan diuji dengan rasa takut yang bunyinya :

ط
وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ
لَا
وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

Artinya : “Dan kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar”.

Rasa takut yang dimaksud dalam ayat diatas yaitu ketundukan Allah, karena hanya kepada Nya-lah yang wajar dicintai dan ditakuti selaku Rabb yaitu Tuhan yang membimbing dan menganugerahkan rahmat serta yang menyangsang sifat-sifat Yang Maha Terpuji(Shihab, 2002). Semua umat Islam akan diuji Allah SWT, baik berupa cobaan seperti penyakit atau musibah.Seperti yang dirasakan mahasiswa yang cemas serta takut dan khawatir dengan kegiatan dibidang akademiknya yang harus dibagi dengan aktifitas di luar perkuliahan seperti bekerja.Dalam surat tersebut mengajarkan bahwa Allah SWT akan menguji manusia dengan ketakutan, kelaparan, dan kekurangan harta. Akan tetapi Allah SWT akan memberi kabar baik kepada orang-orang yang sabar dalam menghadapi cobaan.

Menurut psikologi islam, kecemasan dijelaskan di dalam al-Qur'an sebagai emosi takut(Cahyandari, 2019). Abdullah Hasyim (Cahyandari, 2019) menjelaskan bahwa rasa takut disini adalah rasa takut kepada Allah SWT yang menyebabkan seseorang dengan taat selalu menjalankan segala perintah Allah SWT dan selalu menjauhi larangan-Nya, dan dengan kita mengingat Allah saat beribadah kepada-

Nya dan juga diluar ibadah, dapat memberikan kekuatan dalam hati kita karena kita dekat dengan Allah dan selalu bertawakal kepada-Nya.

B. Problem Focused Coping

1. Pengertian Problem Focused Coping

Problem focused coping menurut (Lazarus & Folkman, 1984) adalah usaha dalam menangani kecemasan dengan mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dari diri sendiri dan lingkungan yang menyebabkan kecemasan. *Problem focused coping* merupakan strategi yang bersifat eksternal. *Problem focused coping* memiliki tujuan utama untuk menemukan dan menangani pokok masalah dengan mempelajari strategi atau keterampilan baru untuk mengurangi kecemasan yang dirasakan atau dihadapi.

Menurut (Carver et al., 1989) *problem focused coping* merupakan upaya untuk memecahkan permasalahan dengan mengerjakan sesuatu untuk mengurangi sumber kecemasan. Sementara itu, menurut Andrews (dalam Kurniawan et al., 2020), *problem focused coping* adalah pendekatan yang tepat dan efektif untuk mengatasi masalah, salah satunya dengan cara mengatasi masalah secara langsung dan tidak menghindarinya.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* adalah usaha untuk mengatasi masalah dengan tujuan mengubah situasinya agar berdampak positif melalui keterampilan-keterampilan baru dengan mengatasi kecemasan secara langsung.

2. Aspek Problem Focused Coping

Menurut Lazarus & Folkman (1984) membagi tiga aspek *problem focused coping*, yaitu:

a) Planful Problem Solving

Planful Problem Solving adalah usaha yang melibatkan solusi secara langsung dalam menemukan solusi terhadap masalah. Individu yang menerapkannya akan bekerja secara

cermat, merencanakan dengan baik, dan berusaha mengubah gaya hidup individu untuk secara bertahap mengatasi masalah yang ada.

b) *Confrontative Coping*

Confrontative Coping adalah usaha untuk mengubah situasi yang melibatkan pengambilan risiko. Individu yang menggunakannya akan mencari solusi dengan melawan aturan yang berlaku meskipun dengan risiko yang tinggi.

c) *Seeking Sosial Support*

Seeking sosial support dikenal sebagai mencari bantuan dari orang lain. Individu yang menggunakannya ini selalu berusaha untuk menyelesaikan masalahnya dengan meminta bantuan dari teman, keluarga, atau tetangga. Dukungan dapat berupa dukungan fisik atau emosional.

Pendapat yang dikemukakan (Carver et al., 1989). Aspek yang ada pada *problem focus coping* adalah sebagai berikut :

a) *Active Coping Coping aktif*

Suatu proses pengambilan langkah aktif untuk mencoba memindahkan atau menghilangkan sumber-sumber stress atau mengurangi akibatnya. Dengan kata lain adalah bertambahnya usaha untuk melakukan coping antara lain dengan bertindak langsung.

b) *Suppression of competing stress activitie* (Penekanan pada suatu aktifitas yang utama)

Usaha untuk membatasi ruang gerak atau aktifitas dirinya yang tidak berhubungan dengan masalah untuk berkonsentrasi penuh pada tantangan maupun ancaman yang sedang dialaminya.

c) *Planning Planning* (perencanaan)

Usaha membuat suatu rencana atau rangkaian tindakan yang harus dilakukan dalam menghadapi sebuah permasalahan yang dihadapi. Rencana tersebut ditujukan untuk mengatasi sumber permasalahan yang individu alami.

d) *Restraint Restraint* (Penguasaan diri)

Kontrol diri atau pengendalian tindakan langsung sampai individu menemukan kesempatan yang sangat tepat untuk bertindak dalam menghadapi permasalahannya.

e) *Positive Reframing* (Pembentukan daya pikir yang positif)

Merupakan usaha dalam menghadapi sebuah permasalahan untuk mencari hikmah dan mencoba mengambil pengalaman dari sisi positifnya dengan mengarahkan individu untuk tetap aktif.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi *Problem Focused Coping*

Berikut adalah beberapa faktor yang dapat memengaruhi *problem focused coping* menurut (Lazarus & Folkman, 1984):

a) Kesehatan dan Energi (Health and Energy)

Kesehatan dan tingkat energi seseorang dapat memengaruhi berbagai macam bentuk strategi coping. Ketika seseorang merasa rapuh, lemah, lelah, atau tidak dan tidak mampu melakukan coping dengan baik, maka kesehatan fisik menjadi factor penting dalam menentukan strategi coping pada individu.

b) Keyakinan yang Positif (*positive beliefs*)

Penilaian diri secara positif dianggap sebagai sumber psikologis yang dapat mempengaruhi strategi coping pada individu sehingga penilaian mengenai keyakinan yang baik merupakan sumber strategi coping.

c) Kemampuan Pemecahan Masalah (*Problem Solving Skill*)

Kemampuan dalam memecahkan masalah juga berperan penting dalam strategi coping individu. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk mencari informasi, menganalisis situasi, dan menemukan masalah, mempertimbangkan cara yang digunakan dengan baik untuk mengantisipasi kejadian yang buruk, dan memilih tindakan yang sesuai dengan tujuan individu.

d) Keterampilan Sosial (*Social Skills*)

Keterampilan sosial memiliki peranan yang penting dalam strategi coping, karena manusia pada dasarnya itu makhluk sosial. Dengan memiliki keterampilan sosial yang baik, seseorang dapat berinteraksi dengan orang lain secara efektif.

e) Dukungan sosial (*Social Support*)

Dukungan sosial sangat memengaruhi cara seseorang menangani kecemasan. Orang-orang yang dekat dengan individu dapat memberikan dukungan emosional, pengetahuan, dan perhatian, serta membantu individu mengatasi kecemasan melalui epidemiologi sosial dan terapi perilaku.

f) Sumber Material (*Material Resources*)

Sumber-sumber materi, seperti keuangan, juga memainkan peran penting dalam strategi coping individu. Individu dapat mengatasi kecemasan dengan memiliki keadaan keuangan yang baik. Selain itu, manfaat materi dapat membantu seseorang untuk mempermudah dalam kebutuhan hukum, medis, keuangan, dan lainnya. Hal ini dapat membantu mengurangi risiko kecemasan yang dialami oleh individu.

4. *Problem Focused Coping* dalam Perspektif Islam

Allah SWT menciptakan manusia dengan bentuk yang paling sempurna dan tentunya juga tidak terlepas dari masalah, ujian maupun cobaan yang terjadi didalam hidupnya. Allah SWT akan terus menguji hambanya untuk mengisyaratkan bahwa hakikat kehidupan didunia ini antara lain ditandai oleh adanya cobaan yang beranekaragam. Seperti yang dikatakan Allah SWT dalam ayat 286 surah Al-Baqarah, yang mengatakan:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا
 إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن
 قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لِطَاقَةِ لِنَابِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا
 فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: “Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebijakan) yang dikerjakan dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya.(mereka berdoa),”ya Tuhan kami, janganlah engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya tuhan kami, janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatillah kami.Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir”.

Sebagai orang yang beriman, kita harus tunduk dan berserah diri kepada Allah SWT bahkan ketika kita terpuruk dan memiliki kesulitan maupun masalah yang sulit.Kita harus tetap berserah diri kepada Allah SWT dan terus berusaha untuk menyelesaikannya. Dalam Surah Al-Insyiah ayat 5-6, Allah SWT mengatakan bahwa kemudahan pasti akan datang setelah kesulitan.Orang yang beriman kepada Allah SWT akan menyadari bahwa ada banyak hikmah di balik setiap kesulitan, menurut Mahmud Yunus dalam tafsir Al-Qur’an Karim.

Menurut Mahmud Yunus dalam tafsir Qur’an Karim menjelaskan bahwa manusia yang beriman kepada Allah SWT jika ditimpa kesusahan maka dirinya akan mengingat bahwa dibalik kesusahan tersebut terdapat hikmat yang berlipat ganda. Berdasarkan konsep ajaran Islam yang disebutkan di atas, jelas bahwa Al-Qur’an

mengajarkan tentang pentingnya *problem focused coping* untuk tidak menyerah atau putus asa saat menghadapi masalah (Rindahayu, 2022).

C. Dukungan Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Teman Sebaya

Dukungan sosial menurut (Cohen & Syme, 1985) adalah pertolongan ataupun dukungan yang diperoleh seorang individu melalui dengan interaksinya bersama orang lain yang dalam interaksi tersebut terdapat adanya rasa saling percaya, menghargai, dan keinginan untuk membantu satu sama lain. Dukungan sosial didapat dari keluarga, teman, dan lingkungan yang menciptakan rasa aman dan nyaman bagi seseorang, menurut (Sanderson, 2004). Menurut House (Mashudi, 2012) dukungan sosial sebagai persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan, dukungan sosial tersebut mengacu pada kesenangan yang dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab.

Sarafino (Sasmita & Rustika, 2015) mengatakan bahwa dukungan teman sebaya adalah dukungan yang diberikan oleh teman atau kelompok sebayanya yang berupa kenyamanan secara fisik maupun psikologis, sehingga seseorang akan merasa dicintai, diperhatikan, dihargai sebagai bagian dari kelompok sosial. Dukungan teman sebaya dijelaskan oleh (Cowie & Wallace, 2000) bantuan yang berasal dari teman sebaya yang memberikan bantuan langsung kepada kelompok lain, hal ini terjadi dimanapun atau kelompok sebaya manapun, serta memberikan dukungan saat teman mengalami kesulitan. Apabila individu mempunyai hubungan yang baik di lingkungan yang baru, maka orang itu akan merasakan adanya dukungan sosial yang didapatkan dari lingkungannya (Hasibuan et al., 2018).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan teman sebaya adalah dukungan yang berasal dari teman

dekat atau teman sebaya, memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, bantuan kepada individu serta memberikan informasi tentang apa yang diterima individu untuk bersosialisasi yang baik di lingkungan sekitar.

2. Aspek Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya dibagi menjadi beberapa bagian oleh House (Mashudi, 2012), yaitu:

a) Dukungan emosional

Dukungan emosional adalah ketika seseorang merasa empati, memperhatikan, dan peduli dengan orang yang bersangkutan.

b) Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan adalah ungkapan penghargaan positif yang mendorong orang untuk melanjutkan atau menerima pikiran atau perasaan individu.

c) Dukungan instrumen

Dukungan instrumental melibatkan pemberian bantuan langsung, seperti pinjaman atau bantuan pekerjaan saat seseorang mengalami kecemasan. Contoh lain adalah bantuan finansial atau bantuan mengerjakan tugas.

d) Dukungan informasi

Dukungan informasi termasuk memberikan saran, petunjuk, saran atau umpan balik tentang yang seharusnya dilakukan oleh orang yang membutuhkan.

Pendapat yang senada juga dijelaskan oleh Sarafino (Puspitasari et al., 2010) menjelaskan beberapa bentuk dukungan sosial, yaitu:

a) Dukungan Emosional

Berupa ungkapan empati, kepedulian dan perhatian pada orang yang bersangkutan, seperti rasa nyaman, ketentraman hati, perasaan dicintai.

b) Dukungan Penghargaan

Melalui ungkapan penghargaan positif, dorongan maju atau persetujuan dengan perasaan individu dan perbandingan positif individu dengan orang lain.

c) Dukungan Instrumental

Berupa bantuan langsung, seperti jasa, waktu, dan uang.

d) Dukungan Informatif

Berupa nasihat, petunjuk-petunjuk, saran, informasi, dan umpan balik.

e) Dukungan Jaringan Sosial

Berupa perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan ini merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Dukungan Teman Sebaya

Menurut Cohen & Syme(1985) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan teman sebaya, yaitu:

a) Memberikan dukungan sosial

Dibandingkan dengan mendapatkan dukungan dari sumber yang berbeda, mendapatkan dukungan dari sumber yang sama lebih memiliki arti dan makna. Ini terkait dengan factor kedekatan dan tingkat kepercayaan penerima dukungan.

b) Jenis dukungan

Dukungan yang dapat memberikan manfaat dan sesuai dengan keadaan yang sedang dihadapi akan sangat berarti bagi yang menerima dukungan.

c) Penerima dukungan

Efektivitas dukungan yang diterima juga dipengaruhi oleh karakteristik penerima, seperti kepribadian, kebiasaan, dan peran sosial individu. Dukungan efektif ketika penerima dukungan dan pemberi dukungan dapat mencari dan mempertahankan dukungan yang diberikan.

d) Jangka waktu dukungan.

Waktu pemberian dukungan dapat berpengaruh pada kapasitas yang dimiliki oleh pemberi dukungan untuk memberikan dukungan dalam suatu periode tertentu.

Menurut Sarafino(2002) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi dukungan teman sebaya, yaitu :

a) Penerima dukungan (*Recipient*)

Individu tidak akan mendapatkan dukungan apabila individu tidak ramah, tidak ingin menolong dan tidak membiarkan orang lain tau jika individu sebenarnya membutuhkan bantuan. Ada orang yang kurang asertif untuk meminta bantuan, atau berfikir bahwa individu seharusnya tidak tergantung pada orang lain, merasa tidak enak dan tidak tau meminta bantuan kepada siapa.

b) Penyedia dukungan (*Provider*)

Individu tidak akan mendapatkan dukungan jika penyedia tidak memiliki sumber-sumber yang dibutuhkan, penyedia dukungan sedang berada dalam keadaan stress dan juga membutuhkan bantuan, atau mungkin individu tidak cukup sensitive terhadap kebutuhan orang lain.

c) Komposisi dan struktur jaringan sosial (Hubungan individu dengan keluarga dan masyarakat)

Hubungan bervariasi dalam hal ukuran seperti jumlah orang yang biasa dihubungi, seberapa sering individu bertemu dengan orang tersebut, apakah orang tersebut merupakan keluarga, teman, rekan kerja atau lainnya dan juga kedekatan adanya keinginan untuk saling percaya.

4. Dukungan Teman Sebaya dalam Perspektif Islam

Ajaran Islam mengajarkan kita untuk saling peduli, membuat hati senang, saling membantu, dan saling mencintai satu sama lain. Terdapat ayat Al-Qur'an lain yang berkaitan dengan dukungan sosial, yaitu terdapat pada QS. *Al-Maidah* ayat 80:

تَرَى كَثِيرًا مِنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَبِئْسَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُمْ أَنْفُسَهُمْ
أَنْ سَخِطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَفِي الْعَذَابِ هُمْ خَالِدُونَ

Artinya: “kamu melihat kebanyakan dari mereka tolong menolong dengan orang-orang yang kafir (musyrik). Sesungguhnya amat buruklah apa yang mereka sediakan untuk diri mereka, yaitu kemurkaan Allah kepada mereka; dan mereka akan kekal dalam siksaan”.

Ayat di atas mengandung pesan bahwa manusia selalu dianjurkan untuk saling menolong ke sesama manusia dalam hal-hal yang bermanfaat bagi kebaikan dan ketakwaan manusia. Namun, dilarang untuk memberikan bantuan dalam hal-hal yang buruk dan merugikan individu. Menurut Quraish Shihab, ayat tersebut menjelaskan bahwa menjadikan manusia sebagai penolong, saling membahu setiap masalah. Dan sesungguhnya perbuatan mereka disimpan dalam diri mereka untuk mendapatkan ganjaran yang setimpal (Shihab, 2002).

D. Hubungan *Problem Focused Coping* dan Dukungan Teman Sebaya dengan Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu.

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu biasanya mengalami hambatan dalam memenuhi kebutuhannya sebagai seseorang yang sedang menimba ilmu, sehingga dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kegagalan, dan kegagalan inilah yang membuat individu merasa sangat tertekan sehingga mengalami kecemasan di bidang akademiknya. Kecemasan akademik adalah kekhawatiran yang membuat mahasiswa sulit untuk berkonsentrasi pada berbagai tugas akademik seperti membaca, menulis, mendengar, dan berbicara (Bandura, 1997).

Kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang bekerja paruh waktu memiliki beberapa faktor menurut (Zahidah & Naqiyah, 2020), yaitu faktor internal maupun eksternal. Faktor internal, yang berasal dari perasaan

dan pikiran cemas, seperti kondisi fisik yaitu gugup dan tremor. Adapun faktor eksternal dapat berupa pengasuhan orang tua yang otoriter, hubungan pendidikan mahasiswa yang buruk, dan mahasiswa yang takut bertanya tentang pelajaran. Semua faktor yang dijelaskan merupakan kecemasan yang dirasakan dan diterima oleh mahasiswa. Oleh karena itu perlu mengatasi kecemasan tersebut dengan melihat maupun menghadapi masalah dengan strategi *problem focused coping*.

Problem-focused coping merupakan upaya mengatasi kecemasan dengan mengendalikan dan mengubah masalah yang menimbulkan tekanan internal dan eksternal (Lazarus & Folkman, 1984). Individu yang menggunakan pendekatan ini secara aktif mengambil langkah-langkah secara langsung untuk mengatasi masalah dan mencari informasi yang relevan untuk menemukan solusi. Karena peneliti ingin mengetahui bagaimana usaha mahasiswa menghadapi tuntutan akademik, penelitian ini berfokus pada strategi coping yang dikenal dengan *problem focused coping*. Di antara tuntutan tersebut adalah upaya untuk memecahkan masalah yang secara langsung berdampak pada lingkungan kita dan diri kita sendiri. Karena menurut Pramadi (2003) tujuan utama *problemfocused coping* merupakan strategy mengatasi kecemasan yang berhasil menemukan dan mengatasi masalah dengan mempelajari strategi dan keterampilan baru untuk mengurangi kecemasan akademik pada mahasiswa.

Keberadaan *problem focused coping* sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi individu yang tidak bisa mengatasi secara langsung atau menghindari masalah yang sulit. Oleh karena itu, *problem focused coping* sangat penting untuk membantu dalam mengurangi kecemasan, dan diharapkan para mahasiswa yang bekerja paruh waktu bisa memiliki *problem focused coping* yang baik guna mengatasi kecemasannya. Studi yang dilakukan oleh Allen dan Leary (dalam (Pitasari & Estria, 2020)) mengungkapkan bahwa tingkat kedewasaan individu dalam menggunakan strategi coping berhubungan dengan kemampuan individu dalam menerapkan *problem focused coping* ketika menghadapi masalah. Hal ini

menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat kedewasaan coping yang tinggi cenderung mengadopsi pendekatan *problem focused coping* untuk mengatasi masalah. Hal ini sesuai juga dengan pernyataan (Tuasikal & Retnowati, 2019) yang menjelaskan beberapa mahasiswa sering menggunakan *problem focused coping* untuk mengatasi masalah dan hal ini dianggap efektif untuk mengurangi kecemasan.

Seperti yang dikatakan oleh Lazarus dan Folkman (dalam (Lestari, 2014)), orang cenderung menggunakan strategi ini ketika individu percaya dapat mengubah situasi. Dalam situasi seperti ini, orang mungkin merasa dapat mengambil tindakan konstruktif atau percaya bahwa sumber daya yang ada dapat memperbaiki situasi. Oleh karena itu, hampir semua orang yang terlibat dalam penelitian ini menggunakan strategi coping yang berfokus pada masalah. Penelitian lain oleh Nurrahmasia et al., (2021) menemukan korelasi yang signifikan antara skor kecemasan dan mekanisme coping. Tidak seperti peserta yang menggunakan *emotional focused coping*, peserta yang menggunakan *problem focused coping* mengalami penurunan kecemasan yang signifikan. Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh (Pitaloka & Mamahit, 2021) menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusaha untuk mengatasi kecemasan akademik dengan mencicil tugas yang telah diberikan oleh dosen pada saat individu memiliki waktu luang, seperti jam istirahat atau setelah bekerja. Perilaku ini termasuk dalam *problem focused coping*, karena mengatasi masalah secara langsung. Kemudian berikan motivasi kepada diri sendiri dengan melakukan hal-hal yang disukai, berlibur, dan sebagainya. Merokok adalah salah satu cara untuk mengatasi kecemasan akademik yang buruk. Lazarus menyatakan (dalam (Lubis, 2016)) bahwa tindakan ini dilakukan untuk memulihkan semangat dan memotivasi diri dalam menyelesaikan tugas sebagai strategi pengelolaan emosi.

Dukungan sosial adalah salah satu faktor lain yang dapat memengaruhi kecemasan akademik selain faktor-faktor yang telah disebutkan sebelumnya. Seperti yang dinyatakan oleh Goldberger and

Breznitz (Apollo & Cahyadi, 2012) orang tua, saudara kandung, pasangan, anak, saudara, teman, rekan kerja, dan tetangga dapat menjadi sumber dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akademik seseorang dapat dipengaruhi oleh dukungan dari teman, sahabat, atau teman sekelas. Menurut House (dalam Mashudi, 2012) dukungan teman sebaya terdiri dari empat komponen: emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi.

Macam-macam gejala mood (Psikologis) yang dijelaskan oleh (Holmes, 1991) yaitu rasa khawatir, tegang, panik, atau ketakutan. Mood (psikologis) individu yang mengalami kecemasan seperti prang yang merasa was-was, khawatir, gelisah, takut, tegang, gugup, dan tidak aman dapat mengatasi perasaan nyaman, dicintai, dan diperhatikan dengan mendapatkan elemen dukungan teman sebaya seperti dukungan emosional dan penghargaan berupa rasa empati dan perhatian. Ketika mahasiswa mendapatkan bantuan emosional dan dukungan penghargaan, individu merasa dapat mengurangi rasa kecemasan yang dirasakan saat bekerja paruh waktu disela-sela perkuliahannya.

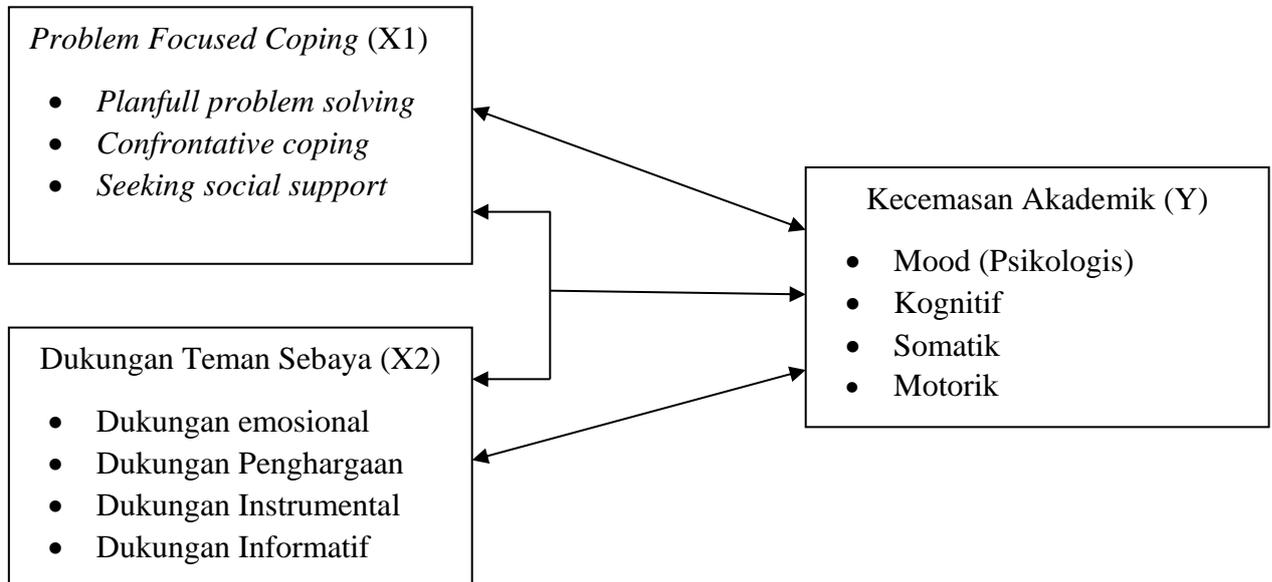
Leila (Setyaningsih & Mu'in, 2018) mengatakan bahwa dukungan sosial dapat memengaruhi timbulnya kecemasan melalui cara pertahanan terhadap kecemasan dengan melakukan hal-hal kegiatan yang penuh tekanan, mengurangi intensitasnya dan memodifikasi pikiran seseorang, sehingga akan lebih mudah dalam beradaptasi dengan situasi baru yang asing. Misalnya, jika seseorang mahasiswa yang baru memasuki dunia kerja merasa cemas atas situasi yang baru saja dialaminya, maka teman atau orang sekitar dapat menasehati dan memberikan saran dan motivasi, agar mahasiswa tidak merasa cemas. (Holmes, 1991) menjelaskan secara kognitif bahwa orang yang cemas terus khawatir tentang semua masalah yang mungkin terjadi. Ini menyebabkan individu bingung, lupa, tidak fokus, atau membuat keputusan. Aspek dukungan informasi dan dukungan instrumental dapat membantu mencapai hal ini. Misalnya, mahasiswa mendapat nasihat dari temannya yang bekerja paruh waktu dalam waktu

yang lama. Dari penjelasan ini dapat menunjukkan bahwa segala sesuatu di lingkungan kita dapat berfungsi sebagai dukungan sosial tergantung pada cara orang mempersepsikan itu sebagai dukungan sosial.

Holmes, 1991 menjelaskan bahwa gejala somatic (fisik dan biologis) gangguan kecemasan dibagi menjadi dua bagian. Yang pertama terdiri dari gejala langsung seperti sering berkeringat, sesak napas, detak jantung cepat, tekanan darah tinggi, sakit kepala, dan ketegangan otot. Yang kedua, yaitu jika rasa kecemasan terus-menerus dialami yang menyebabkan tekanan darah yang tinggi, sakit kepala, otot yang tegang, dan sering kali mual. Dukungan emosional dan instrumental dapat digunakan untuk mengatasi hal ini. Misalnya, siswa menerima kehangatan, perhatian, empati, materi, atau barang yang diinginkan untuk menjamin bahwa individu mendapatkan banyak perhatian dan peduli dari teman atau orang di sekitarnya. Seperti yang dijelaskan oleh (Sarafino, 1994) (dalam (Sasmita & Rustika, 2015)) yaitu terkait aspek dukungan penghargaan, dukungan ini melibatkan ekspresi seperti menyatakan persetujuan dan perasaan yang baik terhadap pikiran dan perasaan orang lain.

Dari penjelasan diatas antara *problem focused coping* dan dukungan sosial tersebut dapat berhubungan dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang sedang bekerja paruh waktu. Penting bagi mahasiswa untuk mengatur kecemasan melalui penerapan strategi coping dan kebutuhan akan dukungan sosial dari teman sebaya.

Tabel 2.1 Skema hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik



E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Terdapat hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.
- 2) Terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.
- 3) Terdapat hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandas pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif, dengan tujuan untuk menguji hipotesis. Jenis dalam penelitian ini yaitu korelasional. Penelitian korelasional adalah tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih (Sugiyono (2019: 16-17)).

B. Variabel Penelitian

Dua jenis variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel terikat (variabel dependent) dan variabel bebas (variabel independent). Menurut Sugiyono (2019: 69) Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Sedangkan variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variable terikat.

1. Variabel Bebas (X)

Variabel Bebas (X1) : *Problem Focused Coping*

Variabel Bebas (X2) : Dukungan Teman Sebaya

2. Variabel Terikat (Y) : Kecemasan Akademik

C. Definisi Operasional

1. Kecemasan Akademik

Kecemasan akademik adalah perasaan pada individu akan rasa khawatir akan ketidakmampuannya dibidang akademik sehingga dapat mengganggu dalam pelaksanaan tugas atau aktivitas yang berkaitan dengan perkuliahan dan sekolah.

2. *Problem Focused Coping*

Problem focused coping adalah usaha untuk mengatasi masalah dengan tujuan mengubah situasinya agar berdampak positif melalui keterampilan-keterampilan baru dengan mengatasi kecemasan secara langsung.

3. Dukungan Teman Sebaya

Dukungan teman sebaya adalah bantuan yang berasal dari teman dekat atau teman sebaya, memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, bantuan kepada individu serta memberikan informasi tentang apa yang diterima individu untuk bersosialisasi yang baik di lingkungan sekitar.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat dalam penelitian ini akan dilakukan di Kota Semarang

2. Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2023

E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019: 126) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. (Handayani, 2020) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan dari setiap elemen yang diteliti yang memiliki ciri-ciri yang sama. Ini dapat mencakup suatu kelompok, kejadian, atau objek yang akan diteliti. Populasi penelitian ini terdiri dari mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti oleh peneliti. Sugiyono (Sugiyono, 2011: 81) menyatakan bahwa sampel ini diambil karena dalam banyak kasus tidak memungkinkan diteliti seluruh anggota populasi, oleh karena itu dibentuk perwakilan anggota

populasi yang disebut sampel. Menurut Sugiyono(2019: 127) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Karena populasi yang sangat besar dan tidak diketahui jumlahnya, pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan rumus(Lemeshow, 1997)yaitu:

$$n = \frac{Z^2 \times P (1 - P)}{d^2}$$

Keterangan :

n = Jumlah sampel

Z = Nilai Z pada kepercayaan 95% = 1,96

P = Estimasi proporsi populasi yang tidak diketahui = 0,5

d = Sampling eror = 5%

Maka,

$$n = \frac{1,96^2 \times 0,5 (1 - 0,5)}{0,10^2}$$

$$n = \frac{3,8416 \times 0,25}{0,01} = 96,04 = 100$$

Maka diperoleh sampel minimal yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 96 responden yang dibulatkan menjadi 100 responden. Penelitian ini menggunakan rumus (Lemeshow, 1997) karena populasi yang sangat besar dan jumlahnya dapat berubah-ubah, sehingga dalam penelitian ini mengambil sampel sebanyak 100 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang sebagai responden.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *Teknik non probability sampling*. *Non probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan kesempatan kepada setiap orang didalam populasi untuk menjadi bagian dari sampel(Sugiyono, 2019: 131). Dalam pelaksanaannya menggunakan metode convenience

sampling yaitu teknik dengan pengambilan sampel sebagai responden berdasarkan siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti yang dapat digunakan sebagai sampel, apabila yang ditemui oleh peneliti cocok sebagai sumber data, maka responden akan dipilih sebagai sampel (Sugiyono, 2018). Responden yang diperlukan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang bekerja di Kota Semarang.

F. Teknik Pengumpulan Data

Data untuk penelitian ini dikumpulkan melalui kuesioner. Menurut Sugiyono(2019: 199)menyatakan bahwa kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.Responden diberikan pertanyaan yang tertulis untuk diisi secara jujur.Kuesioner pada penelitian ini menggunakan pertanyaan tertutup di mana peserta diminta untuk memilih salah satu jawaban yang tersedia. Kuesioner disebarakan melalui internet menggunakan formulir *google form* untuk mahasiswa yang bekerja paruh waktu di kota Semarang.Adapun metode skala digunakan yaitu dengan metode skala likert.Sugiyono (2019: 146) menyatakan bahwa skala likert adalah alat yang digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat dan tanggapan seseorang tentang fenomena sosial.

Peneliti akan menyusun dengan tiga skala, yaitu skala *problem focused coping*, skala dukungan teman sebaya, dan skala kecemasan akademik. Digunakan skala likert, yang terdiri dari dua pernyataan, masing-masing satu pernyataan positif (*favourable*) dan negative (*unfavourable*). Pernyataan *favourable* yaitu pernyataan yang mendukung indikator, skornya bergerak dari yang tertinggi sampai terendah yaitu Sangat Sesuai (SS=4), Sesuai (S=3), Tidak Sesuai (TS=2), Sangat Tidak Sesuai (STS=1). Sedangkan pernyataan *unfavourable* yaitu pernyataan yang sifatnya tidak mendukung indikator, skornya bergerak dari yang terendah ke tertinggi yaitu Sangat Sesuai (SS=1), Sesuai (S=2), Tidak Sesuai (STS=3) dan Sangat

Tidak Sesuai (STS=4). Skala yang disusun berdasarkan skala likert dimana terdapat 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

tabel 3. 1Penilaian Skala Likert

Kategori Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
SS (Sangat Sesuai)	4	1
S (Sesuai)	3	2
TS (Tidak sesuai)	2	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	4

a) Skala Kecemasan Akademik

Skala kecemasan akademik mengacu pada teori (Holmes, 1991)mengatakan aspek kecemasan akademik terdiri dari mood (psikologis), kognitif, somatik, dan motorik.

tabel 3. 2Blueprint Skala Kecemasan Akademik

No	Aspek	Indikator	No Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Psikologis	Perasaan tegang karena luapan emosi seperti khawatir, takut, dan gugup	1,2,3,4,5,8,13,20	6,7,10,12,18,24,30,37
2.	Motorik	Gemetar dan terburu-buru	9,11,15,19	14,25,26,33

3.	Kognitif	Merasa sulit berkonsentrasi, sulit dalam mengambil keputusan	16,17,28,31	21,27,34,38
4.	Somatik	Jantung berdebar cepat, Tangan mudah berkeringat	22,23,35,36	29,32,39,40
Total			20	20

b) Skala *Problem Focused Coping*

Skala *Problem Focused Coping* mengacu pada teori Lazarus & Folkman (1984), dalam teorinya mengatakan aspek *problem focused coping* terdiri dari *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking sosial support*.

tabel 3. 3 Blueprint Skala *Problem Focused Coping*.

No	Aspek	Indikator	No Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	<i>planfull Problem Solving</i>	Memikirkan pemecahan masalah	1,3	5,7
		Menyusun rencana pemecahan masalah agar dapat terselesaikan	4,8	2,9
2.	<i>Confrontative Coping</i>	Berpegang teguh pada pendirian untuk dapat menyelesaikan masalah	6,11	13,15

		Berani mengambil resiko ketika menyelesaikan masalah	10,12	14,17
3.	<i>Seeking Sosial Support</i>	Berusaha untuk mendapatkan bantuan orang lain	16,19	18,20
Total			10	10

c) Skala Dukungan Teman Sebaya

Menurut teori (Sarafino, 1998) skala dukungan mencakup berbagai aspek, termasuk dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi.

tabel 3. 4Blueprint Skala Dukungan Teman Sebaya

No	Aspek	Indikator	Jumlah Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Dukungan Emosional	Memperoleh empati, perhatian, dan kepedulian dari orang lain	1,2,4,6,8,26	3,5,7,9,10,12
2.	Dukungan penghargaan	Memperoleh ungkapan positif dari orang lain , Memperoleh dorongan untuk maju	11,13,15,34	14,20,22,27
3.	Dukungan Instrumental	Memperoleh bantuan langsung seperti	16,17,21,35	23,25,28,36

		tenaga, uang, dan waktu dari orang lain		
4.	Dukungan informatif	Memperoleh nasehat dan saran dari orang lain	24,30,31,33	18,19,29,32
Total			18	18

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut(Sugiyono, 2019)Validitas isi dapat digunakan pendapat ahli (expert judgement). Dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan yang berkompeten atau melalui expert judgment. Konsultasi ini dilakukan dengan dosen pembimbing untuk melihat kekuatan item butir. Selain dengan dosen pembimbing, instrumen ini juga dikonsultasikan dengan pakar ahli psikologi yang selanjutnya hasil konsultasi tersebut dijadikan masukan untuk menyempurnakan instrumen sehingga layak untuk mengambil data.Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji *correlation product moment* dengan menggunakan perangkat program *statistical product and service solution (SPSS)* versi 22 untuk menganalisis data tersebut.Item-item dianggap valid jika nilai indeks validitasnya $>0,3$, sedangkan jika nilai indeks $<0,3$, item-item dianggap tidak valid.

2. Reliabilitas

Menurut (Sugiyono, 2019)menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang

sama dengan menggunakan alat pengukur yang sama pula. Pengujian reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* dengan bantuan *statistical product and service solution (SPSS)* versi 22 dalam mengolahnya. Apabila *Cronbach's Alpha* $>0,60$ maka dapat dinyatakan reliabel.

3. Daya beda item

Setelah melakukan validitas isi kemudian dilanjutkan dengan melakukan uji daya beda item. Uji daya beda item dilakukan untuk melihat sejauh mana item mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki atribut dengan yang tidak memiliki atribut yang akan diukur (Azwar, 2000). Kemudian menghasilkan koefisien korelasi item total yang dapat dilakukan menggunakan koefisien korelasi Pearson Product Moment (Azwar, 2000). Uji daya beda item ini akan dilakukan pada alat ukur yang dalam penelitian ini adalah skala kecemasan akademik, *problem focused coping*, dan dukungan teman sebaya..

H. Hasil Uji Daya Beda Item dan Reliabilitas

Pada uji daya beda item dan reliabilitas, peneliti melakukan uji coba kepada 34 mahasiswa yang bekerja selain di kota Semarang. Perhitungan validitas dan reliabilitas dibantu menggunakan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 22.

1. Hasil Uji Beda Item

1) Skala Kecemasan Akademik

Uji coba skala kecemasan akademik memiliki 40 daya beda item. Berdasarkan hasil uji beda item, sebanyak 38 item dinyatakan valid dan 2 item dinyatakan gugur karena *Corrected Item Total* $<0,30$. Item yang gugur dalam skala kecemasan akademik antara lain yaitu nomor 7 dan 16. Berikut adalah blueprint hasil uji coba item skala kecemasan akademik yang akan dijadikan alat ukur dalam penelitian.

tabel 3. 5 Hasil Uji Coba Daya Beda Item Skala Kecemasan Akademik

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Psikologis	1,2,3,4,5,8,13,20	6,7*,10,12,18,24,30,37	15
2.	Motorik	9,11,15,19	14,25,26,33	8
3.	Kognitif	16*,17,28,31	21,27,34,38	7
4.	Somatik	22,23,35,36	29,32,39,40	8
Total		19	19	38

Keterangan: (*) adalah item gugur

2) Skala *Problem Focused Coping*

Uji coba skala *problem focused coping* memiliki 20 item. Berdasarkan hasil uji validitas sebanyak 18 item dinyatakan valid dan 2 item dinyatakan gugur karena *Corrected Item Total* <0,30. Item yang gugur dalam skala *problem focused coping* yaitu nomor 5 dan 17. Berikut adalah blueprint hasil uji coba item skala *problem focused coping* yang akan dijadikan alat ukur dalam penelitian.

tabel 3. 6 Hasil Uji Coba Daya Beda Item Skala *Problem Focused Coping*

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>planfull Problem Solving</i>	1,3,4,8	2,5*,7,9	7
2.	<i>Confrontative Coping</i>	6,10,11,12	13,14,15,17*	7

3.	<i>Seeking Sosial Support</i>	16,19	18,20	4
Total		10	8	18

Keterangan: (*) **adalah item gugur**

3) Skala Dukungan Teman Sebaya

Uji coba skala dukungan teman sebaya memiliki 36 item. Berdasarkan hasil uji validitas sebanyak 32 item dinyatakan valid dan 4 item dinyatakan gugur karena *Corrected Itam Total Correlation* <0,30. Item yang gugur dalam skala dukungan teman sebaya yaitu nomor 10,11,27,35. Berikut adalah blueprint hasil uji coba item skala dukungan teman sebaya yang akan dijadikan alat ukur dalam penelitian.

tabel 3. 7 Hasil Uji Coba Daya beda Item Skala Dukungan Teman Sebaya

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Dukungan Emosional	1,2,4,6,8,26	3,5,7,9, 10* ,12	11
2.	Dukungan penghargaan	11* ,13,15,34	14,20,22, 27*	6
3.	Dukungan Instrumental	16,17,21, 35*	23,25,28,36	7
4.	Dukungan informative	24,30,31,33	18,19,29,32	8
Total		16	16	32

Keterangan: (*) **adalah item gugur**

2. Hasil Uji Reliabilitas

1) Skala Kecemasan Akademik

Uji reliabilitas menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* menggunakan program *Statistical Product and Service Solution*

(SPSS) versi 22. Jika *Cronbach's Alpha* >0,60 maka dinyatakan reliable. Skala kecemasan akademik dengan 38 item valid menunjukkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,930 sehingga dapat dinyatakan reliable.

tabel 3. 8 Reliabilitas Skala Kecemasan Akademik

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.930	38

2) Skala *Problem Focused Coping*

Uji reliabilitas menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22. Jika *Cronbach's Alpha* >0,60 maka dinyatakan reliable. Skala *problem focused coping* dengan 18 item valid menunjukkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,866 sehingga dapat dinyatakan reliable.

tabel 3. 9 Reliabilitas Skala *Problem Focused Coping*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.866	18

3) Skala Dukungan Teman Sebaya

Uji reliabilitas menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* menggunakan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22. Jika *Cronbach's Alpha* >0,60 maka dinyatakan reliable. Skala dukungan teman sebaya dengan 32 item valid menunjukkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,927 sehingga dapat dinyatakan reliable.

tabel 3. 10 Reliabilitas Skala Dukungan Teman Sebaya

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.927	32

I. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Sugiyono (2017: 239) menyatakan bahwa uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah distribusi residual yang didapat normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data menggunakan Kolomogrov-Smirnov dengan menggunakan aplikasi *statistical product and service solution (SPSS)* versi 22, yang apabila nilai signifikansi >0.05 maka data memiliki distribusi secara normal, tetapi jika nilai signifikansi <0.05 maka data berkontribusi secara tidak normal.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menentukan apakah apakah variabel satu dengan variabel lain memiliki hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variable terikat. Dalam penelitian ini, uji linieritas menggunakan *Test for linearity* dalam program *statistical product and service solution (SPSS)* versi 22 dengan menggunakan teknik *Devation for linearity*, dimana keputusan dalam uji linieritas didasarkan pada nilai signifikansi antara dua variabel. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara dua variabel (Priyatno, 2010).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua menggunakan teknik *correlation product moment person*. Sedangkan untuk menguji hipotesis ketiga menggunakan

teknik korelasi berganda (*multiple correlation*) dengan menggunakan aplikasi *statistical product and service solution (SPSS)* versi 24. Teknik korelasi berganda digunakan untuk menunjukkan hubungan antara dua variable bebas atau lebih dengan satu variable terikat (Sugiyono, 2019), ketentuan nilai signifikansi $<0,05$ maka hipotesis akan diterima tetapi apabila nilai signifikansi $>0,05$ maka hipotesis ditolak.

BAB IV

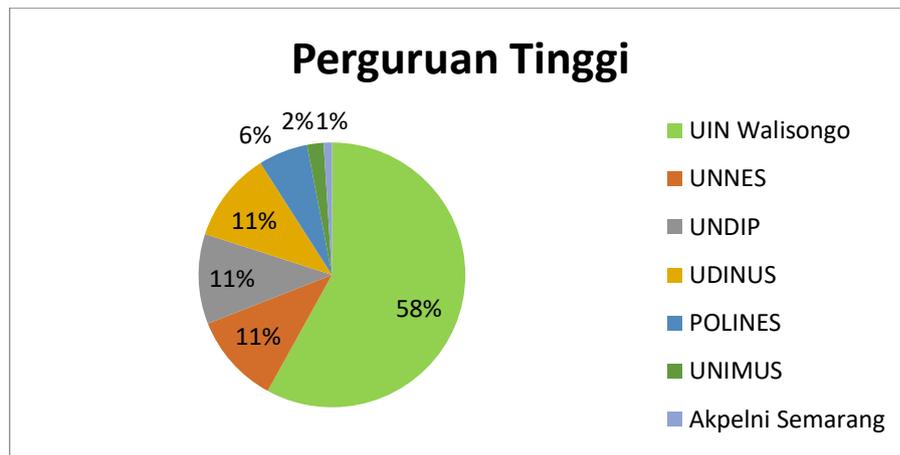
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Pengambilan sampel dilakukan melalui kuesioner yang dibagikan menggunakan media google form. Berikut deskripsi subjek berdasarkan Perguruan tinggi dan jenis kelamin.

a. Berdasarkan Universitas

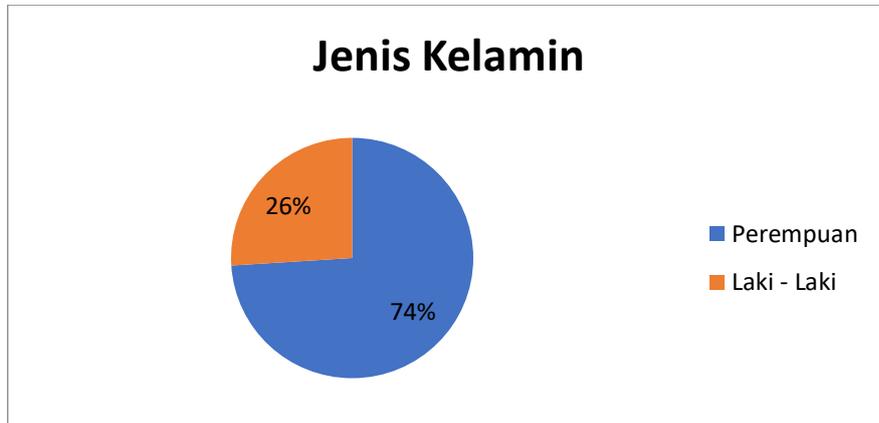
Tabel 4. 1 Karakteristik subjek berdasarkan Perguruan tinggi



Sebaran subjek berdasarkan data perguruan tinggi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari total subjek 100 orang mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Semarang. Pada mahasiswa UIN Walisongo berjumlah 58 subjek (58%), Mahasiswa UNNES 11 orang (11%), mahasiswa UNDIP 11 orang (11%), mahasiswa POLINES 6 orang (6%), mahasiswa UNIMUS 2 orang (2%), mahasiswa AKPELNI Semarang 1 orang (1%).

b. Berdasarkan Jenis Kelamin

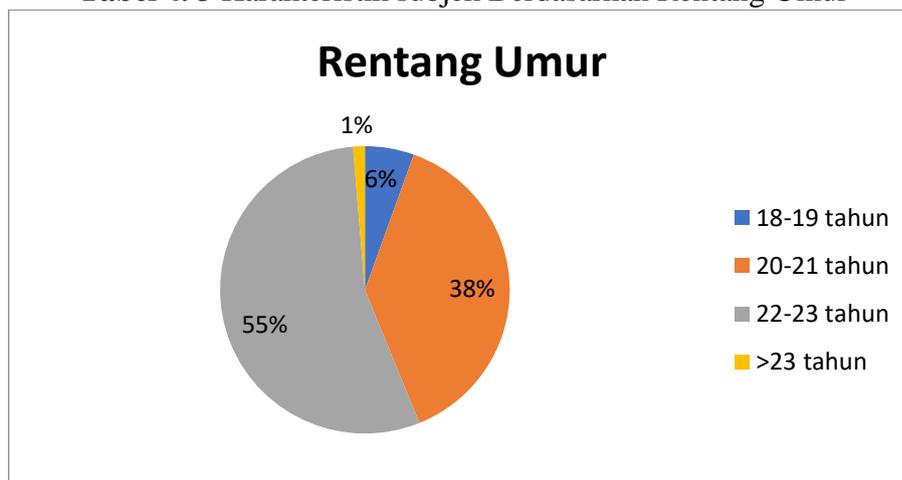
Tabel 4. 2 Karakteristik subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



Sebaran subjek berdasarkan data jenis kelamin dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari total subjek 100 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Semarang terdapat 26 subjek (26%) berjenis kelamin laki-laki dan 74 subjek (74%) berjenis kelamin perempuan.

c. Berdasarkan Rentang Umur

Tabel 4. 3 Karakteristik subjek Berdasarkan Rentang Umur



Sebaran subjek berdasarkan data jenis kelamin dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari total subjek 100 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Semarang terdapat 5 (5%) mahasiswa berumur 18-19 tahun, 35 (35%)

mahasiswa berumur 20-21 tahun, 50 (50%) mahasiswa berumur 22-23 tahun dan 10 (10%) mahasiswa berumur diatas 23 tahun.

B. Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dikategorikan dengan skor rata-rata dan skor standar deviasi pada setiap variabel penelitian, kemudian dikategorikan menjadi 4 kategori yaitu

Tabel 4. 4 Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$X < (M - 1SD)$	Rendah
$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	Sedang
$(M + 1SD) \leq X$	Tinggi

μ : Mean hipotetik δ : Standar deviasi hipotetik

Tabel 4.4 menyajikan klasifikasi rentang skor berdasarkan nilai rata-rata (M) dan standard deviasi (SD). Terdapat tiga kategori skor, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Skor rendah, terletak di bawah rata-rata dikurangi satu standard deviasi (M-1SD), menandakan bahwa nilai yang diperoleh berada di bawah rata-rata. Skor sedang, berkisar antara rata-rata dikurangi satu standard deviasi (M-1SD) hingga rata-rata ditambah satu standard deviasi (M+1SD), mengindikasikan nilai yang beradasekitar rata-rata. Sementara skor tinggi, melebihi rata-rata ditambah satu standard deviasi (M+1SD), menunjukkan bahwa nilai yang diperoleh berada di atas rata-rata. Analisis hasil penelitian atau survey dapat dilakukan dengan merujuk pada interpretasi table ini.

1) Deskripsi Data Skala Kecemasan akademik

Tabel 4. 5 Hasil *Descriptive Statistics* Skala Kecemasan Akademik

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan akademik	100	70,00	114,00	90,7100	7,11847
Valid N (listwise)	100				

Berdasarkan tabel diatas skor minimum skala kecemasan akademik sebesar 70 dan skor maksimum bernilai 114, nilai mean sebesar 90,71 dan nilai standar deviasi 7,11847. Data dari setiap responden akan dikategorikan menjadi tiga, yaitu kategori rendah, sedang, dan tinggi. Skor kecemasan akademik dikategorikan sebagai berikut.

Tabel 4. 6 Katagori skor kecemasan akademik

Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 83,59$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$83,59 \leq X < 97,83$
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$	$X \leq 97,83$

μ : Mean hipotetik σ : Standar deviasi hipotetik

Berdasarkan tabel di atas, kategori skor rendah apabila nilai skor lebih kecil dari 83,59, kategori skor sedang apabila nilai skor berada di angka 83,59 sampai 97,83, dan kategori skor tinggi apabila nilai skor lebih besar atau sama dengan 97,83.

Tabel 4. 7 Katagori skor kecemasan akademik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	14.0	14.0	14.0
	Sedang	69	69.0	69.0	83.0
	Tinggi	17	17.0	17.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 100 reseponden yang mengikuti penelitian, 14 responden (14%) memiliki skor kecemasan akademik rendah, 69 responden (69%) memiliki skor kecemasan akademik sedang, dan 17 responden (17%) memiliki skor kecemasan akademik tinggi. Skor kecemasan akademik rendah menunjukkan bahwa mahasiswa tidak

mengalami kecemasan yang signifikan dalam situasi akademik. Skor kecemasan akademik sedang menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kecemasan yang moderat dalam situasi akademik. Skor kecemasan akademik tinggi menunjukkan bahwa siswa mengalami kecemasan yang tinggi dalam situasi akademik. Secara umum, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini memiliki skor kecemasan akademik sedang. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan akademik merupakan hal yang wajar dialami oleh siswa dalam situasi akademik. Namun, penting untuk dicatat bahwa kecemasan akademik yang tinggi dapat mengganggu proses belajar siswa.

2) Deskripsi Data *Problem Focused Coping*

Tabel 4. 8 Hasil *Descriptive Statistics Data Problem Focused Coping*

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Problem Focused Coping</i>	100	31,00	46,00	40,3500	3,09896
Valid N (listwise)	100				

Variabel *Problem Focused Coping* memiliki skor minimum sebesar 31 dan skor maksimum bernilai 46, nilai mean sebesar 40,35 dan nilai standar deviasi pada skala kecemasan akademik bernilai 3,09896. Data dari setiap responden akan dikategorikan menjadi kategori rendah, sedang, dan tinggi. Skor *problem focused coping* dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 4. 9Kategori skor *Problem Focused Coping*

Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 37,25$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$37,25 \leq X < 43,45$
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$	$X \leq 43,45$

Berdasarkan tabel di atas, kategori skor rendah apabila nilai skor lebih kecil dari 37,25, kategori skor sedang apabila nilai skor berada di angka 37,25 sampai 43,45, dan kategori skor tinggi apabila nilai skor lebih besar atau sama dengan 43,45.

Tabel 4. 10 Kategori skor Descriptive Statistics Data *Problem Focused Coping*

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	18	18.0	18.0	18.0
	Sedang	68	68.0	68.0	86.0
	Tinggi	14	14.0	14.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.10, dari 100 responden yang terlibat dalam penelitian, 18 responden (18%) menunjukkan tingkat *problem focused coping* rendah, 68 responden (68%) memiliki tingkat *problem focused coping* sedang, dan 14 responden (14%) menunjukkan tingkat *problem focused coping* tinggi. Skor *problem focused coping* rendah menandakan bahwa mahasiswa kurang memiliki keterampilan dalam menangani masalah secara langsung, mungkin cenderung menghindari atau bergantung pada bantuan orang lain. Skor *problem focused coping* sedang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keterampilan moderat dalam menangani masalah secara langsung, mampu mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah secara efektif. Skor *problem focused coping* tinggi menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keterampilan yang baik dalam menangani masalah secara langsung, dapat mengidentifikasi, merencanakan, dan melaksanakan solusi secara efektif. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini memiliki skor *problem focused coping* sedang, menunjukkan bahwa mayoritas dari mahasiswa memiliki keterampilan yang memadai dalam menangani masalah secara langsung. Meskipun demikian, perlu diperhatikan bahwa mahasiswa dengan skor *problem focused coping* rendah atau tinggi mungkin memerlukan dukungan tambahan untuk mengembangkan keterampilan coping mahasiswa.

3) Deskripsi Data Dukungan Teman sebaya

Tabel 4. 11 Hasil *Descriptive* Dukungan Teman Sebaya

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Teman Sebaya	100	52.00	95.00	78.2300	6.13461
Valid N (listwise)	100				

Dukungan teman sebaya memiliki skor minimum sebesar 52 dan skor maksimum sebesar 95, nilai mean sebesar 78,23 dan nilai standar deviasi pada dukungan teman sebaya bernilai 6.13461. Data dari setiap responden akan dikategorikan menjadi kategori rendah, sedang, tinggi. Skor dukungan teman sebaya dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 4. 12 Kategori skor Dukungan Teman Sebaya

Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 72,49$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$72,49 \leq X < 84,37$
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$	$X \leq 84,37$

Berdasarkan tabel di atas, kategori skor rendah apabila nilai skor lebih kecil dari 72,49, kategori skor sedang apabila nilai skor berada di angka 72,49 sampai 84,37, dan kategori skor tinggi apabila nilai skor lebih besar atau sama dengan 84,37.

Tabel 4. 13 Kategori skor Descriptive Statistics Data Dukungan Teman Sebaya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	12	12.0	12.0	12.0
	Sedang	79	79.0	79.0	91.0
	Tinggi	9	9.0	9.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel di atas, dari 100 responden yang berpartisipasi dalam penelitian, 12 responden (12%) mengalami kurangnya dukungan teman sebaya, sementara 79 responden (79%) memiliki tingkat dukungan teman sebaya yang sedang, dan 9 responden (9%) menunjukkan skor dukungan teman sebaya tinggi. Dukungan teman sebaya rendah mengindikasikan bahwa partisipan tidak mendapatkan dukungan yang memadai dari lingkaran sosialnya, yang dapat berdampak pada perasaan kesepian, isolasi, dan kurangnya sumber dukungan emosional, instrumental, atau informatif. Sebaliknya, tingkat dukungan teman sebaya sedang menandakan bahwa partisipan memiliki dukungan yang memadai dari lingkungan sekitarnya, sementara skor dukungan teman sebaya tinggi mencerminkan adanya dukungan yang sangat baik dari orang lain. Kesimpulannya, mayoritas partisipan dalam penelitian ini mengalami tingkat dukungan teman sebayasedang, menunjukkan bahwa sebagian besar dari mahasiswa memiliki dukungan yang memadai untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Meski demikian, perludi ingat bahwa partisipan dengan skor rendah atau tinggi mungkin membutuhkan dukungan tambahan guna meningkatkan kualitas hidup individu.

C. Analisis Data

1. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Tabel 4. 14 Hasil Uji Normalitas Kolmogrov Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual	
N		100	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	6.65964365	
Most Extreme Differences	Absolute	.047	
	Positive	.047	
	Negative	-.041	
Test Statistic		.047	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.	.866	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.857
		Upper Bound	.875

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui pendistribusian data berjalan dengan normal atau sebaliknya. Uji normalitas dilakukan dengan *One Simple Kolmogorov-Smirnov Z* pada *SPSS versi 24.0 for Windows*. Data dikatakan berdistribusi dengan normal apabila hasil uji normalitas lebih besar dari 0,05 atau ($p > 0,05$), sedangkan data yang tidak berdistribusi normal apabila hasil ujian normalitas kurang dari 0,05 atau ($p < 0,05$). Uji normalitas pada penelitian ini memperoleh nilai signifikan 0,200 ($0,200 > 0,05$) sehingga dinyatakan bahwa data penelitian ini berdistribusi dengan normal.

2) Uji Linieritas

Uji linieritas berguna untuk mengetahui hubungan linier kedua variabel. Uji linieritas menggunakan uji Flinier dengan *SPSS versi 24.0 for Windows*. Apabila signifikansi $p < 0,05$.

Tabel 4. 15 Hasil uji linearitas X1 terhadap Y (*Problem focused coping* terhadap Kecemasan Akademik)

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Akademik * Problem Focused	Between Groups	(Combined)	4476.479	14	319.749	50.320	.000
		Linearity	3634.313	1	3634.313	571.951	.000
		Deviation from Linearity	842.166	13	64.782	10.195	.000
	Within Groups		540.111	85	6.354		
	Total		5016.590	99			

Berdasarkan uji linearitas antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik menunjukkan nilai signifikansi *linearitas* sebesar 0,000 maka kedua variable tersebut dinyatakan memiliki hubungan yang *Linear* karena nilai signifikansi *linearity* (0.000) kurang dari 0,05.

Tabel 4. 16 Hasil uji linearitas X2 terhadap Y (Dukungan teman sebaya terhadap Kecemasan Akademik)

ANOVA Table			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecemasan Akademik * Dukungan Sosial	Between Groups	(Combined)	4596.532	26	176.790	30.723	.000
		Linearity	3490.775	1	3490.775	606.646	.000
		Deviation from Linearity	1105.757	25	44.230	7.687	.000
	Within Groups		420.058	73	5.754		
	Total		5016.590	99			

Berdasarkan uji linearitas antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik menunjukkan nilai signifikansi *linearitas* sebesar 0,00, maka kedua variable tersebut dinyatakan memiliki hubungan yang *Linear* karena nilai signifikansi *linearity* (0.000) kurang dari 0,05.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan mengetahui hubungan kedua variabel. Uji hipotesis menggunakan teknik *product moment pearson*. Dengan ketentuan nilai signifikansi <0,05 maka hipotesis diterima dan jika nilai signifikansi >0,05 maka hipotesis ditolak (Priyatno, 2010: 123).

Pedoman Derajat Hubungan:

Nilai *pearson correlation* 0,00 s/d 0,199 = tidak ada korelasi

Nilai *pearson correlation* 0,20 s/d 0,399 = korelasi lemah

Nilai *pearson correlation* 0,40 s/d 0,499 = korelasi sedang

Nilai *pearson correlation* 0,60 s/d 0,799 = korelasi kuat

Niali *pearson correlation* 0,80 s/d 1,000 = korelasi sempurna

Uji Hipotesis Pertama

Uji hipotesis pertama pada penelitian ini adalah adanya hubungan antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

Tabel 4. 17 Hasil uji hipotesis pertama

		Problem Focused	Kecemasan Akademik
Problem Focused	Pearson Correlation	1	-.851**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Kecemasan Akademik	Pearson Correlation	-.851**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

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

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa korelasi dari variabel *problem focused coping* (X1) dengan variabel kecemasan akademik (Y) menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (kurang dari 0,05). Sedangkan nilai *pearson correlation* sebesar -0,851 yang menunjukkan adanya korelasi antara kedua variabel dengan tingkat koefisien korelasi sangat kuat bersifat negatif. Sehingga hipotesis pertama dinyatakan diterima.

Uji hipotesis kedua

Uji hipotesis kedua pada penelitian ini adalah adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

Tabel 4. 18 Hasil uji hipotesis kedua

		Dukungan teman sebaya	Kecemasan Akademik
Dukungan teman sebaya	Pearson Correlation	1	-.834**
	Sig. (2-tailed)		.000

Kecemasan Akademik	N	100	100
	Pearson Correlation	-.834**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa korelasi dari variabel dukungan teman sebaya (X2) dengan variabel kecemasan akademik (Y) menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (kurang dari 0,05). Sedangkan nilai pearson correlation sebesar -0,834 yang menunjukkan adanya korelasi antara kedua variabel dengan tingkat koefisien korelasi sangat kuat bersifat negatif. Sehingga hipotesis kedua dinyatakan diterima.

Uji Hipotesis ketiga

Uji hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah adanya hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebayadengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis Ketiga

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df 1	df 2	Sig. F Change
1	.864 ^a	.747	.742	3.61529	.747	143.407	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), dukungansosialtemansebaya, problem focused coping

Berdasarkan tabel diatas diketahui jika nilai signifikansi koefisien korelasi berganda sebesar $0.000 < 0,05$ maka korelasi antara tiga variabel dinyatakan signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,747 menunjukkan koefisien korelasi kuat, sehingga hipotesis ketiga dinyatakan diterima.

Berdasarkan hasil analisis dari ketiga hipotesis diatas dapat disimpulkan bahwa: *pertama*, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *problem*

focused coping dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. *Kedua*, yang menunjukkan variable dukungan teman sebaya memiliki korelasi negatif pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Ketiga, terdapat hubungan yang kuat antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja.

D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecemasan akademik dan *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya terhadap mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. Penelitian ini memperoleh sampel sebanyak 100 mahasiswa. Diantaranya mahasiswa UIN Walisongo berjumlah 58 subjek (58%), Mahasiswa UNNES 11 orang (11%), mahasiswa UNDIP 11 orang (11%), mahasiswa POLINES 6 orang (6%), mahasiswa UNIMUS 2 orang (2%), mahasiswa AKPELNI Semarang 1 orang (1%). Lalu berdasarkan jenis kelamin diperoleh Dalam pengolahan data, penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 22 for Windows. 100 mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Semarang terdapat 26 subjek (26%) berjenis kelamin laki-laki dan 74 subjek (74%) berjenis kelamin perempuan.

Hipotesis pertama menunjukkan adanya korelasi antara *problem focused coping* (X1) dengan kecemasan akademik (Y1) pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang dengan nilai koefisien korelasi $-0,851$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,000$ yang berarti $0,000 < 0,05$, dengan nilai tersebut mengatakan bahwa *problem focused coping* dengan kecemasan akademik memiliki korelasi dan signifikan, dengan kategori korelasi sangat kuat. Hubungan negatif ini menunjukkan bahwa tingginya *Problem focused coping* yang dirasakan oleh mahasiswa, diikuti pula oleh menurunnya kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. Sebaliknya rendahnya *Problem focused coping* yang dirasakan oleh mahasiswa, diikuti dengan meningkatnya kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang.

Hasil penelitian yang selaras dilakukan oleh Novitasari (2022) yang menunjukan bahwa *problem focused coping* dengan kecenderungan kecemasan memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,781$ dan nilai

signifikansi 0,000. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Saputri & Wulanyani (2019) dengan hasil analisis korelasi *pearson product moment* sebesar 0,681 dan signifikansi sebesar 0,000 yang berarti bahwa *problem focused coping* memiliki korelasi dengan kecemasan mahasiswa yang menyusun skripsi. Penelitian lain juga dilakukan oleh Hariadi & Gondohanindijo (2021) yang mendapati hasil bahwa tingkat kecemasan belajar siswa pada pelajaran matematika mengalami penurunan dari kategori tinggi kesedang dan terbukti efektif bahwa *problem focused coping* dapat mengatasi stres belajar siswa. Hasil analisis data dalam variabel Skala *Problem Focused Coping* mendapatkan skor rerata empiric sebesar 47.5%, skor ini berada dalam kategori sedang (dibawah skor rata-rata).

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu yang menggunakan *problem focused coping* sebagai solusi untuk memecahkan masalah terhadap rasa khawatir yang dirasa di perkuliahan dapat mengurangi tingkat kecemasan akademik itu sendiri, hal ini karena strategi *problem focused coping* memiliki kebiasaan dalam menghadapi masalah dengan cara menganalisis dan fokus pada masalahnya, sehingga memiliki tujuan yang jelas untuk menyelesaikan masalah pada sumbernya. Sumber masalah pada penelitian ini yaitu kecemasan akademik yang dirasakan mahasiswa yang sedang bekerja sambil kuliah. Dalam penelitian ini aspek-aspek *problem focused coping* seperti *planful problem solving*, *confrontative coping*, *seeking sosial support* memiliki keterkaitan dengan salah satu aspek kecemasan akademik menurut Pekrun et al., 2005 yaitu *class related anxiety* rasa khawatir akan ketidakmampuannya di bidang akademik berkaitan dengan aspek *problem focused coping* yaitu *planning problem solving*: melakukan perencanaan untuk mengatasi masalah yang ada dan aspek *seeking social support*: mendapatkan dukungan dari orang lain. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pitaloka & Mamahit, 2021) menunjukkan bahwa mahasiswa yang berusaha untuk mengatasi kecemasan akademik dengan mencicil tugas yang telah diberikan oleh dosen pada saat individu memiliki waktu luang, seperti jam istirahat atau setelah bekerja Perilaku ini termasuk dalam *problem focused coping*, karena mengatasi masalah secara langsung. Kemudian mendapatkan motivasi dari orang sekitar dan diri sendiri dengan melakukan hal-hal yang disukai, berlibur, dan sebagainya. Hal ini sejalan dengan penelitian Bakhtiar dan Asriani (2015) yang mengatakan bahwa strategi *problem focused coping* efektif dalam meningkatkan pengelolaan stress.

Hipotesis kedua pada penelitian ini diketahui bahwa variable dukungan teman sebaya (X2) dengan variable kecemasan akademik (Y) menghasilkan nilai signifikansi sebesar $0,000 > 0,05$. Sedangkan nilai pearson correlation sebesar 0,834 yang menunjukkan kedua variabel terdapat korelasi yang kuat. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingginya dukungan teman sebaya yang diterima oleh mahasiswa, diikuti pula oleh menurunnya kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. Sebaliknya rendahnya dukungan teman sebaya yang diterima oleh mahasiswa, diikuti dengan meningkatnya kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang.

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian (Misalia et al., 2022), yang mengungkapkan bahwa semakin tinggi dukungan teman sebaya yang diterima seorang mahasiswa maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Aulya et al. (2022), Eva et al. (2020) dan Sugiharno et al. (2022), yang menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan akademik pada teman sebaya merupakan faktor yang mempengaruhi menurunnya kecemasan akademik yang dirasakan oleh mahasiswa. Dukungan sosial yang didapatkan mahasiswa yang bekerja paruh waktu dari teman sebaya dapat berpengaruh pada rendahnya kecemasan akademik yang dialami.

Aspek kecemasan menurut akademik yaitu mood (psikologis) : khawatir, panik dan, gelisah, kognitif : bingung, sulit untuk fokus atau mengambil keputusan dan mengingat, somatik : pusing, mual, tegangnya otot-otot dan motorik : gemetar, suara terbata-bata. Berkaitan dengan aspek dukungan sosial yang dijelaskan oleh House (Mashudi, 2012) terdapat empat aspek yaitu dukungan emosional : turut empati, memberikan perhatian dan kasih sayang, dukungan penghargaan : memberikan ungkapan positif kepada orang yang bersangkutan dan memberi dorongan untuk maju, dukungan instrument : bantuan langsung seperti meminjamkan buku, laptop, uang atau sesuatu yang dibutuhkan, dukungan informasi : nasihat, saran, informasi yang dibutuhkan. Dukungan sosial sangat penting bagi kehidupan sosial manusia. Menurut eksin Suandari & Priastana (2020) hal ini terbukti dengan adanya masalah psikologis seperti depresi, kesepian, dan kecemasan dapat berkurang dengan adanya dukungan sosial yang diterima. Menurut

Ditzen et al. (2008) dengan pemberian dukungan sosial efektif dalam mengatasi kecemasan atau tekanan psikologis terhadap situasi yang mengancam dan menekan serta dapat mengurangi respon fisiologis terhadap kecemasan. Dukungan sosial yang diterima oleh individu membuat dirinya merasa bahwa diperhatikan karena adanya bantuan serta pertolongan yang didapat, sehingga dapat membantu unggul dalam belajar dan memiliki pemahaman yang lebih baik karena terhindar dari gangguan psikologis seperti kecemasan, sehingga dukungan sosial mengacu pada adanya rasa diperhatikan, dicintai, dihormati dan dihargai oleh orang sekitarnya (Kumalasari & Munawaroh, 2022).

Uji hipotesis ketiga pada penelitian ini adalah adanya hubungan antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Berdasarkan table 4.19 diketahui jika nilai signifikansi koefisien korelasi berganda sebesar $0.000 < 0,05$ maka korelasi antara tiga variable dinyatakan signifikan. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,747 menunjukkan koefisien korelasi kuat, hal ini menunjukkan bahwa *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. Sesuai dengan pernyataan Coleman (2008) bahwa tingkat kecemasan tergantung dari pengalaman-pengalaman individu, yang nantinya akan memengaruhi individu dalam menghadapi keadaan yang menimbulkan kecemasan.

Dalam penelitian ini aspek aspek *problem focused coping* seperti *planful problem solving*, *confrontative coping*, *seeking sosial support*, kemudian aspek dari dukungan teman sebaya yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi, sedangkan aspek kecemasan akademik yaitu mood (psikologis), kognitif, somatic, dan motorik. Aspek *planfull problem solving* dan dukungan informasi memiliki hubungan dengan aspek mood (psikologis) dan kognitif, ketika mahasiswa mengalami kekhawatiran, sulit untuk fokus dan mengambil keputusan mahasiswa cenderung untuk mencoba berkonsentrasi pada pemecahan masalah dengan menyusun rencana yang matang dan mengeksekusinya dengan menggunakan sumber daya yang dimiliki dan meminta atau menerima dukungan dari teman sebayanya berupa nasihat dan masukan untuk menyelesaikan masalahnya.

Pada penelitian ini *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya adalah variable yang berkontribusi pada kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. *Problem focused coping* yang harus dilakukan mahasiswa untuk mengurangi tingkat kecemasan akademik yang tinggi dan juga dukungan teman sebaya yang juga baik untuk mengurangi kecemasan akademik mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan R. S. Lazarus & Folkman (1987) bahwa *problem focused coping* merupakan suatu usaha untuk mengatasi situasi permasalahan dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapinya dan lingkungan yang menyebabkan terjadinya tekanan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pitaloka & Mamahit (2021) yang juga menunjukkan hasil bahwa strategi *problem focused coping* berpengaruh terhadap pengurangan kecemasan akademik. Sejalan dengan Amseke (2018), ketika individu sedang mengalami masalah baik ringan maupun berat, maka individu tersebut akan berusaha mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai. Oktariani (2019), menyatakan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial yang lebih tinggi akan memiliki pikiran lebih positif terhadap situasi sulit dibandingkan dengan individu atau mahasiswa yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah. Dukungan sosial teman sebaya pada penelitian ini dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah-masalah yang terjadi baik di lingkungan kampus maupun di lingkungan kerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang jelaskan diatas, peneliti sadar penelitian ini memiliki kekurangan atau keterbatasan antara lain penelitian ini dilaksanakan secara *online* dengan membagikan link *google form* sebab jangkauan populasi yang luas dan membutuhkan waktu yang efisien untuk menyelesaikan pengumpulan data. Namun penelitian ini juga memiliki keunggulan dari penelitian-penelitian sebelumnya yaitu menggunakan tiga variable yaitu *problem focused coping*, dukungan teman sebaya, dan kecemasan akademik di Kota Semarang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada Mahasiswa di Kota Semarang yang bekerja paruh waktu dengan subjek sebanyak 100 mahasiswa, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: yang *pertama* terdapat hubungan yang sangat kuat bersifat negatif antara *problem focused coping* dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Semarang yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *problem focused coping* yang dilakukan mahasiswa akan semakin berkurang tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang. Begitupun sebaliknya. *Kedua*, dukungan teman sebaya dengan variabel terdapat hubungan yang kuat antara *problem focused coping* dan dukungan teman sebaya dengan kecemasan akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Semarang.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu

Mahasiswa yang sedang kuliah dengan bekerja paruh waktu diharapkan meningkatkan dan mempertahankan coping stress melalui metode *problem focused coping* sebagai salah satu alternatif dalam mengatasi kecemasan akademik yang sedang dialami dengan cara konsentrasi dalam melakukan pekerjaan, membuat rencana dengan matang dan berusaha mengubah lifestyle dengan tujuan agar masalah yang sedang dihadapi berangsur-angsur selesai serta berusaha mengatasi masalah dengan meminta bantuan dari teman, keluarga, maupun tenaga profesional.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menggali dan mencari dalam mengenai faktor-faktor kecemasan akademik lainnya, dengan subjek yang representatif guna mendapatkan data yang lebih akurat dan luas terkait

penyebab utama kecemasan akademik yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisty, N. D. (2020). *Coping stress mahasiswa akhir yang bekerja part time*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Adnan, A. Z., Fatimah, M., Zulfia, M., & Hidayati, F. (2016). Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri remaja Desa Wonoayu Kecamatan Wajak. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 13(2), 53–58.
- Agus Mulyana, Farid Soleh Nurdin, & Dini Nurfatwa. (2022). Prokrastinasi akademik, *emotion focused coping*, dan kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 68–78. <https://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.815>
- Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65–81.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik peran ganda perempuan menikah yang bekerja ditinjau dari dukungan sosial keluarga dan penyesuaian diri. *Widya Warta Jurnal Ilmiah*, XXXVI(2), 254–271.
- Aulia, M. S., & Amini, S. (2023). *Hubungan strategi koping dan efikasi diri dengan kecemasan akademik pada mahasiswa saat pembelajaran daring*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aulya, A., Lubis, H., & Rasyid, M. (2022). Pengaruh kerinduan akan rumah dan kelekatan teman sebaya terhadap stres akademik. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 307–319.
- Badan Pusat Statistik Kota Semarang. (2021). *Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin 2019-2021 (jiwa)*.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. W.H Freeman And Company.
- Cahyandari, R. (2019). Peran spiritual emotional freedom technique dalam penanganan nosocomephobia. *ESOTERIK*, 5 (2), 282-303. <https://doi.org/10.21043/esoterik.v5i2.6514>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). *Social support and health*. Academic Press.
- Cowie, H., & Wallace, P. (2000). *Peer support in action: From by standing to standing*. Sage Publications.
- Ditzen, B., Schmidt, S., Strauss, B., Nater, U. M., Ehlert, U., & Heinrichs, M. (2008). Adult attachment and social support interact to reduce psychological but not cortisol responses to stress. *Journal of Psychosomatic Research*, 64(5), 479–486.
- Djiwandono, S. T. E. W. (2002). *Psikologi pendidikan*. Gramedia.
- Eva, N., Shanti, P., Hidayah, N., & Bisri, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan religiusitas sebagai moderator. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 122–131.
- Fadlan, Z. (2019). *Hubungan problem focused coping dengan academic stress pada siswa kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah*. UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Firmantyo, T., & Alsa, A. (2017). Integritas akademik dan kecemasan akademik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 1-11. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.959>
- Handayani, R. (2020). *Metodologi penelitian sosial*. Trussmedia Grafika.
- Hariadi, L., & Gondohanindijo, J. (2021). Model koping untuk mengatasi stres belajar matematika melalui aplikasi berbasis media pembelajaran interaktif (mpi) pada siswa sekolah dasar. *Prosiding Konferensi Ilmiah Pendidikan*, 2, 31–46.
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, H. F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 101-116. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2214>
- Holmes, D. S. (1991). *Abnormal psychology*. Harper Collins.
- Ismail, W., Damayanti, E., Nurpahmi, S., Hjh, D., Awg, T., & Hamid, H. (2021). Coping strategy and substance use disorders: The mediating role of drug hazard knowledge. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(2), 171–

186. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i2.8185>

- King, J. E. (2003). Nontraditional attendance and persistence: the cost of students choices. *New Directions for Higher Education*, 121, 69-83.
- Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M. F. H., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their associations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 263-278. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.13371>
- Kumalasari, D. T., & Munawaroh, E. (2022). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial terhadap kematangan emosi di SMA Negeri 5 Semarang. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 8(2), 117–127.
- Kurniawan, T., Pratitis, N. T., & Efendy, M. (2020). *Hubungan antara Self Regulated Learning dan Problem Focused Coping pada Mahasiswa di Surabaya yang Menempuh Program Skripsi dalam Situasi Pandemi Covid-19*. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141–169.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and coping*. Springer Publishing Company, Inc.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., Lwangga, S. K., & Pramono, D. (1997). *Besar sampel dalam penelitian kesehatan*. Gadjah Mada University.
- Lestari, D. W. (2014). Penerimaan diri dan strategi coping pada remaja korban perceraian orang tua. *Journal Psikologi*, 2(1), 1–13.
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98.
- Lubis, N. L. (2016). *Depresi: Tinjauan psikologi (Pertama)*. Kencana.
- Mar'ati, R., & Chaer, M. T. (2017). Pengaruh pembacaan dan pemaknaan ayat-ayat al-qur'an terhadap penurunan kecemasan pada santriwati. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 30-48. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v1i1.966>
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101–107.

- Mashudi, F. (2012). *Psikologi konseling*. IRCISOO 2012.
- Misalia, R., Zukhra, R. M., & Nauli, F. A. (2022). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi pada masa pandemi. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 10(3), 266–272.
- Nalim. (2015). Analisis faktor yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Stain Pekalongan*, 1, 1–15.
- Novitasari, M. (2022). *Hubungan antara problem focused coping dengan stres akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di fakultas dakwah dan komunikasi UIN Walisongo Semarang*. Universitas Islam Sultan Agung.
- Nurrahmasia, N., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan mekanisme coping dengan skor kecemasan dalam menghadapi ujian keterampilan medik pada mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter Universitas Mataram. *Smart Medical Journal*, 4(1), 18-28. <https://doi.org/10.13057/smj.v4i1.47695>
- Oktariani, O. (2019). Hubungan self efficacy dan dukungan sosial teman sebaya dengan self regulated learning pada mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(2), 98–112.
- Pekrun, R., Goetz, T., & Perry, R. (2005). Achievement emotions questionnaire (AEQ). User's manual. *Unpublished manuscript, University of Munich, Munich*.
- Pitaloka, L. C. T., & Mamahit, H. C. (2021). Problem-focused coping pada mahasiswa aktif Fakultas Pendidikan Dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 6(2), 41–49.
- Pitasari, M. N., & Estria, S. R. (2020). Strategi coping pada mahasiswa yang bermain game online. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September (30), 196–201.
- Pradana, I. G. N. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2019). Peran problem focused coping dan dukungan sosial teman sebaya terhadap kecemasan remaja SMA yang akan menempuh ujian nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(11), 131-139.
- Prawitasari, J. E., & Rahmat, R. (2011). *Psikologi klinis: Pengantar terapan mikro*

& makro. Erlangga.

- Priyatno, D. (2010). *Paham analisa statistik data dengan SPSS*. Mediakom.
- Puspitasari, Y. P., Abidin, Z., & Sawitri, D. R. (2010). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan keemasan menjelang ujian nasional (UN) pada siswa kelas XII reguler SMA Negeri 1 Surakarta. *Jurnal Penelitian Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*, 1(1), 1–17.
- Rahayu, lin T. (2009). *Psikoterapi: Perspektif islam dan psikologi kontemporer*. UIN-Malang Press.
- Rindahayu, T. (2022). *Hubungan antara hope dan social skill dengan problem focused coping pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Sanderson, C. A. (2004). *Health psychology*. John Wiley & Sons, Inc.
- Saputri, K. A. D., & Wulanyani, N. M. S. (2019). Hubungan antara problem focused coping dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa psikologi fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2), 400–405.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P. (1998). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (3rd ed.). John Wiley Sons.
- Sarafino, E. P. (2002). *Health psychology: Biopsychosocial interaction* (4th ed.). Wiley & Sons.
- Sasmita, I. A. G. H. D., & Rustika, I. M. (2015). Peran efikasi diri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri mahasiswa tahun pertama Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 280–289. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p16>
- Setyaningsih, S., & Mu'in, M. (2018). Dukungan sosial dan tingkat kecemasan pada kelompok pekerja PNS yang menghadapi masa pensiun. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 1(2), 116-121.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, kesan dan keserasian Al-Qur'an*.

Lentera Hati.

- Singh, I., & Jha, A. (2013). Anxiety, optimism and academic achievement among students of Private Medical and Engineering Colleges: A comparative study. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 3(1), 222–233. <https://doi.org/10.5539/jedp.v3n1p222>
- Suandari, N. P. N. C., & Priastana, I. K. A. (2020). Hubungan dukungan sosial sebaya dengan kecemasan lansia pensiunan PNS yang mengalami retirement syndrome. *Media Keperawatan*, 11(1), 7–13.
- Sugiharno, R. T., Susanto, W. H. A., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam menghadapi tugas akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Alfabeta.
- Tuasikal, A. N. A., & Retnowati, S. (2019). Kematangan emosi, problem-focused coping, emotion-focused coping dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(2), 105–118. <https://doi.org/10.22146/gamajop.46356>
- Watanabe, L. E. (2005). Effects of employment on academic achievement. *The Pegasus Review: UCF Undergraduate Research Journal (URJ)*, 1(1), 38–47. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4918.1957.tb01000.x>
- Zahidah, I., & Naqiyah, N. (2020). Hubungan antara efikasi diri dan motivasi berprestasi dengan kecemasan akademik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 20 Surabaya. *Suparyanto Dan Rosad (2015)*, 5(3), 248–253.

LAMPIRAN

Lampiran 1, Skala Penelitian

A. Skala Kecemasan Akademik

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa tegang ketika ingin mempresentasikan materi didepan kelas				
2.	Saya merasa khawatir akan nilai kuliah saya jika hasilnya menurun				
3.	Ketika ada tanya jawab materi didalam kelas, saya merasa takut mendapat giliran untuk menjawab				
4.	Saya merasa tegang jika sedang diperhatikan oleh dosen ketika sedang menjalankan ujian				
5.	Saya khawatir jika saya tidak mampu mengerjakan tugas laporan saya				
6.	Saya santai ketika mempresentasikan materi didepan kelas				
7.	Saya merasa gugup setiap presentasi didepan kelas				
8.	Ketika dosen menyuruh saya menerangkan materi didepan kelas, tangan saya langsung gemetar				
9.	Saya selalu siap ketika akan melakukan ujian kuliah				

10.	Ketika teman saya sudah selesai duluan dalam mengerjakan soal ujian, saya langsung terburu-buru menjawab soal				
11.	Saya cukup banyak mengetahui materi perkuliahan				
12.	Saya takut jika saya tidak mampu untuk menyelesaikan tugas kuliah yang diberikan oleh dosen				
13.	Saya lantang dan yakin ketika menerangkan materi didepan kelas				
14.	Saya merasa gemetar ketika harus menjelaskan materi di depan banyak orang				
15.	Saya ragu dalam menentukan jawaban dalam menjawab pertanyaan yang ditanyakan oleh dosen atau teman saya				
16.	ketika teman saya terdapat kesalahan dalam menjelaskan materi, saya berani untuk menyanggahnya				
17.	Saya selalu terburu-buru ketika tugas saya belum selesai sesuai deadline				
18.	Saya merasa gugup ketika sedang menjawab soal ujian offline				
19.	Saya yakin dengan jawaban saya ketika ditanyakan pertanyaan oleh teman saya				
20.	Ketika dosen memulai tanya jawab dikelas, jantung saya langsung berdebar cepat				

21.	Ketika saya sedang menjalankan praktikum, tangan saya mudah berkeringat				
22.	Saya selalu siap menjawab pertanyaan yang diajukan oleh dosen atau teman saya				
23.	Saya santai ketika harus menjelaskan materi di depan banyak orang				
24.	Dalam menjawab soal ujian, saya mengerjakannya dengan santai				
25.	Saya tidak masalah jika dosen memperpanjang waktu melebihi jadwal yang seharusnya untuk menjelaskan materi				
26.	Saya sering bingung untuk menyesuaikan perilaku yang baik dihadapan dosen				
27.	Ketika dosen mulai sesi tanya jawab dikelas, saya tetap tenang karena saya telah menguasai materi				
28.	Saya selalu percaya diri ketika sedang menjelaskan materi di depan kelas				
29.	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika teman-teman saya sudah selesai duluan dalam mengerjakan soal ujian				
30.	Saya tetap tenang ketika sedang menjalankan praktikum				
31.	Saya santai ketika mengerjakan tugas kuliah walaupun sedang dikejar deadline				

32.	Saya merasa percaya diri ketika memasuki ruang dosen				
33.	Jantung saya berdebar cepat ketika saya ditunjuk oleh dosen untuk menerangkan materi didepan kelas				
34.	Tangan saya mudah berkeringat ketika sedang menunggu nilai kuliah keluar				
35.	Saya percaya diri dalam menyelesaikan ujian kuliah				
36.	Saya tidak peduli jika teman-teman saya sudah selesai mengerjakan laporan tetapi saya belum selesai				
37.	Saya tetap tenang jika ditunjuk dosen untuk menerangkan materi pelajaran didepan kelas				
38.	Saya tetap tenang ketika menunggu hasil nilai kuliah keluar				

B. Skala *Problem Focused Coping*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya akan tetap bersemangat dalam mengatasi masalah yang saya hadapi				
2.	Saya tidak peduli ketika sedang mendapatkan masalah, karena saya juga tidak tau bagaimana solusinya				
3.	Saya selalu memikirkan bagaimana cara menyelesaikan permasalahan saya				

4.	Saya berusaha membuat strategi untuk dapat menyelesaikan masalah				
5.	Saya yakin dalam menangani masalah yang saya alami				
6.	Saya mudah menyerah ketika harus memikirkan solusi permasalahan yang saya alami				
7.	Saya membuat perencanaan agar tidak muncul permasalahan yang baru				
8.	Saya lebih memilih melupakan masalah saya daripada memikirkannya terus				
9.	Saya akan tetap berusaha melakukan yang terbaik untuk lepas dari permasalahan meski saya tau sudah terlambat				
10.	Saya yakin dapat mengubah situasi masalah menjadi lebih baik				
11.	Saya berusaha untuk menyelesaikan masalah walaupun mungkin tidak semuanya berhasil di atasi				
12.	Saya lebih memilih menghindar dari masalah dari pada harus menghadapinya				
13.	Saya takut tidak bisa menyelesaikan masalah saya				
14.	Saya tidak yakin bisa dengan mudah menyelesaikan permasalahan saya				

15.	Saya selalu meminta saran atau pendapat ke orang lain ketika mengalami kesulitan				
16.	Saya tidak membutuhkan saran orang lain ketika sedang mengalami kesulitan				
17.	Saya menceritakan masalah yang sedang saya alami kepada teman dekat saya				
18.	Saya lebih memilih diam dan memendam permasalahan yang sedang dialami daripada bercerita kepada teman				

C. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Teman saya turut prihatin ketika mengetahui saya memiliki hambatan di tempat kerja dan dikampus				
2.	Teman sayamerasa kasihan melihat saya yang harus tetap bekerja walau tugas kuliah menumpuk				
3.	Ketika saya mengalami kesulitan di kelas maupun ditempat kerja, teman saya tidak sepeduli itu untuk menanyai keadaan saya				
4.	Ketika saya sedang sulit, teman saya selalu menanyai keadaan saya untuk memastikan saya baik” saja ditempat kerja maupun di kelas				
5.	Teman saya tidak peduli ketika saya mengalami kesulitan ditempat kerja				
6.	Teman saya selalu menghibur saya disaat saya pusing dengan tugas kuliah yang banyak				

7.	Teman saya tidak menawarkan diri untuk membantu saya ketika saya mengalami kesulitan dikelas maupun ditempat kerja				
8.	Ketika saya merenung masalah perkuliahan, teman saya selalu menanyai saya apa yang sedang terjadi				
9.	Ketika saya sedang memiliki masalah ditempat kerja maupun dikelas, teman saya jarang menanyakan keadaan saya				
10.	Teman saya tidak peduli walaupun saya mengalami hambatan ditempat kerja dan di kampus				
11.	Teman saya selalu menyemangati saya dalam menyelesaikan masalah yang ada ditempat kerja maupun dikelas				
12.	Teman saya tidak menunjukkan apresiasi ketika saya mampu mengatasi permasalahan saya				
13.	Teman saya selalu memuji saya ketika saya mampu mengubah keadaan menjadi lebih baik				
14.	Teman saya membantu saya dalam mengerjakan tugas ketika saya kesulitan dalam mengerjakannya karena sambil bekerja				
15.	Teman saya selalu meluangkan waktu untuk menemani saya jalan – jalan ketika lelah setelah bekerja				

16.	Teman saya jarang memberi masukan ketika saya mengalami hambatan ditempat kerja maupun dikelas				
17.	Ketika teman saya mengetahui informasi tentang perkuliahan, teman saya tidak memberitahu saya				
18.	Teman saya tidak pernah menanyakan tentang bagaimana perkembangan yang telah saya lalui selama masa training ditempat kerja				
19.	Teman sayamembantu saya menjelaskan materi yang tidak saya ketahui karena dia tau saya kesulitan menyeimbangkan waktu bekerja dan belajar				
20.	Teman saya selalu menjudge kenapa saya memilih bekerja disaat saya masih kuliah				
21.	Teman saya tidak membantu saya dalam menghadapi masa” sulit ditempat kerja				
22.	Teman saya selalu mengajarkan saya untuk sabar ketika menghadapi masalah baik ditempat kerja maupun dikelas				
23.	Teman saya selalu sibuk ketika saya membutuhkan bantuan				
24.	Teman saya selalu bertanya tentang keadaan saya ditempat kerja maupun dikampus				
25.	Teman saya sulit untuk bertemu dengan saya ketika saya membuthkan sandaran untuk bercerita secara langsung				

26.	Teman saya tidak dapat memberi saya nasihat ketika saya membutuhkan masukan untuk masalah ditempat kerja maupun dikampus				
27.	Teman saya selalu memberi saran untuk menjadi pribadi yang lebih baik				
28.	Teman saya selalu memberi dorongan bahwa saya mampu menjalani kuliah walaupun sambil bekerja				
29.	Teman saya jarang memberi saran karena teman saya juga tidak tau bagaimana cara menyelesaikannya				
30.	Teman saya selalu mengingatkan saya bahwa setiap orang punya masalahnya sendiri” dan bisa diselesaikan dengan caranya sendiri				
31.	Teman saya selalu mengatakan bahwa setiap permasalahan pasti ada solusinya				
32.	Temansayaselalumencari alasan ketikasayainginbertemudengannyaketikasayalibubrkerja				

docs.google.com/forms/d/1kgomRA5gw8yLNA0jRVYWAi4XoOPQ_5i8TIPOu_RF42I/viewform?edit_requested=true

Relaunch to update

Nama *

Jawaban Anda

Email *

Jawaban Anda

Akun Instagram *

Jawaban Anda

Jenis Kelamin *

laki-laki

perempuan

Activate Windows
Go to [Settings](#) to activate Windows.

Minta akses pengeditan

docs.google.com/forms/d/1kgomRA5gw8yLNA0jRVYWAi4XoOPQ_5i8TIPOu_RF42I/viewform?edit_requested=true

Relaunch to update

usia *

18-19

20-21

22-23

24 atau lebih

Universitas *

UIN Walsongo

UNNES

UNDIP

UDINUS

Yang lain: _____

Berikutnya

Kosongkan formulir

Activate Windows
Go to [Settings](#) to activate Windows.

Minta akses pengeditan

Lampiran 2, Expert Judgement

KUESIONER PENILAIAN EXPERT JUDGMENT

Nama : Lucky Ade Sessiani, M. Psi

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan/profesi : Dosen

Jabatan : Dosen

A. Pengantar

Kuesioner ini bertujuan untuk penilaian expert judgment terhadap kuesioner yang saya buat. Dengan demikian peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian dengan skor 1-5. Angket ini terdiri dari 100 butir pernyataan.

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah petunjuk dengan cermat
2. Berikut ini adalah pernyataan-pernyataan yang akan diberikan penilaian oleh validator. Mohon untuk memberikan skor atau penilaian semua pernyataan dengan lengkap dan jangan sampai ada yang terlewatkan.
3. Bacalah pernyataan di bawah ini, kemudian pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan skor yang sudah ditentukan dari 1-5 dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang tersedia dengan pilihan jawaban sebagai berikut:

Keterangan :

1 = Sangat setuju

2 = Setuju

3 = Netral

4 = Kurang setuju

5 = Sangat tidak setuju

Setelah semua pernyataan telah selesai di nilai oleh validator, maka dimohon untuk dikumpulkan kembali angket ini.

Skala Kecemasan Akademik

NO	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1.	Saya merasa tegang ketika ingin mempresentasikan materi didepan kelas		√			
2.	Saya merasa khawatir akan nilai kuliah saya jika hasilnya menurun	√				
3.	Ketika ada tanya jawab materi didalam kelas, saya merasa takut mendapat giliran untuk menjawab		√			
4.	Saya merasa tegang jika sedang diperhatikan oleh dosen ketika sedang menjalankan ujian		√			
5.	Saya khawatir jika saya tidak mampu mengerjakan tugas laporan saya	√				
6.	Saya santai ketika mempresentasikan materi didepan kelas		√			
7.	Saya tidak khawatir dengan nilai mata kuliah saya	√				
8.	Saya merasa gugup setiap presentasi didepan kelas		√			
9.	Ketika dosen menyuruh saya menerangkan materi didepan kelas, tangan saya langsung gemetar		√			
10.	Saya selalu siap ketika akan melakukan ujian kuliah		√			
11.	Ketika teman saya sudah selesai duluan dalam mengerjakan soal ujian, saya langsung terburu-buru menjawab soal		√			
12.	Saya cukup banyak mengetahui materi perkuliahan	√				
13.	Saya takut jika saya tidak mampu untuk menyelesaikan tugas kuliah yang diberikan oleh dosen	√				
14.	Saya lantang dan yakin ketika menerangkan materi didepan kelas	√				

15.	Saya merasa gemetar ketika harus menjelaskan materi di depan banyak orang		√			
16.	Saya tidak betah berlama-lama berada didalam kelas ketika pelajaran berlangsung		√			
17.	Saya ragu dalam menentukan jawaban dalam menjawab pertanyaan yang ditanyakan oleh dosen atau teman saya	√				
18.	ketika teman saya terdapat kesalahan dalam menjelaskan materi, saya berani untuk menyanggahnya		√			
19.	Saya selalu terburu-buru ketika tugas saya belum selesai sesuai deadline	√				
20.	Saya merasa gugup ketika sedang menjawab soal ujian offline	√				
21.	Saya yakin dengan jawaban saya ketika ditanyakan pertanyaan oleh teman saya		√			
22.	Ketika dosen memulai tanya jawab dikelas, jantung saya langsung berdebar cepat	√				
23.	Ketika saya sedang menjalankan praktikum, tangan saya mudah berkeringat		√			
24.	Saya selalu siap menjawab pertanyaan yang diajukan oleh dosen atau teman saya		√			
25.	Saya santai ketika harus menjelaskan materi di depan banyak orang		√			
26.	Dalam menjawab soal ujian, saya mengerjakannya dengan santai	√				
27.	Saya tidak masalah jika dosen memperpanjang waktu melebihi jadwal yang seharusnya untuk menjelaskan materi	√				
28.	Saya sering bingung untuk menyesuaikan perilaku yang baik dihadapan dosen	√				

29.	Ketika dosen mulai sesi tanya jawab dikelas, saya tetap tenang karena saya telah menguasai materi	√				
30.	Saya selalu percaya diri ketika sedang menjelaskan materi di depan kelas	√				
31.	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika teman-teman saya sudah selesai duluan dalam mengerjakan soal ujian	√				
32.	Saya tetap tenang ketika sedang menjalankan praktikum		√			
33.	Saya santai ketika mengerjakan tugas kuliah walaupun sedang dikejar deadline		√			
34.	Saya merasa percaya diri ketika memasuki ruang dosen			√		
35.	Jantung saya berdebar cepat ketika saya ditunjuk oleh dosen untuk menerangkan materi didepan kelas		√			
36.	Tangan saya mudah berkeringat ketika sedang menunggu nilai kuliah keluar		√			
37.	Saya percaya diri dalam menyelesaikan ujian kuliah		√			
38.	Saya tidak peduli jika teman-teman saya sudah selesai mengerjakan laporan tetapi saya belum selesai		√			
39.	Saya tetap tenang jika ditunjuk dosen untuk menerangkan materi pelajaran didepan kelas	√				
40.	Saya tetap tenang ketika menunggu hasil nilai kuliah keluar	√				

Skala Problem Focused Coping

NO	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1.	Saya akan tetap bersemangat dalam mengatasi masalah yang saya hadapi		√			
2.	Saya tidak peduli ketika sedang mendapatkan masalah, karena saya juga tidak tau bagaimana solusinya		√			
3.	Saya selalu memikirkan bagaimana cara menyelesaikan permasalahan saya		√			
4.	Saya berusaha membuat strategi untuk dapat menyelesaikan masalah	√				
5.	Saya tidak bisa berfikir jernih ketika sedang menghadapi masalah	√				
6.	Saya yakin dalam menangani masalah yang saya alami		√			
7.	Saya mudah menyerah ketika harus memikirkan solusi permasalahan yang saya alami		√			
8.	Saya membuat perencanaan agar tidak muncul permasalahan yang baru		√			
9.	Saya lebih memilih melupakan masalah saya daripada memikirkannya terus		√			
10.	Saya akan tetap berusaha melakukan yang terbaik untuk lepas dari permasalahan meski saya tau sudah terlambat		√			
11.	Saya yakin dapat mengubah situasi masalah menjadi lebih baik		√			
12.	Saya berusaha untuk menyelesaikan masalah walaupun mungkin tidak semuanya berhasil di atasi	√				

13.	Saya lebih memilih menghindar dari masalah dari pada harus menghadapinya	√				
14.	Saya takut tidak bisa menyelesaikan masalah saya	√				
15.	Saya tidak yakin bisa dengan mudah menyelesaikan permasalahan saya		√			
16.	Saya selalu meminta saran atau pendapat ke orang lain ketika mengalami kesulitan		√			
17.	Saya tidak berani melakukan hal yang mengakibatkan resiko yang tinggi dalam menghadapi masalah		√			
18.	Saya tidak membutuhkan saran orang lain ketika sedang mengalami kesulitan		√			
19.	Saya menceritakan masalah yang sedang saya alami kepada teman dekat saya	√				
20.	Saya lebih memilih diam dan memendam permasalahan yang sedang dialami daripada bercerita kepada teman	√				

Skala Dukungan Teman Sebaya

NO	Pernyataan	Skor				
		1	2	3	4	5
1.	Teman saya turut prihatin ketika mengetahui saya memiliki hambatan di tempat kerja dan dikampus		√			
2.	Teman sayamerasa kasihan melihat saya yang harus tetap bekerja walau tugas kuliah menumpuk		√			
3.	Ketika saya mengalami kesulitan di kelas maupun ditempat kerja, teman saya tidak sepeduli itu untuk menanyai keadaan saya	√				

4.	Ketika saya sedang sulit, teman saya selalu menanyakan keadaan saya untuk memastikan saya baik” saja ditempat kerja maupun di kelas	√				
5.	Teman saya tidak peduli ketika saya mengalami kesulitan ditempat kerja	√				
6.	Teman saya selalu menghibur saya disaat saya pusing dengan tugas kuliah yang banyak		√			
7.	Teman saya tidak menawarkan diri untuk membantu saya ketika saya mengalami kesulitan dikelas maupun ditempat kerja	√				
8.	Ketika saya merenung masalah perkuliahan, teman saya selalu menanyakan saya apa yang sedang terjadi		√			
9.	Ketika saya sedang memiliki masalah ditempat kerja maupun dikelas, teman saya jarang menanyakan keadaan saya		√			
10.	Ketika saya memiliki masalah dengan perkuliahan saya, teman saya tidak mencoba untuk menanyakan keadaan saya	√				
11.	Teman saya selalu mengapresiasi setiap langkah” yang telah saya lakukan untuk menjadi lebih baik		√			
12.	Teman saya tidak peduli walaupun saya mengalami hambatan ditempat kerja dan di kampus	√				
13.	Teman saya selalu menyemangati saya dalam menyelesaikan masalah yang ada ditempat kerja maupun dikelas	√				
14.	Teman saya tidak menunjukkan apresiasi ketika saya mampu mengatasi permasalahan saya	√				
15.	Teman saya selalu memuji saya ketika saya mampu mengubah keadaan menjadi lebih baik		√			

16.	Teman saya membantu saya dalam mengerjakan tugas ketika saya kesulitan dalam mengerjakannya karena sambil bekerja		√			
17.	Teman saya selalu meluangkan waktu untuk menemani saya jalan – jalan ketika lelah setelah bekerja	√				
18.	Teman saya jarang memberi masukan ketika saya mengalami hambatan ditempat kerja maupun dikelas		√			
19.	Ketika teman saya mengetahui informasi tentang perkuliahan, teman saya tidak memberitahu saya	√				
20.	Teman saya tidak pernah menanyakan tentang bagaimana perkembangan yang telah saya lalui selama masa training ditempat kerja	√				
21.	Teman saya membantu saya menjelaskan materi yang tidak saya ketahui karena dia tau saya kesulitan menyeimbangkan waktu bekerja dan belajar	√				
22.	Teman saya selalu menjudge kenapa saya memilih bekerja disaat saya masih kuliah		√			
23.	Teman saya tidak membantu saya dalam menghadapi masa” sulit ditempat kerja		√			
24.	Teman saya selalu mengajarkan saya untuk sabar ketika menghadapi masalah baik ditempat kerja maupun dikelas		√			
25.	Teman saya selalu sibuk ketika saya membutuhkan bantuan	√				
26.	Teman saya selalu bertanya tentang keadaan saya ditempat kerja maupun dikampus		√			
27.	Teman saya selalu memberitahu saya bahwa sulit untuk menjalani kuliah sambil bekerja		√			

28.	Teman saya sulit untuk bertemu dengan saya ketika saya membutuhkan sandaran untuk bercerita secara langsung		√			
29.	Teman saya tidak dapat memberi saya nasihat ketika saya membutuhkan masukan untuk masalah ditempat kerja maupun dikampus		√			
30.	Teman saya selalu memberi saran untuk menjadi pribadi yang lebih baik	√				
31.	Teman saya selalu memberi dorongan bahwa saya mampu menjalani kuliah walaupun sambil bekerja		√			
32.	Teman saya jarang memberi saran karena teman saya juga tidak tau bagaimana cara menyelesaikannya		√			
33.	Teman saya selalu mengingatkan saya bahwa setiap orang punya masalahnya sendiri” dan bisa diselesaikan dengan caranya sendiri		√			
34.	Teman saya selalu mengatakan bahwa setiap permasalahan pasti ada solusinya		√			
35.	Teman saya terkadang mentraktir saya sebagai hadiah bahwa saya telah bekerja dengan baik		√			
36.	Teman saya selalu mencari alasan ketika saya ingin bertemu dengannya ketika saya libur bekerja		√			

Semarang, 4 Oktober 2023



(Lucky Ade Sessiani, M. Psi)

Lampiran 3. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Sebelum Gugur

A. Skala Kecemasan Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.927	.930	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	93.12	233.137	.714	.	.923
Y.2	92.97	234.757	.571	.	.924
Y.3	93.18	230.938	.714	.	.922
Y.4	93.35	235.144	.628	.	.924
Y.5	93.12	235.380	.437	.	.925
Y.6	93.47	233.469	.603	.	.924
Y.7	93.21	245.320	.080	.	.929
Y.8	93.32	231.195	.689	.	.923
Y.9	93.53	233.954	.562	.	.924
Y.10	93.62	237.031	.552	.	.924
Y.11	93.26	238.988	.406	.	.926
Y.12	93.76	239.579	.360	.	.926
Y.13	93.29	239.365	.387	.	.926
Y.14	93.53	236.984	.460	.	.925
Y.15	93.47	234.196	.517	.	.924
Y.16	93.50	243.530	.203	.	.927
Y.17	93.44	237.648	.398	.	.926
Y.18	93.41	237.462	.450	.	.925
Y.19	92.88	238.713	.338	.	.926
Y.20	93.26	234.019	.602	.	.924
Y.21	93.71	235.547	.630	.	.924
Y.22	93.29	233.305	.520	.	.924
Y.23	93.56	236.618	.413	.	.926
Y.24	93.47	237.954	.435	.	.925

Y.25	93.53	235.166	.574	.	.924
Y.26	93.79	240.168	.488	.	.925
Y.27	93.59	240.189	.394	.	.927
Y.28	93.38	237.516	.446	.	.925
Y.29	93.56	238.739	.348	.	.926
Y.30	93.50	232.742	.530	.	.924
Y.31	93.06	237.693	.417	.	.925
Y.32	93.79	237.138	.612	.	.924
Y.33	93.44	239.345	.329	.	.926
Y.34	93.71	238.093	.432	.	.925
Y.35	93.15	235.644	.442	.	.925
Y.36	93.59	231.947	.552	.	.924
Y.37	93.76	236.973	.595	.	.924
Y.38	93.47	238.923	.316	.	.927
Y.39	93.41	231.159	.695	.	.923
Y.40	93.65	234.902	.498	.	.925

B. Skala *problem focused coping*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.841	.862	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	54.50	50.136	.511	.	.831
X1.2	54.71	50.335	.408	.	.835
X1.3	54.32	51.256	.370	.	.836
X1.4	54.35	48.963	.586	.	.827
X1.5	54.94	54.178	.031	.	.856
X1.6	54.47	49.105	.710	.	.824
X1.7	54.68	48.104	.634	.	.824
X1.8	54.50	49.167	.738	.	.824
X1.9	54.97	51.363	.357	.	.843

X1.10	54.21	51.805	.463	.	.834
X1.11	54.18	50.998	.500	.	.832
X1.12	54.18	51.847	.394	.	.836
X1.13	54.76	48.004	.584	.	.826
X1.14	55.00	49.333	.498	.	.831
X1.15	54.88	50.228	.478	.	.832
X1.16	54.26	50.807	.511	.	.832
X1.17	55.21	53.017	.136	.	.849
X1.18	54.47	47.529	.646	.	.823
X1.19	54.47	51.408	.390	.	.841
X1.20	54.88	51.986	.386	.	.848

C. Skala Dukungan Teman Sebaya

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.918	.922	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	99.44	159.951	.439	.	.916
X2.2	99.79	160.775	.394	.	.917
X2.3	99.65	158.781	.417	.	.917
X2.4	99.29	162.214	.389	.	.918
X2.5	99.47	156.984	.649	.	.914
X2.6	99.35	159.447	.419	.	.917
X2.7	99.79	155.320	.575	.	.915
X2.8	99.38	160.668	.466	.	.916
X2.9	99.68	158.286	.619	.	.915
X2.10	99.91	163.840	.156	.	.921
X2.11	99.53	163.045	.232	.	.919
X2.12	99.53	153.954	.669	.	.913
X2.13	99.26	159.231	.523	.	.915
X2.14	99.62	152.243	.616	.	.914

X2.15	99.41	161.522	.389	.	.917
X2.16	99.32	160.710	.463	.	.916
X2.17	99.38	160.365	.382	.	.917
X2.18	99.71	156.699	.447	.	.917
X2.19	99.44	152.739	.737	.	.912
X2.20	99.68	154.225	.646	.	.914
X2.21	99.35	162.963	.323	.	.918
X2.22	99.47	158.135	.469	.	.916
X2.23	99.50	157.470	.601	.	.914
X2.24	99.29	160.153	.600	.	.915
X2.25	99.47	157.651	.732	.	.914
X2.26	99.56	158.799	.532	.	.915
X2.27	99.91	166.325	.038	.	.922
X2.28	99.74	155.110	.591	.	.914
X2.29	99.53	152.196	.762	.	.912
X2.30	99.24	161.398	.449	.	.916
X2.31	99.32	159.013	.582	.	.915
X2.32	99.71	155.790	.627	.	.914
X2.33	99.24	161.640	.430	.	.917
X2.34	99.15	161.523	.438	.	.916
X2.35	99.79	164.411	.175	.	.919
X2.36	99.44	160.012	.307	.	.919

Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Setelah Gugur

A. Skala Kecemasan akademik

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	38

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	88.18	225.604	.707	.926
Y.2	88.03	227.423	.554	.928
Y.3	88.24	223.216	.718	.926
Y.4	88.41	227.401	.629	.927
Y.5	88.18	227.483	.443	.929
Y.6	88.53	225.651	.609	.927
Y.7	88.38	223.577	.688	.926
Y.8	88.59	226.250	.563	.927
Y.9	88.68	228.892	.573	.928
Y.10	88.32	231.195	.407	.929
Y.11	88.82	232.029	.350	.930
Y.12	88.35	231.993	.368	.929
Y.13	88.59	229.583	.445	.929
Y.14	88.53	226.499	.516	.928
Y.15	88.50	230.015	.392	.929
Y.16	88.47	229.893	.442	.929
Y.17	87.94	231.087	.332	.930
Y.18	88.32	226.225	.607	.927
Y.19	88.76	227.519	.646	.927
Y.20	88.35	225.508	.524	.928
Y.21	88.62	229.152	.402	.929
Y.22	88.53	230.196	.435	.929
Y.23	88.59	227.401	.576	.927
Y.24	88.85	232.250	.496	.928
Y.25	88.65	232.599	.386	.930
Y.26	88.44	230.133	.429	.929
Y.27	88.62	230.849	.353	.930
Y.28	88.56	224.981	.534	.928
Y.29	88.12	230.349	.399	.929
Y.30	88.85	229.160	.625	.927
Y.31	88.50	231.409	.335	.930
Y.32	88.76	230.185	.438	.929
Y.33	88.21	227.623	.454	.929
Y.34	88.65	224.114	.559	.928
Y.35	88.82	228.938	.612	.927

Y.36	88.53	231.105	.317	.930
Y.37	88.47	223.166	.711	.926
Y.38	88.71	226.820	.513	.928

B. Skala *Problem Focused Coping*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.866	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	49.71	46.638	.558	.856
X1.2	49.91	47.840	.350	.865
X1.3	49.53	47.226	.467	.859
X1.4	49.56	45.527	.627	.853
X1.5	49.68	46.225	.687	.852
X1.6	49.88	45.501	.590	.854
X1.7	49.71	46.032	.749	.850
X1.8	50.18	48.150	.363	.870
X1.9	49.41	48.431	.497	.859
X1.10	49.38	47.455	.556	.857
X1.11	49.38	48.243	.454	.860
X1.12	49.97	44.817	.599	.853
X1.13	50.21	46.411	.484	.859
X1.14	50.09	47.901	.395	.862
X1.15	49.47	47.287	.564	.856
X1.16	49.68	44.650	.633	.852

X1.17	49.68	47.559	.355	.865
X1.18	50.09	49.234	.354	.877

C. Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.927	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	89.18	146.210	.437	.925
X2.2	89.53	146.984	.394	.926
X2.3	89.38	145.274	.405	.926
X2.4	89.03	147.969	.312	.927
X2.5	89.21	143.381	.647	.923
X2.6	89.09	145.840	.411	.926
X2.7	89.53	141.832	.571	.924
X2.8	89.12	146.652	.482	.925
X2.9	89.41	144.613	.619	.924
X2.10	89.26	140.201	.683	.922
X2.11	89.00	145.212	.542	.924
X2.12	89.35	139.023	.606	.923
X2.13	89.15	148.008	.367	.926
X2.14	89.06	146.906	.464	.925
X2.15	89.12	146.410	.392	.926
X2.16	89.44	143.163	.443	.926

X2.17	89.18	139.180	.744	.921
X2.18	89.41	140.795	.642	.923
X2.19	89.09	148.992	.329	.927
X2.20	89.21	144.411	.471	.925
X2.21	89.24	143.882	.596	.924
X2.22	89.03	146.514	.589	.924
X2.23	89.21	143.684	.757	.922
X2.24	89.29	144.881	.546	.924
X2.25	89.47	141.711	.583	.924
X2.26	89.26	138.746	.764	.921
X2.27	88.97	147.302	.470	.925
X2.28	89.06	145.330	.580	.924
X2.29	89.44	142.254	.624	.923
X2.30	88.97	147.848	.427	.926
X2.31	88.88	147.743	.435	.926
X2.32	89.18	146.332	.302	.928

Lampiran 5, Tabel Deskriptif Skor Variabel

Tabel Deskriptif Kategori Skor Skala Kecemasan Akademik

Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < 90,7100 - 7,11847$ $X < 83,59$	$X < 83,59$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$ $(90,7100 - 7,11847) \leq X <$ $(90,7100 + 7,11847)$ $83,59 \leq X < 97,83$	$83,59 \leq X < 97,83$
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$ $X \leq (90,7100 + 7,11847)$	$X \leq 97,83$

	$X \leq 97,83$	
--	----------------	--

Tabel Deskriptif Kategori Skor Skala Problem Focused Coping

Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < 40,35 - 3,09896$ $X < 37,25$	$X < 37,25$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$ $(90,7100 - 7,11847) \leq X <$ $(90,7100 + 7,11847)$ $83,59 \leq X < 97,83$	$37,25 \leq X < 43,45$
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$ $X \leq (90,7100 + 7,11847)$ $X \leq 97,83$	$X \leq 97,83$

Tabel Deskriptif Kategori Skor Dukungan Teman Sebaya

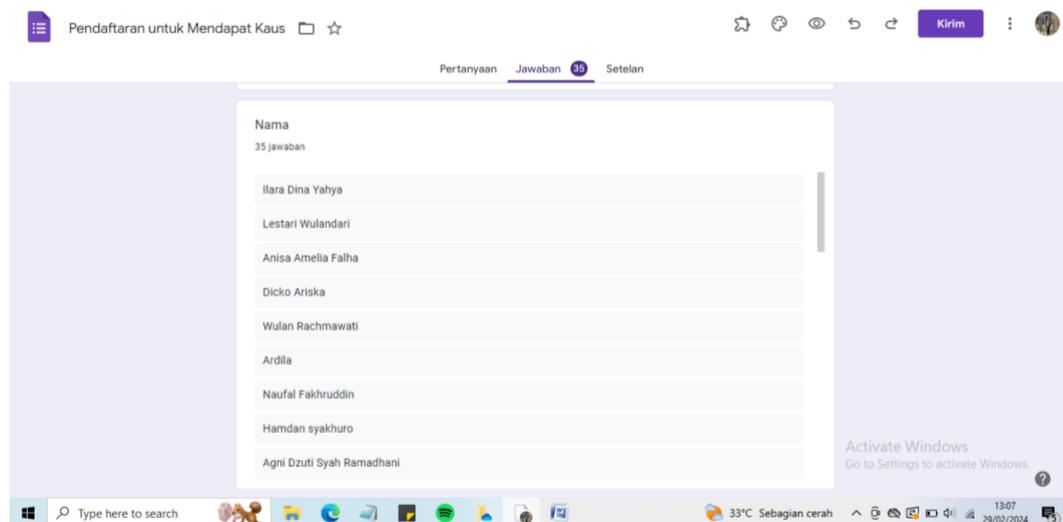
Kategorisasi Skor	Norma	Rentang Nilai
Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < (78,23 - 6,13461)$ $X < 72,49$	$X < 72,49$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$72,49 \leq X < 84,37$

	$(78,23 - 6,13461) \leq X < (78,23 + 6,13461)$ $72,49 \leq X <$	
Tinggi	$X \leq (M + 1SD)$ $X \leq (78,23 + 6,13461)$ $X \leq 84,37$	$X \leq 84,37$

Lampiran 6, Responden Uji Skala

Link :

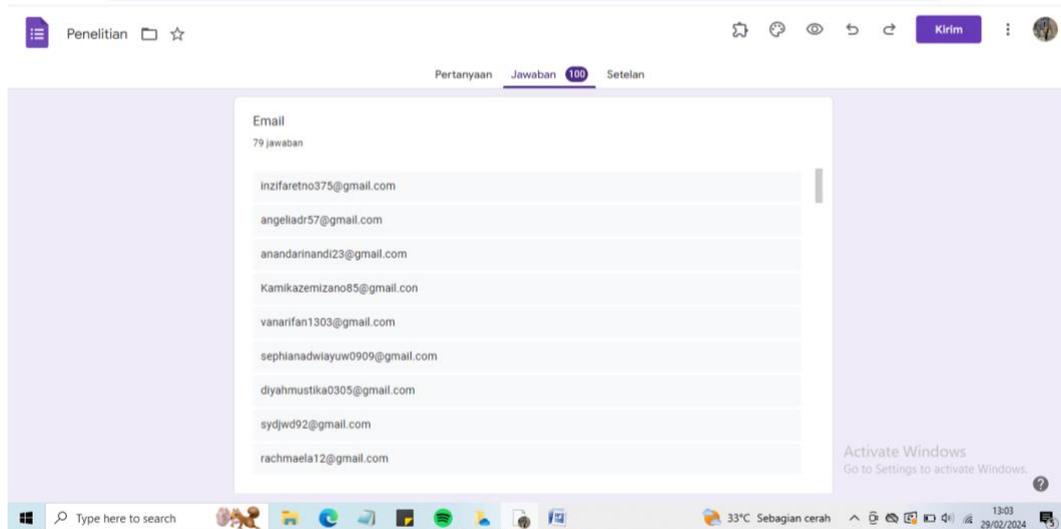
<https://docs.google.com/forms/d/1R60YJzIs8x-IGp4flQwDMwnHV-0FOiejUug0XTmZuk/edit#responses>



Lampiran 7. Responden Penelitian

Link :

https://docs.google.com/forms/d/1kgomRA5gw8yLNA0jRVYWAi4XoOPQ_5i8TIPOu_RF42I/edit?pli=1#responses



Lampiran 8, Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

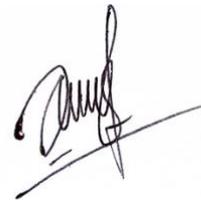
1. Nama Lengkap : Sevi Dwi Setiana
2. Tempat tanggal lahir : Bekasi 12 September 2000
3. Alamat rumah : Pondok Ungu Permai Blok AJ 26 No 10, Bekasi Utara
4. Nomor Handphone : 081298633248
5. Email : sevidwisetiana10@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. Pendidikan Formal
 - a. SDN Pejuang V Bekasi
 - b. SMP N 19 Bekasi
 - c. SMA N 14 Bekasi
 - d. UIN Walisongo Semarang

Semarang, 1 Maret 2024

Penulis,



Sevi Dwi Setiana

NIM. 1807016062