

**COPING STRESS MAHASISWA SUDAH BERKELUARGA DALAM
MENGHADAPI TUGAS AKHIR SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam
Jurusan Dakwah Dan Komunikasi
Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial



Disusun oleh:

FIRDA RISKI HANANDA

NIM. 161221070

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

2023

**COPING STRESS MAHASISWA SUDAH BERKELUARGA DALAM
MENGHADAPI TUGAS AKHIR SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam
Jurusan Dakwah Dan Komunikasi
Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial



Disusun oleh:

FIRDA RISKI HANANDA

NIM. 161221070

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda dibawah ini :

Nama : Firda Riski Hananda
NIM : 16.12.2.1.070
Tempat, Tanggal Lahir : Sragen, 11 Desember 1997
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling Islam
Jurusan : Dakwah Dan Komunikasi
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah
Alamat : Ngledok, RT 10, Wonotolo, Gondang, Sragen
Judul skripsi : Coping Stress Mahasiswa Sudah Berkeluarga
Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika di kemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, 1 juni 2023



Firda Riski Hananda

Dr. H. Lukman Harahap, S. Ag., M.Pd
DOSEN FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdri. Firda Riski Hananda
Lamp : -

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

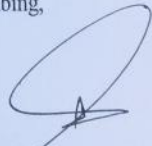
Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi penelitian saudara:

Nama : Firda Riski Hananda
NIM : 161221070
Judul : Coping Stress Mahasiswa Sudah Berkeluarga Dalam
Menghadapi Tugas Akhir Skripsi.

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada Sidang Munaqosah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta 1 Juni 2023
Pembimbing,


Dr. H. Lukman Harahap, S. Ag., M.Pd.
NIP.19730902 199903 1003

HALAMAN PENGESAHAN

COPING STRESS MAHASISWA SUDAH BERKELUARGA DALAM
MENGHADAPI TUGAS AKHIR SKRIPSI

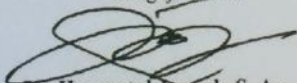
Di susun oleh :

FIRDA RISKI HANANDA
161221070

Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Pada Hari Senin Tanggal 19 Juni 2023
dan dinyatakan telah memenuhi syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)

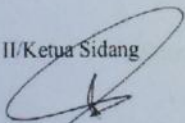
Surakarta, 23 Juni 2023

Penguji Utama



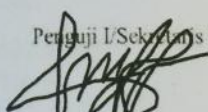
Dr. Hasanatul Jannah, S. Ag., Msi
NIP. 19750614 200003 2 002

Penguji II/Ketua Sidang



Dr. H. Lukman Harahap, M.Pd
NIP. 19730902 199903 1 003

Penguji I/Sekretaris Sidang



Galih Fajar Fadillah, M.Pd
NIK. 19900807 201701 1 129

Mengetahui

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



Prof. Dr. Aslah, M.Ag.
NIP. 19520222 200312 1 001

ABSTRAK

Firda Riski Hananda, 161221070. *Coping Stress Mahasiswa Sudah Berkeluarga Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi. Jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.*

Menjalani peran ganda seorang istri sekaligus mahasiswi yang sedang menghadapi tugas akhir skripsi tidaklah mudah. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa menyusun skripsi merupakan stresor yang membuat mahasiswa menjadi stres, apalagi bagi mereka yang sudah berkeluarga. Karena itu peneliti ingin mengetahui gambaran strategi coping stress yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas ushuluddin dan dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta yang sudah berkeluarga dan sedang menulis tugas akhir skripsi. Jumlah subjek dalam penelitian ini ada 4 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi.

Dalam penelitian diperoleh macam-macam strategi coping stress mahasiswi yang telah menikah dalam menghadapi tugas akhir skripsi, yaitu berupa reaksi psikologis & psikososial. Bentuk-bentuk tindakan *coping stress* yang digunakan subjek adalah 1). *Problem Focused Coping*, dalam hal ini mahasiswi melakukan strategi mengelola waktu, meminta bantuan orang lain, fokus pada salah satu tugas; 2). *Emotion Focused Coping* yaitu dengan tindakan mengalihkan stres dengan melakukan hal-hal menyenangkan, mencurahkan isi hati dan mengontrol diri. Selain itu, strategi *coping stress* subjek dipengaruhi adanya pengaruh kepribadian dalam hal ini *hardiness* dan *optimis*, serta pengaruh dari lingkungan, dan terakhir adanya pengaruh dukungan sosial yang diterima oleh subjek.

Kata kunci : Strategi *Coping Stress*, Mahasiswi Sudah Berkeluarga, Tugas Akhir.

ABSTRACT

Firda Riski Hananda, 161221070 . *Coping Stress of Married Students in Facing the Final Thesis*. Thesis. Department of Islamic Guidance and Counseling. Faculty of Ushuluddin and Da'wah. Raden Mas Said State Islamic University Surakarta.

Living the dual role of a wife as well as a student who is facing a thesis final project is not easy. Some previous studies have shown that compiling a thesis is a stressor that makes students stressed, especially for those who are married. Therefore, the researcher wants to know the description of stress coping strategies carried out by students of the faculty of Ushuluddin and Da'wah UIN raden mas Surakarta said who are married in facing the final thesis.

This research is qualitative research with a case study approach. The subjects in this study are female students of the faculty of Ushuluddin and Da'wah UIN Raden Mas Said Surakarta who are married and are writing their final thesis. The number of subjects in this study were 4 people. Data collection techniques are done by interview and observation.

In the research obtained various kinds of stress coping strategies of married students in facing the final thesis project, namely in the form of psychological and psychosocial reactions. The forms of stress coping actions used by the subject are 1). Problem Focused Coping, in this case students do strategies to manage time, ask for help from others, focus on one of the tasks; 2). Emotion Focused Coping is by diverting stress by doing fun things, pouring out your heart and controlling yourself. In addition, the subject's stress coping strategy is influenced by the influence of personality in this case hardiness and optimism, as well as the influence of the environment, and finally the influence of social support received by the subject.

Keywords: Stress Coping Strategies, Married Students, Thesis.

MOTTO

“apapun yang menjadi takdirmu akan mencari jalannya menemukanmu”

-Ali bin Abi Thalib-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini kupersembahkan kepada:

1. Kepada diri saya sendiri, karena telah berusaha semaksimal mungkin berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan sungguh-sungguh dan seksama dalam segala kondisi.
2. Untuk Almarhum Bapak suradi dan Ibu iin indra haryati, selaku orang tua yang saya sayangi yang selalu memberi doa, harapan dan mensupport saya untuk berusaha semaksimal mungkin untuk segera menyelesaikan kewajiban saya. Semoga dengan doa dan support yang diberikan orang tua selalu dipermudahkan dan dilancarkan.
3. Untuk suami saya Roby Cahyono dan anak saya Rashad Haikal Ghassani yang senantiasa sudah selalu ada mensupport dan jadi penyemangat selama saya dalam penyelesaian skripsi.
4. Untuk teman-teman saya Kholisa Nurhayati, Anisa Dewi, Rahma Nisa yang senantiasa mensupport dan membantu selama dalam penyelesaian skripsi.

Saya ucapkan Terima Kasih, Semoga Allah selalu memberi kebahagiaan, kesehatan dan melindungi kita.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Puji dan syukur kehadirat ALLAH SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan lancar. Sholawat dan salam tak lupa tercurah untuk Nabi kita, baginda Muhammad SAW, yang menjadi suri tauladan seluruh umat manusia.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu upaya memenuhi syarat Progam Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak. Atas dasar itu, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Mudofir, S.Ag., M.Pd selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Islah, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Negeri Raden Mas Said Surakarta.
3. Bapak Dr. Lukman Harahap, S.Ag., M.Ag selaku Sekertaris Jurusan Dakwah Dan Komunikasi Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta serta sebagai pembimbing yang penuh kesabaran bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Dr. Imam Mujahid, S.Ag.,M.Pd selaku Wali Studi, terima kasih atas semua ilmu dan bimbingan yang telah diberikan selama ini
5. Bapak Alfin Miftahul Khairi, M.Pd. selaku Koordinator Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
6. Ibu Dr. Hasanatul Jannah, S.Ag., Msi. Selaku Penguji Utama yang telah memberikan masukan, catatan, dan nasihat terhadap penulisan skripsi sehingga menjadi lebih baik.
7. Bapak Galih Fajar F., M.Pd selaku Penguji I/ Sekretaris Sidang yang telah memberikan masukan, catatan dan koreksi terhadap penulisan skripsi sehingga menjadi lebih baik.

8. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang telah memberikan bekal ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
9. Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang telah memberikan pelayanan yang terbaik.
10. Untuk seluruh Keluarga besar BKI B angkatan 2016 UIN Raden Mas Said Surakarta yang saling memberikan suport dan doa dalam kelancaran penyusunan skripsi hingga terselesaikan sampai saat ini.
11. Untuk teman seperjuangan saya Nurul Okta, Inka Fitria, Mutik, Ani, Ana Fatonah, Fahma, kholisa, Anisa dewi yang selalu saling support selama pengerjaan skripsi hingga selesai.
12. Untuk teman saya almarhumah Dewi Farida terimakasih untuk pesan terakhirnya dan supportnya selama masih hidup yang terus memberikan semangat kepada saya.
13. Dan semua pihak yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah membantu dan mendukung kelancaran penyusunan skripsi.

Semoga segala kebaikan akan diganti oleh Allah SWT dengan kebaikan yang berlipat ganda. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, maka penulis memohon kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak, agar penelitian ini bisa bermanfaat selanjutnya. Penulis berharap penelitian ini memberikan manfaat bagi para akademisi terkait keilmuan yang sama dan bagi masyarakat luas.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, 1 juni 2023
Penulis,

Firda Riski Hananda
NIM 16.12.2.1.070

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II.....	11
A. Kajian Teori.	11
1. Coping.....	11
2. Stress	20
3. Mahasiswi Yang Sudah Menikah.....	25
4. Tugas Akhir Skripsi	28
B. Hasil Penelitian Relevan	29
C. Kerangka Berpikir.....	32
BAB III	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	34
C. Subyek Penelitian.....	34

D. Teknik Pengumpulan Data.....	35
E. Keabsahan Data	37
F. Teknik Analisis Data.....	38
BAB IV	40
A. Hasil Penelitian	40
B. Gambaran Penyebab Stress Dalam Penyusunan Skripsi.....	40
C. Reaksi Dalam Melakukan Coping Stress Mahasiswa Saat Penyusunan Skripsi ..	47
D. Bentuk Strategi Coping Tress Yang Di Lakukan Mahasiswa Sudah Menikah Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi.....	51
E. PEMBAHASAN	60
BAB V	72
PENUTUP	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	78
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	108

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.....	46
Tabel 4.2.....	51
Tabel 4.3.....	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Wawancara	78
Lampiran 2 Data Subjek.....	79
Lampiran 3 Transkrip Hasil Wawancara.....	80
Lampiran 4 Surat Kesediaan Subjek.....	101
Lampiran 5 Dokumentasi.....	104
Lampiran 6 Surat Keterangan Plagiasi.....	106
Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu hal yang sangat penting dan merupakan cara yang digunakan untuk memperoleh pembelajaran dari berbagai disiplin ilmu, pendidikan juga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat dan bangsa. Kemajuan suatu bangsa juga dapat ditentukan oleh tingkat keberhasilan pendidikan (Biremanoe, 2021). Pendidikan juga dapat diperoleh baik secara formal maupun non formal. Pendidikan secara formal seperti di Perguruan Tinggi diharuskan menghasilkan individu yang kreatif. Namun untuk menjadi individu yang tangguh, bermartabat, mandiri dan kreatif tidaklah mudah, ada beberapa proses pembelajaran yang harus dilalui (Miftah & Muis, 2014).

Mahasiswa yang menuntut ilmu di Perguruan Tinggi memiliki tanggung jawab yang harus dilakukan baik pada saat kuliah berlangsung dan juga saat menyelesaikan kuliahnya. Mahasiswa tidak akan terlepas dari yang namanya keharusan menyelesaikan tugas-tugas studi dan juga aktivitas-aktivitas lainnya, baik itu yang bersifat akademik (misalnya belajar, mengerjakan tugas) maupun non akademik (misalnya organisasi kemahasiswaan, bekerja, dll) (Saputra & Prahara, 2020).

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya dapat membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya. Dalam menjalankan studinya, mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan, metode belajar, dan keterampilan sosial yang sangat berbeda dengan tingkat pendidikan sebelumnya (Biremanoe, 2021). Mereka juga diharapkan mampu memenuhi berbagai tuntutan seperti pemenuhan tugas-tugas perkuliahan, menghadapi kompleksitas materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, beradaptasi sosial di lingkungan kampusnya, dan juga pemenuhan harapan untuk meraih pencapaian prestasi akademik. Menjalani proses perkuliahan tentunya terdapat berbagai macam tantangan dan kendala, salah satu tantangan mahasiswa yang paling sering terjadi adalah saat proses penyelesaian penugasan tugas akhir (Skripsi).

Penugasan tugas akhir (skripsi) merupakan penugasan akademik yang harus dihadapi oleh setiap mahasiswa. Skripsi merupakan suatu karya yang dikerjakan oleh mahasiswa S1 yang melibatkan suatu kemampuan, baik kemampuan intelijen maupun kemampuan emosional (Wakhyudin & Putri, 2020).

Dalam perjalanannya terkadang mahasiswa mengerjakan tugas akhir (skripsi) seringkali mengalami hambatan seperti yaitu pada saat bimbingan, ujian proposal, dan hasil ujian membuat beberapa mahasiswa merasa terbebani dan stress hingga mengalami *burnout*.

Permasalahan *burnout* dan stress karna akademik bukanlah masalah sepele, karena jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan permasalahan psikologis bagi mahasiswa. Bahkan beberapa kasus mahasiswa yang mengalami stress karena permasalahan akademik pada saat sedang dalam proses menyelesaikan tugas akhir skripsi kerap melakukan percobaan bunuh diri. Malang Times (2020) mencatat bahwa terjadi tiga kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa akibat depresi saat mengerjakan tugas akhir pada tahun 2020. Tercatat dari tahun 2014, setidaknya terdapat 10 kasus bunuh diri karena depresi akibat mengerjakan skripsi. Salah satu kasus terbaru adalah dilansir dari merdeka.com (2023), seorang mahasiswa mencoba melakukan aksi bunuh diri karena depresi terhadap skripsi atau tugas akhirnya. Alasan dari mahasiswa tersebut mengakhiri hidupnya dengan gantung diri karena depresi menghadapi banyak persoalan, mulai dari pembuatan skripsi hingga masalah keuangan.

Sebagian mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan momok yang menakutkan bahkan dirasa berat jika mengerjakan skripsi atau tugas akhir. Mereka yang menganggap skripsi merupakan momok menakutkan penyebabnya diantaranya karena memiliki relasi yang kurang baik dengan dosen, workload, kurangnya penghargaan diri, merasakan ketidakadilan dan juga bisa dari faktor kondisi alam. Tak hanya itu yang menghambat lamanya penyelesaian tugas akhir skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa juga dikarenakan karna mereka jatuh sakit, ambil kerjaan di luar jam kuliah dan beberapa mahasiswa lainnya memutuskan untuk menikah terlebih dahulu.

Menikah pada saat menempuh pendidikan di perguruan tinggi diperbolehkan walaupun mereka masih menyandang status sebagai mahasiswa. Mahasiswa yang memutuskan untuk menikah pada saat masih menempuh pendidikan dijenjang perguruan tinggi yaitu karena mereka merasa sudah siap dan sudah cukup matang untuk membina rumah tangga karena pada umumnya mereka sudah mencapai umur 18 tahun keatas (Zulfikar & Nurbayatir, 2021).

Pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa (UU No. 1 tahun 1974). Batasan usia pernikahan di Indonesia menurut Undang-Undang No. 1 tahun 1974 ayat 1, pernikahan dapat dilakukan apabila pihak perempuan minimal berusia 16 tahun dan pihak laki-laki berusia minimal 19 tahun.

Bagi mahasiswa yang memutuskan untuk berkeluarga harus siap dengan tanggung jawab ganda yang akan terjadi pada dirinya, dimana mereka harus membagi waktu antara kuliah dengan keluarga. Selain berkewajiban untuk menyelesaikan kuliahnya, mereka yang sudah berkeluarga ada yang dituntut untuk mencari nafkah dan mengurus keluarganya (Sari & Nurwidawati, 2013).

Fenomena tersebut juga terjadi pada sebagian mahasiswa di Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, bahwa pada masa-masa masih kuliah mereka sudah memutuskan untuk menikah terlebih

dahulu dan harus menanggung tanggungjawab memiliki keluarga. Beban kehidupan yang mereka alami menjadi semakin berat. Beberapa mahasiswa yang sudah menikah dan mereka mengatakan ada beberapa hal yang harus ia adaptasi setelah menikah. Banyak hal yang belum sempat terbayangkan terjadi, seperti tuntutan-tuntutan sosial, moral, ekonomi yang belum dipersiapkan. Berikut beberapa hasil wawancara salah satu mahasiswi UIN Raden Mas Said (AD, 25tahun) yang sudah menikah dan juga sedang dalam proses penyelesaian skripsi. Ia mengungkapkan dalam penyelesaian skripsinya mengalami hambatan dikarenakan pekerjaan, rasa malas dan peran ganda yang ia jalani saat ini yakni sebagai mahasiswa dan sebagai istri yang melayani suami serta mengasuh anak. Ia merasakan sekali bahwa waktunya saat ini tidak se-fleksibel dahulu, dimana ia sulit mengatur waktu dalam membagi perannya dalam perkuliahan, waktu kerja dan keluarga. Sehingga dalam pengerjaan skripsi ia menjadi kurang optimal, waktu yang dimiliki makin terbatas, memiliki emosi yang sulit terkontrol dan berdampak pada waktu pengerjaan tugas akhir skripsinya dan masa studinya

Sama halnya dengan (MA 24 tahun) ia juga mengalami hal yang sama yaitu hambatan yang dialami yaitu waktu yang dimiliki tidak se-fleksibel dulu sebelum menikah, karna peran ganda yang ia jalani sehingga ia sulit menyeimbangkan porsi kedua peran tersebut. Sehingga berdampak pada masa studi kuliahnya. Kelelahan emosional, fisik bahkan mental ia juga rasakan, ia mengungkap bahwa ketertundaanya ini membuat ia sempat merasa kurang percaya diri sehingga menutup diri, sering merasa cemas,

hilang semangat dalam menyelesaikan tugas-tugas, sempat terfikir ingin menyerah sempat mendapat hasutan untuk tidak melanjutkan.

Tak hanya mereka, pada beberapa mahasiswa ada juga yang memilih untuk tidak melanjutkan studinya dan lebih memilih menghilang menutup diri dari lingkungan, fokus menjalani kehidupan barunya sebagai ibu rumah tangga karena ingin fokus pada anak dan ada pula karna faktor ekonomi serta sudah kehilangan semangat dalam melanjutkan pendidikannya akibat kurangnya dukungan sosial .

Mampu untuk menentukan prioritas merupakan hal penting bagi mahasiswa yang sudah berkeluarga karena dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (afrida, 2017) menunjukkan bahwa konflik yang dialami oleh mahasiswa yang sudah berkeluarga yaitu *time based conflict*, yaitu konflik tidak seimbang nya pembagian waktu antar peran. Waktu untuk pemenuhan suatu peran dapat mengurangi waktu untuk memenuhi peran yang lainnya sehingga membuat kerugian pada peran yang lain karena waktu yang digunakan kurang dan dapat menjadi permasalahan di dalam kehidupan mahasiswa yang sudah berkeluarga

Memiliki dua peran yaitu menjadi mahasiswa dan menjadi seorang istri atau suami tentu menjadi tidak mudah untuk bisa menyeimbangkan porsi kedua peran tersebut. Menurut Vaez dan Juhari (2017) sulit untuk mendapatkan keseimbangan antara pendidikan dan kehidupan perkawinan karena membutuhkan banyak usaha dan perhatian dari kedua pasangan.

Oleh karena itu stres dapat menjadi faktor resiko yang menonjol dari pendidikan dan kehidupan pernikahan .

Dampak dari stress sendiri dalam kehidupan tidak selalu berujung buruk karena stress merupakan bagian normal dalam hidup dan tidak sepenuhnya buruk karena tanpa stress kita mungkin tidak cukup termotivasi untuk menyelesaikan aktivitas yang perlu kita penuhi yang menyebabkan stress terjadi. Namun perlu juga kita memiliki strategi coping stress yang baik agar stress yang dialami bisa terkontrol dan tidak menimbulkan dampak negatif untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

Coping sendiri Menurut safarino (Maryam, 2017) adalah usaha untuk menetralsir atau mengurangi stress yang terjadi. Coping merupakan perilaku tidak terlihat yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi suatu yang dinilai sebagai tantangan dalam hidup, dan setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menghadapi stress, karena ada yang dapat mengatasinya dengan efektif ada pula dengan cara yang kurang efektif sesuai kepribadian masing-masing individu.

Mengalami secara langsung bagaimana menyusun skripsi menjadi salah satu menyebabkan stress dan adanya pandangan yang menyatakan bahwa pernikahan merupakan beban tersendiri bagi seorang individu, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana strategi coping stress pada mahasiswi sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi di Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

B. Identifikasi Masalah

Dari permasalahan latar belakang tersebut telah dikemukakan diatas, dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut :

1. Peran ganda yang dijalani mahasiswa sudah berkeluarga membuatnya kesulitan membagi waktu antara pendidikan, keluarga dan pekerjaan sehingga berpengaruh pada masa studi.
2. Keterlambatan dalam menyelesaikan masa studi membuat beberapa mahasiswa berperilaku menarik diri dari lingkungan sosial & perkuliahan.
3. Dukungan sosial berpengaruh dalam meningkatkan optimisme saat penyelesaian tugas akhir skripsi.
4. Self control yang baik mempengaruhi tindakan mahasiswa dalam menyikapi keterlambatannya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka perlu adanya batasan masalah yang akan dijadikan fokus pada penelitian ini. Masalah dalam penelitian ini hanya pada strategi coping yang dilakukan pada mahasiswa sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi. Adapun obyek penelitian adalah mahasiswi di Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang dikemukakan sebelumnya, permasalahan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

“Bagaimana bentuk *coping stress* mahasiswa yang sudah menikah dalam penyelesaian tugas akhir skripsi di Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pokok-pokok masalah yang dirumuskan diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk *coping stress* yang dilakukan oleh mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said yang telah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :

a. Bagi akademisi

Penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi serta memperbanyak studi teori penelitian psikologi dan dapat digunakan sebagai referensi atau rujukan pada penelitian berikutnya

b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan pertimbangan serta perbandingan saat melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel lain.

2. Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat:

- a. Bagi subjek penelitian, Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman bagi mahasiswa dalam mengelola strategi coping stress dengan baik.
- b. Bagi mahasiswa, sebagai bahan acuan pengambilan keputusan dalam menghadapi rasa stress saat menyusun skripsi; meminimalisir dengan strategi *coping stress* yang baik
- c. Bagi prodi bimbingan konseling islam memberikan gambaran dan kontribusi sebagai bahan acuan yang dijadikan sebagai literatur pada penelitian mahasiswa bimbingan konseling islam dalam mengerjakan skripsi yang terkait dengan stress.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori.

1. Coping

a. Pengertian *Coping*

Sarafino (2011) mendefinisikan *coping* sebagai suatu usaha untuk mengatur ketidaksesuaian perasaan antara tuntutan dan kemampuan yang orang itu miliki dalam situasi yang menekan, Sarafino juga menjelaskan bahwa usaha *coping* bervariasi dan tidak semuanya berujung pada penyelesaian masalah.

Menurut Lazarus & Folkman, Coping stress adalah proses yang dilalui individu untuk mengatasi kondisi stress dan mampu menghasilkan perilaku yang sesuai serta melakukan adaptasi yang efektif dengan kondisi yang sedang dihadapi, sehingga masih dapat melakukan aktivitas seperti biasanya (Hidayat & Adri, 2021).

Menurut Stuart dan Sundeen (Maryam, 2017) Strategi *coping* dapat digolongkan menjadi 2 (dua) yaitu: strategi *coping* adaptif dan strategi *coping* maladaptif.

Strategi *coping* adaptif merupakan strategi yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Kategori dalam strategi *coping* adaptif adalah berbicara dengan orang lain,

memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang dan aktivitas konstruktif (kecemasan yang dianggap sebagai sinyal peringatan dan individu menerima peringatan serta individu menerima kecemasan itu sebagai tantangan untuk diselesaikan).

Sedangkan strategi *coping* maladaptif adalah strategi yang menghambat fungsi integrasi, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan. Kategori dalam strategi *coping* maladaptif adalah makan berlebihan atau tidak makan, bekerja berlebihan, menghindar dan aktivitas destruktif (mencegah suatu konflik dengan melakukan pengelakan terhadap solusi).

Berdasarkan dari beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *Coping* stress adalah suatu upaya penyelesaian masalah yang disebabkan oleh lingkungan yang dinilai membebani seseorang dengan melalui proses memulihkan kondisi yang bisa diatasi oleh individu tersebut.

b. Tujuan Coping

Coping bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasakan menekan, menantang, membebani dan melebihi sumberdaya (*resource*) yang dimiliki. Sumberdaya coping yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi strategi coping yang akan dilakukan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan.

Coping mempunyai 2 tujuan, yaitu: pertama, individu yang berupaya untuk mengganti interaksi antara dirinya serta lingkungannya supaya lebih positif. Kedua, individu berusaha meringankan ataupun meminimalkan tekanan emosional yang mereka punya.

c. Jenis Coping

Lazarus dan Folkman (Mariyanti & Karnawati, 2015) coping mempunyai 2 (dua) fungsi utama yaitu mengatur emosi yang menekan dan mengubah hubungan atau tuntutan yang bermasalah antara individu dan lingkungan yang menimbulkan tekanan. Lazarus membagi coping menjadi dua kategori besar:

1. *Problem-Focused Coping* (PFC).

Pada *problem-focused coping* (coping terpusat masalah) bertujuan untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang menekan atau memperluas kemampuannya untuk menghadapi masalah. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak contoh dari *problem focused coping* seperti keluar dari pekerjaan yang membuat stres, memilih karir lain untuk dijalani, mencoba mencari pertolongan medis dan psikologis, dan mempelajari keterampilan baru. Orang cenderung menggunakan coping ini ketika mereka percaya bahwa keadaan bisa dirubah.

Folkman dan Lazarus (Mariyanti & Karnawati, 2015), mengidentifikasi beberapa aspek *problem focused coping*. Aspek-aspek tersebut ialah:

- 1) *Seeking informational support*, yaitu mencoba untuk memperoleh informasi dari orang lain, seperti dokter, psikolog, atau guru.
- 2) *Confrontative coping*, yaitu melakukan penyelesaian masalah secara konkret.
- 3) *Planful problem-solving*, menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah serta berusaha mencari solusi secara langsung terhadap masalah yang dihadapi.

2. *Emotion-Focused Coping* (EFC).

Pada *emotion-focused coping* (coping terpusat emosi) bertujuan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi yang menekan atau *stressful*. Manusia dapat mengatur respon emosional mereka melalui pendekatan *behavioral* dan *kognitif*.

Contoh dari pendekatan *behavioral* adalah dengan menggunakan obat-obatan dan alkohol, mencari dukungan emosional dan social dari kerabat, atau terlibat dalam suatu aktivitas; seperti olahraga atau menonton tv, dimana aktivitas tersebut dapat mengalihkan perhatian mereka dari masalah.

Pendekatan kognitif meliputi bagaimana pandangan orang tersebut mengenai situasi yang menekan. Pada pendekatan ini, orang akan mengartikan kembali situasi tersebut sebagai hal yang baik-baik saja. Seperti melihat bahwa hal tidak mungkin bertambah buruk, membuat perbandingan dengan orang lain yang masalahnya lebih berat, atau melihat suatu hikmah dari masalah tersebut.

Sedangkan (Smet, 1994) menjelaskan bahwa *emotional focused Coping* ini salah satunya digunakan individu untuk meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan. Jadi individu menghindari masalah yang tidak menyenangkan dalam diri yang dianggap tidak mampu diselesaikan maka mengatur emosi dapat mengurangi permasalahan dalam diri.

Folkman dan Lazarus (Mariyanti & Karnawati, 2015) mengidentifikasi beberapa aspek *emotion-focused coping*. Aspek-aspek tersebut ialah:

1. *Seeking social emotional supports*, yaitu mencoba untuk memperoleh dukungan secara emosional maupun sosial dari orang lain.
2. *Distancing*, yaitu mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat sebuah harapan positif.

3. *Escape avoidance*, yaitu mengkhayal mengenai situasi atau melakukan tindakan atau menghindar dari situasi yang tidak menyenangkan. Individu berandai jika permasalahannya pergi dan mencoba untuk tidak memikirkan mengenai masalah dengan tidur atau menggunakan alkohol berlebih.
4. *Self control*, yaitu mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri, atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah.
5. *Accepting responsibility*, yaitu menerima untuk menjalankan masalah yang dihadapinya sambil mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
6. *Positive reappraisal*, yaitu mencoba membuat suatu arti positif dari situasi tersebut, kadang-kadang dapat bersifat religius.

d. Faktor Yang Mempengaruhi Coping

Taylor dan Staton (Maryam, 2017) mengungkapkan bahwa individual differences mempengaruhi seseorang dalam mengatasi kondisi *stressful* yang pada akhirnya akan berdampak pada kesehatan. Faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi coping, yaitu:

1. *Optimism* (Optimis), yaitu harapan bahwa akan terjadi hasil baik pada diri daripada hal buruk.

2. *Personal Control* (Kontrol Personal), yaitu perasaan bahwa orang dapat membuat keputusan dan tindakan efektif untuk mendapatkan hasil yang diharapkan, serta menghindari yang tidak diharapkan.
3. Interpretasi positif terhadap diri sendiri serta *self esteem* yang tinggi.
4. *Social Support* (Dukungan Sosial), persepsi atau pengalaman dicintai atau diperhatikan oleh orang lain serta perasaan berharga dan bernilai bagi orang lain.

Lazarus dan Folkman (Maryam, 2017) mengatakan bahwa strategi coping menunjuk pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi, atau meminimalisasikan suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan.

Dengan begitu dapat dikatakan bahwa strategi coping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Pemilihan strategi yang dilakukan oleh individu dalam menghadapi masalah yang dialaminya dapat mempengaruhi bagaimana kepribadian seseorang.

e. Respon Coping

Respon *coping* sangat berbeda antar individu dan sering berhubungan dengan persepsi individual dari kejadian yang penuh stres. *Coping* dapat diidentifikasi melalui respon, manifestasi (tanda dan gejala) dan pernyataan klien dalam wawancara. *Coping* dapat dikaji melalui berbagai aspek, baik fisiologis maupun psikososial.

Helmi dalam triantoro (2009) ada empat macam reaksi stress, yaitu reaksi psikologis, fisiologis, proses berfikir dan tingkah laku. Keempat macam reaksi ini dalam perwujudannya dapat bersifat positif, tetapi dapat berwujud negatif, diantaranya:

- 1) Reaksi psikologis, biasanya dikaitkan pada aspek emosi, seperti mudah marah, sedih ataupun mudah tersinggung.
- 2) Reaksi fisiologis, biasanya muncul dalam keluhan fisik, seperti pusing, nyeri tengkuk, tekanan darah naik, nyeri lambung, gatal-gatal kulit ataupun rambut rontok.
- 3) Reaksi kognitif, biasanya tampak dalam gejala sulit berkonsentrasi, mudah lupa, ataupun sulit mengambil keputusan.
- 4) Reaksi perilaku, pada remaja tampak dari perilaku –perilaku

menyimpang seperti mabuk, nge-pil frekuensi rokok meningkat, ataupun menghindar bertemu dengan teman.

Sedangkan menurut Farid Mashudi (2021) jenis coping stress dibagi menjadi dua yaitu coping positif dan negatif.

1. Coping negatif

Coping negatif meliputi *giving up* atau melarikan diri dari kenyataan atau situasi stress, agresif, memanjakan diri sendiri dengan berperilaku konsumerisme yang berlebihan, mencela diri sendiri dan menolak kenyataan dengan melindungi diri dari suatu kenyataan yang tidak menyenangkan.

2. Coping positif

Coping positif diartikan sebagai upaya untuk menghadapi situasi stress secara sehat dan menurut beberapa ahli psikologi memperkirakan bahwa humor merupakan coping yang positif.

Memiliki beberapa ciri yaitu, menghadapi masalah secara langsung, mempersepsi situasi stress dengan rasional, mengendalikan diri dalam mengatasi masalah, tindakan coping positif.

2. Stress

a. Pengertian stress

Stress adalah respons seseorang terhadap kejadian-kejadian yang mengancam atau menantang mereka. Stress adalah gangguan emosional yang diciptakan oleh tekanan yang tidak dapat diatasi oleh individu. Stress internal atau eksternal dan situasi bermasalah ada dalam kehidupan (tekanan internal dan eksternal dan kondisi menantang lainnya dalam hidup), sedangkan stress dalam leksikon psikologi mengacu pada keadaan tertekan secara fisik dan mental. psikologis.

Stress, menurut Hans Selye, adalah respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau tekanan yang dihadapinya. *Hiposkripsi*, yang pertama kali diajukan pada tahun 1976, mencirikan kondisi bentuk tubuh manusia. Tentu saja, tidak semua orang bereaksi dengan cara yang sama; ada orang yang kuat dalam satu situasi dan lemah dalam situasi lain. Berikut contoh mengenai stress menurut Kartono dan Gulo, menggambarkan stress sebagai berikut:

- a. Stimulus yang menguji sumber daya psikologis atau fisiologis.
- b. Semacam frustrasi di mana upaya yang ditujukan untuk mencapai tujuan telah terganggu atau dibuat sulit tetapi

tidak terhalang peristiwa ini sering disertai dengan perasaan takut untuk mencapai tujuan.

- c. Kekuatan yang bekerja pada suatu sistem, termasuk ketegangan fisik dan psikologis pada tubuh dan pikiran.
- d. Suatu keadaan fisik atau psikologis yang dihasilkan dari rasa takut dan cemas.

Menurut Robert S. Fieldman (2012) stress adalah suatu proses yang menilai suatu peristiwa sebagai suatu yang mengancam, menantang, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stress dapat saja positif (misalnya, merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh, kematian keluarga). Sesuatu di definisikan sebagai peristiwa yang menekan (*stressful event*) atau tidak, bergantung pada respon yang diberikan oleh individu

.Stress adalah suatu tuntutan yang mendorong organisme untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri. Sedangkan *stressor* adalah suatu sumber stress. Berikut merupakan aspek-aspek stres :

1. Aspek fisik Berdampak pada menurunnya kondisi seseorang pada saat stress sehingga orang tersebut

mengalami sakit pada organ tubuhnya, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan.

2. Aspek psikologis Terdiri dari gejala kognisi, gejala emosi, dan tingkah laku masing-masing gejala tersebut mempengaruhi kondisi psikologis seseorang dan membuat kondisi psikologisnya menjadi negatif, seperti menurunnya daya ingat, merasa sedih dan menunda pekerjaan. Hal ini dipengaruhi oleh berat atau ringannya stress.

b. Sumber-sumber Stres

Sumber stress dapat berubah-ubah, sejalan dengan perkembangan manusia tetapi kondisi stress juga dapat terjadi disetiap saat sepanjang kehidupan. Menurut Robbins (Cahyono, 2019) sumber stress dibagi menjadi tiga faktor, yaitu :

- a. Faktor lingkungan, meliputi ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politis dan ketidakpastian teknologis.
- b. Faktor organisasional, meliputi: (a) tuntutan tugas dimana di dalamnya termasuk desain pekerjaan, kondisi kerja dan tata letak kerja; (b) tuntutan peran; (c) tuntutan antarpribadi; (d) struktur organisasi; (e) kepemimpinan organisasi; (f) tahap kehidupan organisasi.
- c. Faktor individual, meliputi faktor keluarga, ekonomi, dan kepribadian

c. Jenis-jenis Stres

Karena terdapat stressor internal dan eksternal, maka para peneliti membedakan antara stres yang merugikan atau merusak yang disebut sebagai distress dan stres yang menguntungkan atau membangun, yang disebut sebagai eustress. Berikut adalah penjelasannya:

- 1) Eustress adalah stres yang menghasilkan respon individu bersifat sehat, positif, dan membangun. Respon positif tersebut tidak hanya dirasakan oleh individu tetapi juga oleh lingkungan sekitar individu, seperti dengan adanya pertumbuhan, fleksibilitas, kemampuan adaptasi, dan tingkat performance yang tinggi.
- 2) Distress adalah stres yang bersifat berkebalikan dengan eustress, yaitu tidak sehat, negatif, dan merusak. Hal tersebut termasuk konsekuensi individu dan juga organisasi seperti tingkat ketidakhadiran (absentism) yang tinggi, sulit berkonsentrasi, sulit menerima hasil yang didapat.

d. Dampak Stres

Para psikolog kesehatan kontemporer yang memiliki spesialisasi dalam PNI telah mengambil pendekatan yang lebih luas terhadap stress. Berfokus pada hasil dari stress, mereka telah mengidentifikasi tiga konsekuensi utama:

- a. . Efek fisiologis langsung
 - 1) Tekanan darah naik
 - 2) Penurunan fungsi imun
 - 3) Peningkatan aktivitas horman
 - 4) Kondisi psikofisiologis b.
- b. Perilaku yang berbahaya
 - 1) Peningkatan konsumsi rokok dan alcohol
 - 2) Nutrisi menurun
 - 3) Tidur berkurang
 - 4) Peningkatan konsumsi obat
- c. Perilaku yang secara tidak langsung mempengaruhi kesehatan
 - 1) Penurunan kepatuhan akan nasihat medis
 - 2) Peningkatan penundaan dalam mencari pertolongan medis
 - 3) Penurunan kecenderungan untuk mencari kesehatan medis

e. . Tahap-tahap Stres

Sindrom adaptasi umum (GAS), menyebutkan bahwa respons fisiologi terhadap stress mengikuti pola yang sama, terlepas dari penyebab munculnya stress.

- a. Tahap pertama. Peringatan dan mobilisasi, terjadi ketika seseorang menyadari adanya stressor. Pada tingkat

biologis, sistem saraf simpatis menjadi teraktivasi yang membuat seseorang mengatasi stressor pada awalnya.

- b. Tahap kedua. Perlawanan, pada tahap ini tubuh memerangi stressor secara aktif pada tingkat biologis. Misalnya, seorang mahasiswa yang menghadapi stress karena kegagalan dalam beberapa mata kuliah dapat menghabiskan banyak waktu untuk belajar dalam menangani stress tersebut.
- c. Tahap ketiga. Kelelahan, pada tahap ini kemampuan seseorang untuk memerangi stressor menurun hingga titik ketika konsekuensi negatif dari stress tersebut muncul: sakit fisik dan simtom psikologis dalam bentuk ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, lebih mudah tergantung, atau kasus yang parah adalah disorientasi serta hilangnya sentuhan dengan realitas.

3. Mahasiswi Yang Sudah Menikah

a. Pengertian mahasiswa

Sarwono (1978) mengemukakan bahwa mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi. Mahasiswa juga merupakan calon intelektual

atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat yang sering kali syarat dengan berbagai predikat. Mahasiswa berbeda dengan siswa. Mahasiswa memiliki tanggung jawab yang lebih besar sebab mahasiswa dituntut untuk dapat bisa berguna bukan hanya untuk dirinya sendiri melainkan untuk orang lain.

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa adalah seseorang yang memiliki status dan hubungan dengan perguruan tinggi, baik itu universitas, institut ataupun akademi serta diharapkan dapat menjadi calon intelektual.

b. Fungsi Mahasiswa

Hudori (Dela, 2019) menjelaskan Peran dan fungsi mahasiswa ialah sebagai berikut;

- a. *Iron Stock*, mahasiswa harus bisa menjadi pengganti orang-orang yang memimpin di pemerintahan nantinya, yang berarti mahasiswa akan menjadi generasi penerus untuk memimpin bangsa ini.
- b. *Agent of Change*, mahasiswa dituntut untuk menjadi agen perubahan. Jika ada sesuatu yang terjadi di lingkungan sekitar dan ternyata itu salah, mahasiswa dituntut untuk merubahnya sesuai dengan harapan yang sesungguhnya.
- c. *Social Control*, harus mampu mengontrol sosial yang ada di lingkungan sekitar

(masyarakat). Selain pintar di bidang akademis, mahasiswa harus pintar dalam bersosialisasi dengan lingkungan.

- d. *Moral Force*, mahasiswa diwajibkan untuk menjaga moral-moral yang sudah ada. Jika di lingkungan sekitarnya terjadi hal-hal yang tidak bermoral, maka mahasiswa dituntut untuk merubah serta meluruskan kembali sesuai dengan apa yang diharapkan.

Mahasiswi yang telah menikah sebelum menyelesaikan masa studinya akan menemukan permasalahan yang timbul dalam kehidupan pernikahan yang berstatus mahasiswa, selain bertanggung jawab sebagai pelajar seperti yang terurai di atas, individu juga bertanggung jawab terhadap kehidupan keluarga.

Mahasiswa yang telah menikah, tentunya akan memiliki status yang berbeda dengan sebelumnya. Jika sebelumnya berstatus lajang maka akan berubah menjadi status sudah menikah. Jika sebelumnya hanya berstatus sebagai mahasiswa maka akan bertambah statusnya menjadi anggota keluarga (suami/istri). Perbedaan status yang terjadi inilah kemudian memunculkan keterbatasan-keterbatasan relasi sosial yang dimiliki oleh mahasiswa yang telah menikah.

4. Tugas Akhir Skripsi

Skripsi adalah laporan tertulis hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa dengan bimbingan dosen pembimbing skripsi untuk dipertahankan di hadapan penguji skripsi sebagai syarat untuk memperoleh derajat sarjana. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana.

Berdasarkan definisi awam yang dirumuskan skripsi mengandung komponen pengertian berikut antara lain karya tulis, ilmiah, hasil penelitian, dilakukan oleh mahasiswa, berkualifikasi sarjana (Rahyono, 2010). Kesulitan kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat mengakibatkan gangguan psikologis pada mahasiswa. Kesulitan kesulitan dalam menyusun skripsi bagi mahasiswa sering dijadikan beban yang berat, kesulitan kesulitan tersebut menjadi dampak negatif bagi mahasiswa tersebut dan dapat menyebabkan gangguan kecemasan (Hidayat, 2008).

Skripsi merupakan salah satu kewajiban yang harus diselesaikan seorang mahasiswa Strata Satu (S1) sebagai syarat yang harus dikerjakan sebelum memperoleh gelar kesarjanaan. Sebagai sebuah kewajiban akhir, banyak persepsi bagi mahasiswa yang menganggap penyusunan skripsi amatlah

penting, sehingga menjadi momok yang menakutkan bagi sebagian mahasiswa, yang dimaksud di sini adalah adanya persepsi dalam pembuatan skripsi pasti akan banyak menguras tenaga, waktu, biaya bahkan tak jarang menguras emosi peneliti yang akhirnya menimbulkan gejala stress dan kecemasan dalam diri mahasiswa (Kinansih,2011). Jadi Skripsi adalah penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa untuk mendapatkan gelar sarjana S1.

B. Hasil Penelitian Relevan

Untuk mendukung suatu penelitian pastinya terdapat acuan dalam melakukannya sehingga seorang penulis dapat memperbanyak teori yang dapat digunakan dalam mengkaji penelitian yang sedang dilaksanakan sehingga hal tersebut dapat diperkuat oleh penelitian terdahulu. Pada penelitian ini terdapat beberapa penelitian yang mendukungnya, berikut beberapa penelitian sebelumnya :

1. Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Hamzah Zulfikar dan Siti Rohmah Nurhayati (2021) dalam jurnalnya yang berjudul “Strategi *Coping* Pada Mahasiswa Yang Sudah Menikah” . adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji dan mendeskripsikan permasalahan yang terjadi pada mahasiswa yang sudah menikah dan strategi *coping* yang dilakukannya. Penelitian ini pada teknik analisis data menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permasalahan yang

sering muncul pada mahasiswa yang sudah menikah adalah kekhawatiran, keturunan dan masalah ekonomi. Dan masalah-masalah tersebut, strategi *coping* yang digunakan adalah *problem-focused coping*, *emotional focused coping* dan strategi *religious-focused coping*.

2. Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Himmatu; Aliyah, Imam Zanuari, Emmyk Windartik (2021) dalam jurnalnya yang berjudul “Gambaran *Distress* Dan *Burnout* Dalam Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto”. dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 134 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mendapati hasil (83,5%) 122 mayoritas mengalami burnout sedang, mahasiswa mengalami *anxiety* sedang 65 (48,5%), mahasiswa depresi normal 62(46,3%) .
3. Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh nindya wijayanti dalam skripsi berjudul “Strategi *Coping* Menghadapi *Stress* Dalam Penyusunan Tugas Akhir Pada Mahasiswa Program S-1 Fakultas Ilmu Pendidikan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat, sumber stress, jenis stress mahasiswa dan strategi coping menghadapi stress dalam penyusunan tugas akhir skripsi yang dilakukan mahasiswa FIP UNY angkatan 2008.

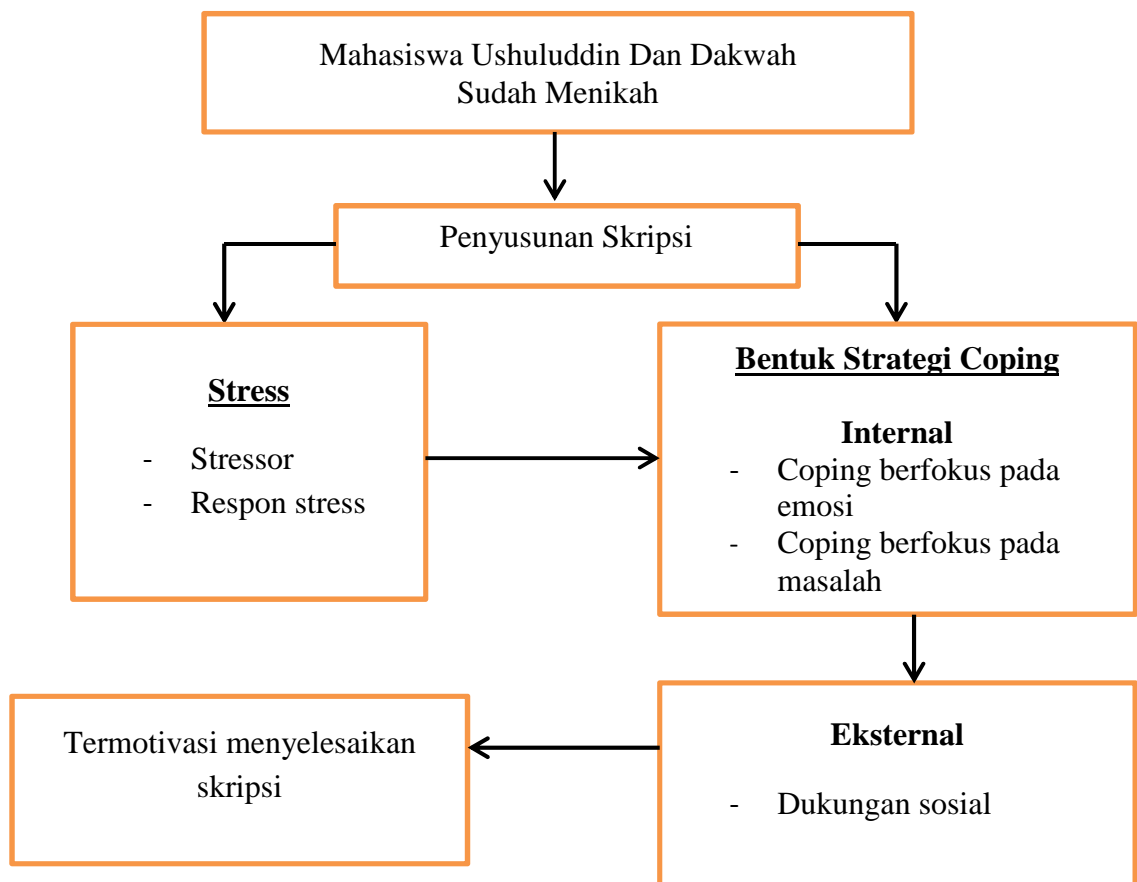
4. Keempat , penelitian yang dilakukan oleh Annisa Rachma Dan Putu Nugrahaeni (2021) yang berjudul “Strategi *Coping* Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi Covid-19”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* apa saja yang digunakan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi. Menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologi. Dan didapati hasil pemilihan strategi *coping* yang dilakukan dipengaruhi konsep diri , keinginan diri sendiri, lingkungan pertemanan, keluarga dan waktu.
5. Kelima, penelitian yang dilakukan oleh Riski Oktagusani (2018) yang berjudul “*Coping Stress* Pada Mahasiswa Berkeluarga” . penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab stress pada mahasiswa yang sudah berkeluarga dan coping stress yang digunakan dalam mengatasi masalah. Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa faktor penyebab stress pada mahasiswa berkeluarga adalah tuntutan akademik, perbedaan pendapat, faktor lingkungan, faktor ekonomi, perilaku negative pasangan perjudohan, sulit membagi waktu, hubungan jarak jauh dengan pasangan.

Dari uraian diatas, persamaan penelitian terdahulu dan penelitian yang akan dilaksanakan peneliti terletak pada jenis penelitian, yaitu penelitian kualitatif dan persamaan lainnya antara lain focus penelitian yaitu coping stress pada mahasiswa yang sudah menikah dalam penyelesaian tugas akhir skripsi. Sedangkan perbedaan penelitian terdahulu dan penelitian yang akan

dilaksanakan adalah tinjauan penelitian, aspek indikator yang diteliti, lokasi dan sampel penelitian.

C. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan rancangan isi dari skripsi yang dikembangkan melalui topik yang telah ditentukan. Kerangka pikir dalam penelitian ini difokuskan pada penerapan strategi coping dalam mengatasi stress pada penyusunan skripsi pada mahasiswa sudah menikah Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Surakarta. Adapun kerangka pikir yang digunakan dalam penelitian ini disajikan pada gambar dibawah, yaitu sebagai berikut.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, yaitu penelitian yang bermaksud fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian misalnya, perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (indranata, 2008).

Menurut Bogdan & Taylor (1992) bahwa metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Sedangkan menurut Kirk dan Miller (Lexy J., 2010) bahwa penelitian kualitatif merupakan tradisi tertentu dan ilmu pengetahuan sosial yang secara fundamental bergantung pada pengamatan manusia dalam kawasannya sendiri dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan peristilahannya.

Penelitian ini bersifat deskriptif, menurut Sugiyono (2005) menyatakan bahwa metode deskriptif adalah suatu metode yang digunakan untuk menggambarkan atau menganalisis suatu hasil penelitian tetapi tidak digunakan membuat kesimpulan yang lebih luas. Tujuan penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan

secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki (Nazir, 2009).

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Lingkungan Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. Penelitian ini dilaksanakan mulai 13 Desember 2022 sampai 25 april 2023.

C. Subyek Penelitian

Subjek peneliti merupakan sumber informasi untuk mencari data dan masukan-masukan dalam mengungkap suatu masalah penelitian yang dimanfaatkan untuk mencari (Moleong L. J., 2007). Adapun responden subyek penelitian ini ialah merupakan mahasiswa jenjang S-1 atau sedang berproses mengerjakan tugas akhir skripsi. Pemilihan subjek menggunakan sampel non probabilitas (*non probability sampling*) dengan jenis *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel (sumber data) dengan pertimbangan tertentu, dimana orang tersebut dianggap dapat mewakili atau mengetahui mengenai apa yang diharapkan Peneliti (Sugiyono, 2005).

Berikut karakteristik informan dalam penelitian ini :

1. Berstatus mahasiswa Ushuluddin Dan Dakwah.
2. Berstatus sudah menikah serta sudah memiliki anak dan sedang menempuh tugas akhir skripsi.
3. Bersedia menjadi subjek penelitian dengan mengisi *informed consent*.

D. Teknik Pengumpulan Data

Untuk menghimpun atau mengumpulkan data yang di butuhkan sebagai bahan pembahasan dan analisis, dalam penelitian ini digunakan metode-metode sabagai berikut:

a. Wawancara

Dalam penelitian ini, metode wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data utama. Wawancara adalah metode pengumpulan data dengan cara mengadakan tanya jawab langsung (tatap muka) dengan subjek dan informan (Moleong L. J., 2007). Rustanto (2015), menjelaskan wawancara adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh informasi secara lisan dari informan (orang yang diwawancarai), melalui interaksi verbal secara langsung dengan bertatap muka atau menggunakan media seperti telepon, bertujuan untuk memperoleh data yang menjawab permasalahan penelitian.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu berupa pedoman wawancara. Wawancara akan direkam, rekaman wawancara ini digunakan untuk membantu peneliti dalam proses mengidentifikasi bagian-bagian dari penelitian yang ditemukan selama wawancara atau data sebelumnya serta melaporkan berbagai catatan yang didapat selama wawancara.

b. Observasi

Observasi adalah pemilihan, perubahan, pencatatan, dan pengkodean serangkaian perilaku serta suasana yang berkenaan dengan organisme sesuai dengan tujuan empiris (M. Iqbal Hasan, 2002: 86).

Dalam penelitian ini observasi dilakukan dengan cara non-partisipan, yakni peneliti tidak secara langsung mengamati informan maupun subjek penelitian dilapangan, namun disisi lain peneliti ikut serta merasakan kegiatan yang dialami oleh informan yakni sebagai peneliti yang juga tengah mengerjakan skripsi .

c. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mengumpulkan data dengan melihat atau mencatat suatu laporan yang sudah tersedia. Metode ini dilakukan dengan melihat dokumen-dokumen resmi seperti monografi, catatan-catatan serta buku-buku peraturan yang ada. Dokumen sebagai metode pengumpulan data adalah setiap pernyataan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa atau menyajikan akunting (Tanzeh, 2011).

Dokumentasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan cara mengumpulkan data melalui wawancara yang direkam dan mendokumentasikan kegiatan yang terjadi saat melakukan proses wawancara yang berupa tulisan, rekaman, gambar atau foto guna memperoleh informasi atau sebuah gambaran yang berguna dalam penelitian.

Dokumentasi yang didapat dalam penelitian ini adalah berupa rekaman saat proses wawancara serta foto dokumentasi saat pelaksanaan wawancara dan menunjukkan kartu KTM sebagai bukti serta surat kebersediaan menjadi subjek penelitian (*informed consent*).

E. Keabsahan Data

Keabsahan data adalah penyajian data yang didapatkan penelitian untuk mengetahui apakah data tersebut kebenarannya dapat dipertanggungjawabkan atau tidak (Moleong L. J., 2007). Pemeriksaan terhadap keabsahan data pada dasarnya, selain digunakan untuk menyanggah balik yang dituduhkan kepada peneliti kualitatif yang mengatakan tidak ilmiah, juga merupakan sebagai unsur yang tidak terpisahkan dari tubuh pengetahuan penelitian kualitatif (Moleong L. J., 2007).

Maka dari itu untuk memeriksa keabsahan data, peneliti menggunakan triangulasi sumber yaitu untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Data yang diperoleh dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (*member check*) dengan tiga sumber data (Sugiyono, 2005). Dan menurut (Wiersma, 1986) Triangulasi adalah sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai waktu. Untuk itu keabsahan data dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Mengamati dan membandingkan hasil wawancara dengan data hasil pengamatan atau observasi.
- b. Mengamati dan membandingkan apa yang dikatakan orang secara umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data Teknik analisis data adalah proses mengatur urutan data, mengorganisasinya ke dalam suatu pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data (Moleong L. J., 2012).

Menurut Lexy J Moleong (2012) analisis data secara sistematis dilakukan dengan tiga langkah bersamaan yaitu:

1. Reduksi data, diartikan sebagai proses pemilihan, pemutusan perhatian pada penyederhanaan data, pengabstrakan dari transformasi data besar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Reduksi data berlangsung secara continuen selama berlangsung kegiatan yang berorientasi kualitatif. Reduksi data dilakukan dengan cara menumpulkan hasil observasi, hasil wawancara ditambah dengan hasil pencatatan dokumentasi. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk pengumpulan data selanjutnya.
2. Penyajian data, adalah sekumpulan informasi sistematis yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan

tindakan. Penyajian tersebut berupa matrik, grafik, jaringan, dan bagan.

3. Penarikan kesimpulan, bersifat sementara dan bahkan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat dan mendukung pada tahap penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

Pengumpulan data penelitian dimulai dengan pelaksanaan penelitian. Dengan melakukan observasi di kampus UIN Raden Mas Said Surakarta mencari informan mahasiswa semester akhir yang sudah berkeluarga. Setelah mendapatkan informasi subjek. Peneliti membuat janji temu di area lingkungan kampus dan ada juga yang datang langsung ke rumah subjek, dikarenakan mereka sudah jarang ke kampus hanya sesekali ke kampus jadi peneliti ada yang datang ke rumah subjek agar penelitian cepat selesai. Penulis mendapat 4 (orang) mahasiswi untuk menjadi subjek penelitian. Setelah menemukan beberapa orang yang paling sesuai dapat diterima. Mahasiswi yang menjadi subjek penelitian adalah mereka yang sudah berkeluarga dan sedang dalam proses mengerjakan tugas akhir (Skripsi). Instruksi wawancara yang sama digunakan untuk setiap subjek penelitian, tetapi disesuaikan dengan situasi dan interaksi antara peneliti dan subjek yang akan di wawancarai.

B. Gambaran Penyebab Stress Dalam Penyusunan Skripsi

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan 4 subjek akhirnya dapat diketahui tentang gambaran faktor penyebab stress yang menghambat mahasiswa menyelesaikan skripsi.

1. Subjek AD

Subjek pertama berinisial AD merupakan mahasiswa perempuan berumur 25 tahun yang saat ini berada di semester 13, subjek merupakan mahasiswa yang sudah menikah pada 2021 dan dikaruniai anak laki-laki berumur 1 tahun. Ia tinggal ikut bersama suaminya di kartasura, subjek sudah mengerjakan skripsinya kurang lebih 3 tahun. Peneliti melakukan wawancara dengan subjek AD di kediaman rumahnya, peneliti menyambangi rumahnya yang kebetulan dekat dengan area kampus, sehingga selesai dari kampus peneliti datang dan disambut subjek beserta anaknya, sebelum proses wawancara dimulai, subjek AD menitipkan anaknya terlebih dahulu ke pada suaminya agar proses wawancara berjalan dengan fokus.

Pada awal wawancara subjek menunjukkan kondisi agak tertekan karena teringat lagi pada proses skripsi. Ia menunjukkan perasaan bersalah saat menceritakan kemundurannya dalam menyusun skripsi. Menurut AD, memang ia sudah mengalami banyak kendala sejak awal, dimulai dari ACC judul hingga melakukan penelitian, tetapi prosesnya sangat lambat apalagi setelah ia menikah progress dalam pengerjaan skripsinya makin lama.

“...skripsi saya juga terhambat karena juga kerja disisi lain juga bimbingan jarang saya ke kampus terus akhirnya skripsi saya lama saya hidden gitu, trus setelah menikah saya lanjut, tetapi selama abis menikah saya hamil dan ambil cuti 1 semester lalu setelah melahirkan saya lanjut lagi...”

Subjek AD menjelaskan bahwa ia merasa malu dan insecure ketika berada di lingkungan sekitar karena ia merasa pandangan orang-orang di sekitarnya berbeda karena statusnya yang sudah menikah dan memiliki anak tetapi belum juga selesai dalam menyelesaikan masa studinya. Kendala lain yang ia jumpai yaitu kesulitan pada saat ingin mencari data dengan menemui narasumbernya, karena di rumah tidak ada yang menjaga putranya, ia jadi sedikit terhambat bila ingin keluar rumah untuk pergi ke kampus.

2. Subjek MA

Merupakan seorang mahasiswi yang masih dalam tahap revisian dan yudisium, subjek merupakan perempuan berusia 24 tahun yang saat ini berada di semester 14, subjek merupakan mahasiswa yang menikah pada 2020 dan sudah dikaruniai anak satu perempuan berumur 2 tahun. Ia tinggal di ngawi, subjek sudah mengerjakan skripsinya kurang lebih 2 tahun.

Peneliti melakukan wawancara di dalam Gedung Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, kami membuat janji temu di kampus dikarenakan jarak rumah yang begitu jauh, sehingga kami membuat janji bertemu di lingkup kampus.

Subjek MA menjelaskan Pengerjaan skripsinya sempat tertunda akibat beberapa hal salah satunya karena pembagian waktu antara urusan akademik yaitu mengerjakan revisian skripsi dengan kewajiban urusan di kelurga dan struktural penulisan skripsi yang membuat ia

menjadi lama, menurutnya ia masih kebingungan dalam mengerjakan skripsi di bagian struktural penulisan yang sesuai arahan kampus terkini, sedangkan ia sudah lama berhenti mengerjakan skripsi, jadi di beberapa bagian dalam penulisan skripsi membuat ia kebingungan dan sulit memahami.

Dalam sesi wawancara, ia juga mengatakan bahwa tidak bisa dipungkiri bahwa menikah menjadi salah satu yang membuatnya lama dalam menyelesaikan skripsi karena membutuhkan adaptasi dengan rutinitas menjadi mahasiswa sekaligus ibu rumah tangga.

“secara ga langsung mempengaruhi soale ya peran ganda itu tidak mudah di lakukan ibarate awadewe ki kan seh merintis jek mulai membiasakan mengimbangi rutinitas seng ndue kewajiban double tetep berpengaruh di saya”

Selain itu keterbatasan waktu juga menjadi salah satu hambatan ia dalam menyelesaikan skripsinya dikarenakan ia sudah memiliki anak sehingga ia harus membagi atau mengatur waktu agar semuanya bisa sejalan.

3. Subjek BS

Merupakan seorang mahasiswi yang masih dalam tahap revisian & yudisium, subjek merupakan perempuan berusia 24 tahun yang saat ini berada di semester 14, informan merupakan mahasiswa yang menikah pada 2021 dan sudah dikaruniai anak satu perempuan berumur kurang lebih 1 tahun. Ia tinggal di wonogiri, subjek sudah mengerjakan skripsinya kurang lebih 2 tahun.

Peneliti melakukan wawancara di Gedung Fakultas ushuluddin dan Dakwah, peneliti melakukan wawancara usai menyaksikan BS yang kebetulan pada hari itu telah selesai melaksanakan sidang skripsi (munaqosyah) . terlihat di di luar ruangan suami dan ibu BS serta anaknya menunggu BS melaksanakan ujian sidang skripsi.

Dalam sesi wawancara tersebut BS menceritakan bahwa Pengerjaan skripsinya sempat tertunda akibat beberapa hal salah satunya pembagian waktu, tempat penelitiannya yang tidak memungkinkan dikunjungi karena sedang ada akreditasi. Lalu juga karena menikah dan hamil sehingga skripsinya sempat berhenti.

Subjek mengungkapkan bahwa sebelum menikah kendalanya adalah karena pandemi dan setelah menikah sulit rasanya mencari waktu luang untuk mengerjakan skripsi kerana waktunya tidak sefleksibel dulu dan pada saat setelah ujian seminar proposal anaknya sedang di fase rewel-rewelnya sehingga ia tidak memiliki kesempatan untuk menyentuh skripsinya, bahkan ia sempat stress dan berfikir mampukah ia menyelesaikan skripsinya di kondisi saat itu .

4. Subjek NF

Merupakan seorang mahasiswi yang masih dalam tahap pengerjaan skripsi, Subjek merupakan perempuan berusia 24 tahun yang saat ini berada di semester 14, subjek merupakan mahasiswa yang sudah menikah pada 2022 dan dikaruniai anak satu laki-laki berumur 1 tahun. Ia tinggal di boyolali, subjek sudah mengerjakan skripsinya

kurang lebih 2 tahun. Peneliti melakukan wawancara di gedung fakultas ushuluddin dan dakwah, kami membuat janji temu di kampus karena jarak rumah yang berbeda.

Dalam sesi wawancara ia malu saat dimintai foto dan meminta untuk disembunyikan identitasnya. Pada saat wawancara ia menjelaskan bahwa Pengerjaan skripsinya sempat tertunda akibat beberapa hal seperti membagi waktu untuk akademik dan pekerjaan rumah yang masih sulit ia dalam beradaptasi karena setelah menikah ia langsung dikaruniai anak sehingga ia masih sedikit kesulitan dalam mengatur waktu. Pada pagi hingga siang ia mengurus rumah dan anak, lalu malam harinya ia mengerjakan skripsi sehingga membuat jam tidurnya berantakan.

Hal ini berdampak pada kesehatan tubuhnya yang sering merasa sakit dan pusing karena kurang tidur dan istirahat. Ia juga mengatakan bahwa dalam ia sulit dalam mensinkronkan antara bab 1 dengan bab 4 ia masih sering mendapat revisi.

Adapun gambaran penyebab stress pada keempat subjek dalam menyusun tugas akhir skripsi disajikan dalam tabel di bawah ini.

Tabel. 4.1
Gambaran penyebab stress pada penyusunan skripsi

Keterangan	Penyebab stress
Subjek AD	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keterbatasan waktu 2. Kendala pada dosen pembimbing sulit ditemui dan umpan balik yang lama saat konsultasi 3. Rasa malas 4. Kesulitan dalam menentukan teori dan hasil penelitian
Subjek MA	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keterbatasan waktu 2. Kesulitan menemukan literatur dan referensi
Subjek BS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keterbatasan waktu 2. Kesulitan dalam melakukan revisi
Subjek NF	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keterbatasan waktu 2. Kesulitan dalam melakukan revisi

Berdasarkan hasil penelitian tentang penyebab stress pada mahasiswa saat penyusunan skripsi masing-masing dari keempat subjek yang diwawancarai memiliki penyebab stress antara lain: keterbatasan waktu, kesulitan melakukan revisi, kesulitan menemukan literatur dan referensi, kesulitan menentukan teori dan hasil penelitian, dosen pembimbing yang sulit ditemui dan rasa malas. Hal ini lah yang menjadi

penyebab stress sehingga menurunkan motivasi belajar mahasiswa dan menjadikan terhambatnya proses penyelesaian tugas akhir skripsi.

C. Reaksi Dalam Melakukan Coping Stress Mahasiswa Saat Penyusunan Skripsi

Menurut Ricard Lazarus dan Folkman (Farid, 2012), macam-macam strategi coping stress terbagi menjadi dua jenis yaitu tindakan coping psikologis dan tindakan psikososial. Coping psikologis adalah reaksi coping yang mengarah pada bagaimana individu mengalihkan stress dengan kemampuannya mengelola psikologis untuk mengatasi stres. Sedangkan coping psikososial adalah cara individu berperilaku untuk mereaksi stress.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa subjek mahasiswi yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswi yang telah berkeluarga dan sedang menulis tugas akhir menunjukkan beberapa reaksi coping. Dalam hal ini mahasiswi akan berusaha melakukan upaya untuk mengatasi stress yang dialaminya, sebab dengan tidak disadari ketika dalam keadaan yang penuh tekanan atau stress seseorang akan melakukan upaya coping untuk mengatasi stresnya. Berikut akan dijelaskan macam-macam strategi coping yang dilakukan subjek mahasiswa sudah menikah dan sedang menghadapi tugas akhir skripsi.

1. Adanya reaksi mengarah pada pengalihan psikologis

Reaksi psikologis dalam strategi coping menurut Rasmun (2004) merupakan kemampuan individu menghadapi stresor dengan mengatur kemampuan emosional dan psikologis agar stress dapat diatasi. Jika

strategi coping yang digunakan efektif maka akan menghasilkan adaptasi yang baik dan menjadi suatu pola baru dalam kehidupan.

Dalam penelitian ini strategi coping yang mengarah kepada reaksi psikologis ditunjukkan oleh mahasiswi BS, AD, NF berupa sikap mengatur dan mengalihkan diri dari permasalahan yang menjadikan stress. Hal ini dilakukan agar beban dan tekanan dari tanggung jawab yang besar tidak terasa bertambah berat dan menjadikan stress.

Menurut Siswanto (2007) stresor bisa berasal dari individu sendiri. Konflik yang berhubungan dengan peran dan tuntutan tanggungjawab yang dirasakan berat bisa membuat seseorang menjadi tegang. Ketegangan yang terus berlanjut bisa menyebabkan stress, stress terjadi karena akibat dari interaksi timbal balik antara rangsangan lingkungan dan respon individu. Oleh sebab itu mahasiswi yang telah menikah dan memiliki tanggung jawab serta tuntutan tugas yang lebih banyak melakukan cara penyesuaian diri berupa sikap berfikir positif dan sabar untuk mengatasi stress. Seperti yang diungkapkan oleh AD :

“...kalo deket anak seperti diingatkan lagi saya berjuang untuk siapa demi anak, mencoba berfikir positif pasti ada hikmahnya demi anak abis itu hilang rasa capek kesal yang di rasa.”

Hal serupa yang disampaikan oleh subjek BS :

“Saya Cuma ambil pokoknya mindset saya, saya setting positif terus sih mbak soalnya jadi peran ibu itu berat jugakan gak boleh melampiasin apa-apa ke anak, jadi yaudah dibikin happy aja mikir positif thinking yaudah itu aja yang penting enggak dilampiasin ke anak soalnya kalo saya udah capek suami saya udah ngertiin handle

anak biar saya bisa istirahat, kalau pulang kerja bantu jadi gak sampai stress.”

Begitupun dengan subjek NF yang juga menyampaikan:

“...Biar gak ngrugiin diri sendiri, jadi buat positif aja, mungkin masalah itu ada untuk mendewasakan kita.pokoknya berprasangka baik setiap masalah yang datang pasti ada hal baik diakhirnya yang bisa kita ambil hikmahnya”

Dari penjelasan diatas dapat diketahui bahwa mahasiswi melakukan coping stres dengan menggunakan kemampuan mengatur psikologis dalam mengatasi tekanan stress yang ada dalam diri sendiri. Cara yang dilakukan yaitu dengan mengelola psikologis berupa bersikap sabar dan selalu berfikir positif.

2. Adanya reaksi psikososial

Reaksi psikososial menurut stuart dan sundeen (Rasmun, 2004) menjelaskan bahwa reaksi psikososial adalah reaksi-reaksi yang timbul untuk mengatasi stress dan kecemasan. Reaksi ini meliputi reaksi yang mengarah pada tugas atau tindakan yang dilakukan individu dalam merespon stress. Reaksi ini meliputi tiga hal yaitu menyerang (fight), menarik diri atau menghindar dan kompromi.

Pada penelitian ini mahasiswi subjek yaitu AD melakukan reaksi coping yang mengarah kepada psikososial dengan menarik diri atau menghindar ketika mengalami stres. Menarik diri atau menghindar disini diartikan sebagai pola tingkah laku menghindar kontak dengan orang, situasi atau lingkungan yang penuh dengan stress yang di dapat

menyebabkan kecemasan fisik dan psikologis. Individu yang menarik diri cenderung untuk menghindari hubungan interpersonal dalam menghadapi realitas.

Perilaku yang muncul pada AD adalah dengan tidak mau pergi ke kampus bertemu teman-teman. Malas mengerjakan revisian dan mudah tersinggung. Hal tersebut ia sampaikan saat sesi wawancara berikut ini :

“misal lagi capek mengerjakan skripsi pernah kayak murung bingung apa yg harus saya lakukan terus jadi males ke kampus juga males pegang revisian dan males pegang laptop itu dan jadi mudah tersinggung banget sama yang pembahasan soal skripsi”

Menurut Rasmun (2004) perilaku menarik diri (*withdrawl*) merupakan perilaku yang menunjukkan pengasingan diri dari lingkungan dan orang lain.

Selain perilaku menghindar (*withdrawl*) , dalam penelitian ini subjek MA, BS, NF memperlihatkan reaksi psikososial yang mengarah kepada tindakan menyerang ketika mengalami stres. Menyerang disini diartikan sebagai tindakan perlawanan atau ungkapan rasa ketidaksenangan terhadap keadaan yang dialami. Perilaku yang muncul pada subjek adalah menangis. Sebab menurutnya hal tersebut akan membuatnya lega dan stress berkurang.

Menurut Rasmun (2004) tindakan perlawanan terhadap stres sebagai reaksi coping psikososial seseorang akan dilakukan dengan menggunakan energinya untuk melakukan perlawanan dalam rangka

mempertahankan integritas pribadinya. Perilaku yang ditampilkan dapat merupakan tindakan konstruktif maupun destruktif.

Tabel 4.2
Reaksi Coping Yang Dialami Mahasiswa

Keterangan	Reaksi
Subjek (AD)	Psikologis : Berfikir Positif Psikososial : Malas Pergi Ke Kampus
Subjek (MA)	Psikososial : Menangis
Subjek (BS)	Psikologis: Berfikir Positif Psikososial : Menangis
Subjek (NF)	Psikologis : Berfikir Positif Psikososial : Menangis

D. Bentuk Strategi Coping Tress Yang Di Lakukan Mahasiswa Sudah Menikah Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi

Ada dua proses coping yang dapat dilakukan individu, pertama strategi coping yang berfokus pada permasalahan (*problem-focused coping*), kedua strategi coping untuk mengatur emosi (*emotion-focused coping*). kedua coping tersebut bertujuan untuk mereduksi ketegangan yang disebabkan oleh situasi tekanan dari lingkungan maupun dapat mengatur hal-hal negatif, sehingga hasil dari proses coping tersebut dapat menciptakan berfungsinya kembali aktivitas yang dilakukan oleh individu.

1. Subjek AD

Menurut AD mengerjakan skripsi merupakan hal yang cukup sulit dikarenakan sulitnya ia dalam membagi waktu antara mengurus rumah dan juga mengerjakan skripsi, dan sulitnya menyelaraskan skripsinya dengan mau dosen sehingga makin memperlama ia dalam menyelesaikan tugasnya, serta lingkungan yang kurang mendukung membuatnya tidak percaya diri dan stress.

Ketika subjek menghadapi permasalahan yang cukup membuatnya stress, subjek cenderung berperilaku menghindar, biasanya ia akan menjadi menjauh dari lingkungan, malas mengerjakan revisian dan sulit mengontrol emosi.

Tak hanya itu, subjek juga menyadari setelah berperilaku negatif lalu ia mengalihkan pikirannya dengan berdoa, memaknai lagi kenapa ia berperilaku seperti ini dan mengingat-ingat lagi bahwa ia berjuang menyelesaikan skripsi ini demi anaknya. Lalu ia mengalihkan pikiran yang sedang menganggunya dengan bermain bersama anak. Hal ini memunculkan semangat baru untuknya. Sehingga perasaan negatif tersebut memudar.

Dengan kata lain, coping stress yang dilakukan AD adalah menggunakan strategi *Emotion Focused Coping* merupakan

strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor, tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. dimana coping ini bertujuan untuk meredakan atau mengatur tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan oleh situasi.

Subjek AD menggunakan strategi coping yang mengarah pada pengaturan emosional dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stressnya.

Salah satunya ia menggunakan strategi mengalihkan stress yang pertama adalah dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan yang dimaksud di sini ia bermain bersama anaknya untuk mengalihkan rasa tertekannya dan yang kedua mencoba membuat suatu arti positif dari situasi yang sedang di alami di sini AD berusaha untuk menyemangati diri dan terus optimis agar bisa selesaikan di semester ini.

2. Subjek (MA)

Menurut MA skripsi itu cukup sulit dan membuat perasaannya bercampur aduk. Ia merasa tenaga dan pikirannya terkuras saat mencoba menyelesaikan skripsinya lantaran ia harus membagi waktu antara mengurus rumah tangga dan akademik, sulitnya mendapat sumber literasi yang sempat membuatnya merasa ingin menyerah.

Namun subjek mendapat dukungan dari lingkungan keluarga dan teman yang mampu membangkitkan semangatnya lagi. Sehingga ia melanjutkan lagi skripsinya yang sempat terhenti, ia memulai dengan mengatur waktu mengerjakan dengan memilih mengerjakan pada malam hari.

Subjek juga meminta bantuan keluarganya untuk membantu ia dalam menjaga anaknya ketika ia sedang melakukan revisi, dan ia juga sudah berniat mau mengekos sementara waktu untuk menyelesaikan tugas skripsinya yang tinggal sedikit lagi selesai.

Subjek pun juga menuturkan jika sedang dalam keadaan penuh tekanan maka ia akan menghibur diri dengan menonton, belanja, makan coklat hal itu membuat perasaannya merasa lebih baik dari sebelumnya.

Dengan kata lain, coping stress yang dilakukan MA adalah menggunakan strategi *problem focused coping & Emotion Focused Coping* merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor, tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Subjek MA menggunakan strategi *problem focused coping* yaitu dengan mengelola waktu ia membagi waktu pada pagi-siang hari untuk mengurus keluarga, dan pada malam hari ia

melanjutkan tugasnya yaitu menyelesaikan tugas akhir skripsinya, lalu ia memilih fokus pada salah satu tugas dengan mementingkan kuliahnya terlebih dahulu serta meminta bantuan orang lain yaitu keluarga dan suami untuk menjaga anak ketika ia sedang mengerjakan skripsi.

Subjek juga menggunakan coping yang mengarah pada pengaturan emosional (*Emotion Focused Coping*) dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stressnya. Salah satunya ia menggunakan strategi mengalihkan stress yang pertama adalah dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan yang dimaksud di sini ia mengalihkan rasa tidaknyamannya dengan makan makanan manis, menonton dan juga berbelanja.

Lalu yang kedua mencoba mencari bantuan yaitu mencoba memperoleh dukungan emosional maupun sosial dari teman, untuk mendapat semangat baru sehingga rasa optimis dalam diri terbangun dan menjadikan ia tangguh dalam menghadapi dan mampu menyelesaikan 2 peran yang sedang ia jalani yaitu menjadi ibu rumah tangga serta sebagai mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir skripsi .

3. Subjek (BS)

Menurut subjek BS, skripsi bukanlah hal sulit baginya karena literasi banyak bisa didapat, yang menjadi tekanan

baginya adalah faktor keterbatasan waktu yang membuatnya sempat stress, karena adaptasi setelah menikah dan memiliki anak yang sedang difase rewel membuatnya kesulitan dalam menyelesaikan skripsi.

Saat subjek sedang berada dimana yang penuh dengan tekanan yang ia lakukan adalah sharing atau ngobrol sama pasangan menangis. Ia juga mencoba mengontrol segala perasaanya jangan sampai terlampiaskan ke anak, dan mencoba berfikir positif. Ketika subjek sudah melampiaskan perasaanya ia merasa baikan dan juga anak menjadi salah satu faktor ia untuk kembali kuat dan semangat.

Dengan kata lain, coping stress yang dilakukan BS adalah menggunakan strategi *problem focused coping & Emotion Focused Coping*. Subjek BS menggunakan strategi *problem focused coping* yaitu dengan mengelola waktu seperti subjek MA, pada mahasiswi yang sudah berkeluarga dimana ia juga masih memiliki komitmen terhadap pendidikannya menggunakan strategi mengelola waktu (*time management*) ini dirasa efektif untuk mengelola waktu sebaik mungkin agar kewajiban dan tugas-tugas bisa terselesaikan dengan baik dan terhindar stres.

Subjek juga menggunakan coping yang mengarah pada pengaturan emosional (*Emotion Focused Coping*) dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stressnya.

Salah satunya ia menggunakan strategi mengalihkan stress yang pertama adalah dengan mencurahkan isi yaitu BS mencoba mencurahkan perasaanya kepada orang-orang terdekatnya seperti menangis dan bercerita kepada suaminya, yang kedua (*self control*) mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri bahwa jangan sampai perasaan tertekannya terlampaikan ke anak dan ia berusaha optimis mampu menyelesaikan skripsinya agar bisa membahagiakan kedua orangtuanya.

4. Subjek (NF)

Subjek NF mengungkapkan Faktor keterbatasan waktu yang membuatnya terhambat dalam pengerjaan skripsi, karena hambatan-hambatan seperti jarak rumahnya dari kampus yang jauh karena sejak menikah ia sudah tidak lagi memiliki tempat singgah seperti kos, lalu dosen yang sulit ditemui.

Subjek mengungkapkan selalu menunggu berjam-jam di depan ruangan dosen untuk menemui dosennya dan memiliki anak yang sedang difase rewel membuatnya kesulitan dalam menyelesaikan skripsi, sehingga ia terkadang meminta bantuan keluarga yang ada di rumah untuk menjaga anaknya sehingga

ia bisa menyelesaikan tugasnya. Ia juga mengatur waktu dalam mengerjakan dengan memilih jam malam sebagai waktu untuknya menyelesaikan skripsinya. Ketika sedang mengalami tekanan karna tugas yang biasa ia lakukan adalah banyak-banyak sharing dengan teman dan suami, juga mencari hiburan dengan menonton video membuatnya sedikit menghilangkan tekanan/pikiran berat yang sedang di rasakan.

Dengan kata lain, coping stress yang dilakukan NF adalah menggunakan strategi *Emotion Focused Coping* merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor, tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Subjek menggunakan coping yang mengarah pada pengaturan emosional (*Emotion Focused Coping*) dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stressnya. Salah satunya ia menggunakan strategi mengalihkan stress yang pertama adalah dengan melakukan hal-hal yang menyenangkan dengan menonton video di social media untuk pengalihan sejenak, yang kedua mencoba mencari bantuan yaitu mencoba memperoleh dukungan emosional maupun sosial dari teman, untuk mendapat semangat baru.

Adapun penerapan strategi coping mengatasi stress yang digunakan keempat subjek dalam penyusunan skripsi disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 4.3
Tabel Bentuk Strategi Coping Mengatasi Stress

Bentuk Stress	Bentuk Strategi Coping	Bentuk Tindakan Coping	Mahasiswa Subjek
Kurangnya waktu untuk mengerjakan tugas akhir	Problem Focused Coping (PFC)	Mengelola waktu (time management). Dengan merencanakan waktu untuk mengerjakan tugas	MA, BS, NF
Tugas banyak dan tanggung jawab yang besar	Problem Focused Coping (PFC)	Fokus pada salah satu tugas. Tindakan yang dilakukan meninggalkan rumah dan anak untuk mengerjakan tugas akhir. Memilih untuk mengekos sementara.	MA
Kesulitan menghadapi tuntutan peran ganda dan tugas akhir	Problem Focused Coping (PFC)	Meminta bantuan orang lain. Yaitu dengan meminta bantuan dari keluarga, suami dan teman	AD, MA, BS, NF
Tuntutan peran dan tanggung jawab	Emotion focused coping (EFC)	Mencurahkan isi hati. Dalam hal ini dilakukan dengan mencurahkan isi hati kepada orangtua, suami dan teman.	MA, BS
		Melakukan hal-hal menyenangkan. Yaitu dengan menonton film atau televisi, jalan-jalan, belanja.	AD, MA, NF
Stress akibat kurang mampu menyelesaikan tugas tugas yang diterima	Emotion focused coping (EFC)	Self control. Yaitu adanya kontrol diri dengan upaya mahasiswa subjek mengatur emosi dan mengontrol perilaku	BS

E. PEMBAHASAN

Skripsi merupakan penelitian terhadap situasi atau fenomena yang terjadi, yang kemudian dikaji dengan memanfaatkan teori-teori yang berlaku untuk dianalisis guna menghasilkan hasil penelitian. Oleh karena itu, sangat penting bagi mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya sesegera mungkin sebagai bagian dari persyaratan akademik mereka di pendidikan tinggi dan sebagai tahap akhir dari perjalanan panjang yang juga merupakan puncak dari semua kegiatan akademik di perguruan tinggi/puncak bangku perkuliahan.

Tak terkecuali bagi mahasiswa yang memutuskan untuk menikah terlebih dahulu saat masa studi, mereka wajib menyelesaikan tugas-tugas dan juga harusnya siap dengan tanggung jawab ganda yang akan terjadi pada dirinya, yaitu membagi waktu untuk antara kuliah dengan keluarga.

Namun dalam perjalanannya konflik yang banyak dialami mahasiswa sudah menikah adalah menurunnya prestasi akademik dikarenakan beban yang bertambah, waktu tidak se-fleksibel dulu dan pembagian porsi peran yang tidak seimbang dikarenakan peran ganda yang ia jalani sebagai seorang ibu rumah tangga yang mengurus rumah & keluarga serta sebagai mahasiswa. Sehingga memunculkan konflik-konflik lain. Inilah yang membuat beberapa mahasiswa mengalami tingkat stress yang beragam dalam penyelesaian penugasan akhir skripsi.

Dampak stress sendiri mempengaruhi perilaku mereka seperti menurunnya motivasi belajar, tidak aktif bimbingan, menutup diri, menjauh dari lingkungan sosial hingga memutuskan untuk tidak melanjutkan masa

studinya. Sehingga perlu adanya strategi coping stress yang tepat untuk mengatasi masalah tersebut.

Dalam teori coping stres Lazarus dan Folkman (dalam Smet, 1994) menyebutkan ada dua jenis bentuk tindakan yang dilakukan seseorang dalam mengalihkan dan mengatasi stresnya. Adapun bentuk-bentuk strategi coping stres tersebut adalah *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. Berikut akan dijelaskan bentuk dan tindakan coping stres mahasiswa sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta:

1. *Problem Focused Coping*

Dari hasil penelitian diketahui dari keseluruhan mahasiswa subjek melakukan bentuk coping stres yang mengarah kepada penyelesaian masalah secara langsung. Menurut sebagian besar subjek dalam penelitian. Fokus menyelesaikan masalah agar stres dapat teratasi merupakan salah satu coping stress yang efektif dalam mengatasi tugas akhir.

Problem Focus Coping merupakan coping stres yang utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi stresor yang dihadapi dan dirasakan. Coping ini bertujuan untuk mengurangi tuntutan hal, peristiwa, orang, keadaan yang menantang.

Terdapat tiga perilaku coping yang beorientasi pada *problem focused coping* yang dilakukan oleh mahasiswa sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi yaitu

a. Mengatur waktu

Dalam penelitian Dwi Nur Rachmah (2013) menjelaskan salah satu problem mahasiswa yang telah menikah adalah bagaimana membagi waktu antara tugas dan peran. Sebagian besar mahasiswa yang memiliki anak dan suami, dimana selain memiliki tanggung jawab sebagai pelajar juga disisi lain memiliki tanggungjawab terhadap keluarganya. Apabila tanggungjawab terhadap pendidikan dan keluarga tidak diimbangi maka pasti menimbulkan terjadinya konflik yang akan menimbulkan stres.

Sehingga strategi coping dengan mengelola waktu (*time management*) dirasa efektif untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh mahasiswi yang memiliki peran ganda. Menurut Leman dalam Mustika Dwi Mulyani (2013), mengatur waktu atau manajemen waktu merupakan perencanaan dan pengaturan waktu yang digunakan dalam melaksanakan aktivitas setiap hari sehingga individu dapat menggunakan waktu secara efektif dan efisien. Manajemen waktu adalah

menggunakan dan memanfaatkan waktu sebaik-baiknya, seoptimal mungkin melalui perencanaan kegiatan yang terorganisir dan matang.

Melakukan strategi dengan memikirkan suatu rencana tindakan untuk mengubah dan memecahkan situasi. Dalam hal ini mahasiswi subjek membentuk suatu strategi dan perencanaan menghilangkan dan mengatasi stres dengan pengelolaan waktu sebaik mungkin dengan maksimal agar tugas-tugasnya dapat terselesaikan dan terhindar dari stres.

Dalam hal ini tiga mahasiswa subjek yaitu MA, NF, BS melakukan *time management* atau mengelola waktu dan membuat jadwal dalam mengerjakan tugasnya. Membuat jadwal akan mempermudah membagi waktu untuk tugas-tugas yang akan diuta antara kuliah dan rumah tangga. Seperti yang diketahui bahwa konflik yang dialami oleh mahasiswa yang memiliki peran ganda adalah permasalahan membagi waktu.

Konflik yang terjadi karena tuntutan waktu dari peran yang satu akan mempengaruhi peran lain. Jika waktu hanya digunakan untuk mengerjakan tugas rumah tangga dan mengurus anak maka tugas kuliah akan terbengkalai. Begitupun sebaliknya, oleh sebab itu

mahasiswa subjek berusaha membuat jadwal agar setiap tugas dan peran dapat terselesaikan.

b. Fokus pada salah satu tugas

Sebagai seorang mahasiswa sekaligus ibu rumah tangga , tentunya memiliki tanggung jawab yang bertambah dan tidak hanya pada satu bidang saja. Oleh sebab itu memilah salah satu tugas untuk dikerjakan pada satu waktu dan fokus menjadi salah satu strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa MA.

Fokus pada satu tugas merupakan bentuk *convorontatif* coping yaitu sebuah cara mengubah situasi yang menjadikan stress dengan keberanian mengambil resiko. Hal ini ditunjukkan dengan meninggalkan salah satu tugas dan terfokus pada satu tugas yang akan dikerjakan. Hal ini tentu terdapat resiko dan konsekuensinya seperti saat ingin mengerjakan tugas akhir mahasiswa subjek harus mampu mengesampingkan urusan rumah , anak dan suami untuk bisa fokus mengerjakan tugas akhir.

Mahasiswa subjek MA mengambil keputusan meninggalkan rumah memilih tinggal di kos sementara waktu meninggalkan peran dan kewajibannya sebagai

ibu rumah tangga untuk sementara waktu agar dapat fokus menyelesaikan tugas akhir skripsi sebagai bentuk tanggungjawabnya sebagai mahasiswa.

Berusaha untuk fokus pada salah satu tugas dalam waktu tertentu agar tugas yang dikerjakan tidak menumpuk. Sebagai seorang mahasiswa yang sudah berkeluarga tentunya memiliki tugas dan tanggungjawab yang bertambah. Oleh sebab itu untuk mengatasi permasalahan ini.

Subjek memilih fokus pada salah satu tugas. Seperti apabila memiliki waktu mengerjakan maka pada saat itu akan digunakan sebaik mungkin untuk menulis tugas akhir skripsi tanpa mengerjakan tugas yang lain.

c. Meminta bantuan orang lain

Sebagai mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir dan menjadi ibu rumah tangga yang memiliki banyak tugas seperti mengurus rumah, suami dan anak. Mencari bantuan kepada orang lain merupakan salah satu strategi dalam mengatasi permasalahan tugas yang menjadi stress.

Dalam istilah psikologi perilaku mencari bantuan

ini disebut dengan *help seeking*, menurut David Mechanic (2012), perilaku mencari pertolongan sebagai perilaku aktif dalam mencari bantuan dari orang lain, dapat diartikan sebagai komunikasi dengan orang lain untuk mendapatkan nasihat, informasi perlakuan dan dukungan untuk mengatasi kesulitan atau masalah.

Seperti halnya yang dilakukan oleh AD, MA, BS, NF, mereka meminta bantuan dengan orang terdekat agar tugas skripsinya cepat selesai, bentuk bantuannya yaitu dengan meminta pihak keluarga membantu menjaga anak mereka sehingga mereka bisa mengerjakan tugas skripsi mereka.

Asley dan vangie (dalam Aulia, 2014), mencari bantuan kepada orang lain akan menguntungkan bagi orang lain yang membutuhkan, misalnya kemungkinan untuk mempercepat penemuan solusi dari masalah yang dialami seseorang. Sehingga dalam hal ini mahasiswa subjek mencoba untuk meminta bantuan dari orang lain untuk menyelesaikan permasalahan berupa membantu mengasuh sebnetar anaknya agar mahasiswa subjek dapat mengerjakan tugas akhir skripsinya.

2. Emotion focused coping

Dalam menghadapi stres seseorang akan memiliki tindakan yang berbeda-beda selain menyelesaikan stres secara langsung. Cara lain yang digunakan adalah dengan mengelola emosi diri. Tindakan coping yang mengarah pada emotion focused coping adalah coping yang bertujuan untuk meredakan atau mengatur tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan oleh situasi.

Sebagai seorang wanita akan memiliki stres yang berbeda dengan pria. Hal ini disebabkan oleh peran dan tanggungjawab yang berbeda, selain itu wanita memiliki respon yang sensitif. Oleh sebab itu bentuk coping yang dilakukan cenderung pada pengaturan emosional.

Emotion focused coping merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stresor, tanpa berusaha untuk mengubah situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Dalam hal ini Lazarus dan Folkman (Smet, 1994) menjelaskan bahwa *Emotion Focused Coping* digunakan seseorang untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang stresful maka individu akan cenderung mengatur emosinya.

Terdapat tiga perilaku coping yang berorientasi pada *emotion focused coping* yang mengarah pada pengaturan

emosional dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stressnya yang dilakukan oleh mahasiswa sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi yaitu

a. Melakukan hal-hal yang menyenangkan

Melakukan sebuah kegiatan yang dirasa menyenangkan adalah hal yang dapat membuat seseorang merasa senang dan sejenak melupakan permasalahan yang dihadapi. Menjadi seorang istri menurut pengakuan mahasiswa subjek menjadi kebahagiaan tersendiri mereka mendapat kenyamanan dan ketentraman, menurut mereka menikah bukanlah sebuah faktor penghambat lambatnya ia dalam mengerjakan skripsi.

Namun merupakan kebahagiaan tersendiri ketika telah ada seseorang yang menjaga dan bertanggungjawab dalam kehidupannya yaitu suami. Ketika mengalami stress yang diakibatkan oleh peran ganda yang dijalani subjek, mereka mengaku selalu bisa mengatasinya hal ini tidak lain karena adanya suami yang selalu mendukung dan menemani.

Dalam hal ini seluruh mahasiswi Subjek mengaku melakukan beberapa hal yang menyenangkan tersebut untuk mengalihkan perhatiannya beberapa waktu agar

tidak stress. Menghabiskan waktu seperti menonton film atau tv. Melihat acara favorit menjadikan perhatian teralihkan sehingga stress yang dialami mahasiswa berkurang.

Mazdalifah (2004) dalam penelitiannya mengatakan bahwa televisi merupakan salah satu media massa yang berfungsi sebagai penghibur. Dalam diri manusia terdapat ID, ego dan super ego yang mendorong manusia untuk memenuhi kebutuhannya termasuk kebutuhan akan hiburan.

Hal menyenangkan selain menonton tv ada kegiatan lain yang dilakukan mahasiswa dalam mengalihkan stresnya yaitu dengan berjalan-jalan bermain bersama anak serta berbelanja makanan. Hal ini merupakan salah satu strategi mengurangi stres yang dilakukan mahasiswa yang telah menikah.

b. Mencerahkan isi hati

Strategi coping dengan mengelola emosi yang dilakukan mahasiswi yang telah menikah dengan bentuk menceritakan isi hati kepada orang terdekat dan dipercaya. Seluruh mahasiswa subjek melakukan strategi coping bentuk ini.

Mencerahkan isi hati merupakan metode coping

yang digunakan oleh individu dalam mengatasi masalah psikologis dan dapat mengurangi beban stress yang dirasakan penyebab stres yang dialami subjek adalah berupa adanya konflik dari dalam diri yang diakibatkan oleh tekanan tugas peran ganda yaitu menjadi seorang ibu rumah tangga yang mengurus rumah, suami dan anak serta memiliki tanggungjawab menyelesaikan tugas skripsi

. Dalam hal ini menangis dan bercerita terhadap suami dan keluarga dapat mengurangi permasalahan yang dialami subjek walaupun sekedar menceritakan permasalahan yang dialami. Mengingat-Nya dan mengungkapkan masalah-masalah yang mengganggu jiwa dapat menyebabkan intensitas kegelisahan menjadi menurun (Yuanita, 2015).

c. Self control

Mencoba mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya menyelesaikan masalah. Dalam hal ini terdapat adanya self control yang merupakan suatu bentuk dalam penyelesaian masalah stress dengan cara menahan diri dari melakukan suatu hal yang negatif ketika berada dalam stress.

Mengatur perasaan, selalu teliti dan tidak tergesa-

gesa dalam mengambil tindakan. Tindakan yang dilakukan oleh individu adalah dengan mengontrol emosi dan menerima keadaan. Mengontrol perilaku melibatkan kemampuan untuk mengambil tindakan yang konkrit untuk mengurangi intensitas peristiwa yang penuh dengan tekanan. Disini BS mencoba mengontrol diri agar tidak terlampaikan ke anak dengan mencoba terus berfikir positif dalam memaknai masalah serta melakukan penyesuaian diri dan bersahabat terhadap keadaan yang dijalani.

Sehingga menyesuaikan diri dan menerima keadaan merupakan sebuah coping stres yang dilakukan agar sebuah permasalahan yang dihadapi tidak menjadi semakin sulit. Terlebih pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan menyelesaikan tugas akhir, mencoba bersabar dan mengatur emosi agar mampu menerima keadaan adalah coping yang dirasa tepat untuk dilakukan.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang sudah dipaparkan oleh penelitian mengenai strategi coping menghadapi stress pada mahasiswa sudah berkeluarga di Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah dalam penyusunan tugas akhir skripsi, maka berikut kesimpulan dari penelitian ini:

1. Terdapat tiga bentuk perilaku coping yang beorientasi pada *problem focused coping* yang dilakukan oleh mahasiswa sudah berkeluarga dalam menghadapi tugas akhir skripsi yaitu mengelola waktu, fokus pada salah satu tugas, meminta bantuan orang lain dan Terdapat tiga perilaku coping yang beorientasi pada *emotion focused coping* yang mengarah pada pengaturan emosional dengan menggunakan beberapa tindakan untuk mengatasi stress yaitu self control, melakukan hal-hal menyenangkan, mencurahkan isi hati.
2. Strategi coping stress pada subjek dipengaruhi adanya pengaruh kepribadian dalam hal ini hardiness dan optimis, serta pengaruh dari lingkungan, dan terakhir adanya pengaruh dukungan sosial yang diterima oleh subjek.

B. Saran

Melalui penelitian ini beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan untuk agar memberikan kontribusi dari hasil penelitian dan pemikiran mengenai taktik manajemen stress dala pembuatan skripsi :

1. Bagi mahasiswa, meredakan rasa stress berfokus pada emosi mungkin baik bila hal tersebut cukup sulit diubah dan tidak dilakukan dalam jangka panjang. Namun perlu juga untuk tetap mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi. Beberapa cara yang bisa dilakukan dalam menenangkan rasa khawatir dan stress maupun frustrasi dalam penyusunan skripsi, diantaranya: melibatkan emosi positif untuk meredakan perasaan tertekan. Kemudian berusaha menemukan hikmah atau manfaat serta makna dibalik suatu masalah. Selain itu, bisa juga dengan segera mencari solusi dari setiap permasalahan yang ada, bisa konsultasi dengan dosen atau bertanya dan meminta bantuan kepada teman yang sudah berpengalaman.
2. Saran bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian dengan tema sama, namun dalam pembahasan aspek yang berbeda. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan subjek dan metode penelitian berbeda agar mendapatkan hasil dan pembahasan yang lebih luas mengenai strategi coping stress.
3. Bagi prodi, semoga skripsi ini dapat menjadi gambaran dan kontribusi sebagai bahan pustaka bagi mahasiswa skripsi yang berkaitan dengan manajemen stress dan untuk senantiasa terus memotivasi mahasiswanya untuk segera menyelesaikan studinya.

DAFTAR PUSTAKA

- afrida, E. N. (2017). makna konflik peran pada mahasiswa dengan peran ganda. *jurnal wahana*, 1(68), 23-26.
- Aliyah, H., Zainuri, I., & Windartik, E. (2021). Gambaran distress dan burnout dalam menghadapi skripsi pada mahasiswa STIKES BINA SEHAT PPNI Mojokerto. 1-8.
- Aulia, F. (2014). studi deskriptif help-seeking behaviour pada remaja yang pernah mengalami parental abuse ditinjau dari tahap perkembangan (masa awal anak-anak sampai masa remaja) dan identitas gender. *jurnal ilmiah psikologi*, 3 (1).
- Biremanoe, M. E. (2021). Burnout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. 165.
- Bogdan, R., & Taylor. (1992). *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif, terjemahan Arief Rurchan*. surabaya: Usaha Nasional.
- Cahyono, E. W. (2019). *The Power of gratitude :kekuatan syukur dalam menurunkan stress kerja*. deepublish.
- Carver, C. M., & Weintraub, J. (1989). Assesing coping strategies a theoretically based approach. *jurnal of personality and social psycholog* , 267-283.
- Dela, V. L. (2019). Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling yang Menyusun Skripsi di Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan. *Ristekdik (jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 4 (2), 90-94.
- Farid, M. (2012). *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRCiSoD.
- Fieldman, R. S. (2012). *Pengantar Psikologi*. jakarta: Salemba Humanika.
- Fitriyanti, M. (2022). *BURNOUT DITINJAU DARI KONFLIK PERAN GANDA DAN KONSEP DIRI PADA PERAWAT WANITA YANG SUDAH MENIKAH DI RUMAH SAKIT dr. Noesmir baturaja*. universitas islam negeri raden intan lampung, fakultas ushuluddin dan studi agama. lampung: universitas islam negeri raden intan lampung.
- Gunawan, W. D. (2017). pengaruh stress kerja terhadap kinerja karyawan pada PT. TELEKOMUNIKASI INDONESIA (TELKOM) WITEL Bandung. 1-117.

- Hasbillah, M. S., & Rahmasari, D. (2022, juni 21). Burnout akademik pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir. *Jurnal penelitian psikologi*, 9(6), 122-132.
- Hidayat, M. F., & Adri, Z. (2021). Coping Stress Pada Ibu Yang Bekerja Dalam Membimbing Anak. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 8 (2), 138-145.
- indranata, i. (2008). *pendekatan kualitatif untuk pengendalian kualitas*. jakarta: universitas indonesia.
- Keliat, B. A. (2001). *Penatalaksanaan Stress*. jakarta: penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Khairani, Y., & Ifdil. (2015, desember 30). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *KONSELOR*, 4 (4), 208-214.
- Lexy J., M. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Mariyanti, S., & Karnawati, Y. (2015). Model strategi coping penyelesaian studi sebagai efek stressor serta implikasinya terhadap waktu penyelesaian studi mahasiswa Universitas Esa Unggul: Studi pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul yang Telah Menyelesaikan Skripsi. *seminar psikologi & kemanusiaan*, 378-382.
- Maryam, S. (2017, agustus). Strategi Coping : Teori dan Sumberdayanya. *JURKAM (jurnal konseling andi matappa)*, 1 (2), 101-107.
- Miftah, J., & Muis, D. T. (2014). Prokrastinasi Akademik (perilaku penundaan akademik) Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya. *BK UNESA*, 4(3), 1-8.
- Moleong, L. J. (2007). *metode penelitian kualitatif*. bandung: Remaja Rosda Karya.
- Moleong, L. J. (2012). *Metodologi penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nazir, M. (2009). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Nurdina, N. (2014, desember 2). Teknik sampling snowball dalam penelitian lapangan. *ComTech*, 5(2), 1110-1118.

- Rachmah, D. N. (2013). strategi coping stress mahasiswa tunanetra di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *skripsi jurusan bimbingan dan konseling islam fakultas dakwah dan komunikasi UIN Sunan Kalijaga*.
- Rahayu, T. (2017). Burnout dan coping stress pada guru pendamping (shadow teacher) anak berkebutuhan khusus yang sedang mengerjakan skripsi. *psikoborneo, 5*, 192-198.
- Rahman, U. (2007, desember). Mengenal Burnout Pada Guru. 216-227.
- Rasmun. (2004). *stress koping dan adaptasi, teori dan pohon masalah keperawatan*. jakarta: sagung seto.
- Rustanto, B. (2015). *Penelitian Kualitatif Pekerjaan Sosial*. Bandung: Rosdakarya.
- Saputra, Y. A., & Prahara, S. A. (2020). Hubungan Antara Academic Burnout Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yang Bekerja. 1-16.
- Sari, I. F., & Nurwidawati, D. (2013). Studi kasus kehidupan pernikahan mahasiswa yang menempuh masa kuliah. *jurnal studi psikologi, 1-8*.
- Sawitri, A. R., & Widiyasavitri, P. N. (2021). strategi coping mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di tengah pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Udayana, 8 (1)*, 78-85.
- siswanto. (2007). *kesehatan mental konsep, cakupan dan perkembangan*. yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Sugiyono. (2005). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suhu, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022, Juni). Gambaran Burnout pada mahasiswa jurusan perawat. *COPING (Community of Publishing in Nursing, 10 (2)*, 282-290.
- Suwarno. (1978). *perbedaan antara pemimpin dan aktivis dalam gerakan protes mahasiswa*. jakarta: Penerbit Bulan Bintang.
- Tanzeh, A. (2011). *Metodologi Penelitian Praktis*. Yogyakarta: Teras.
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *WASIS : jurnal ilmiah pendidikan, 1*, 14-18.

- Wiersma, W. (1986). *Research methods in education : an introduction*. Massachusetts: Allyn and Bacon, Inc.
- Winarno, S. (1994). *Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar Metode Teknik*. Bandung: Tarsito.
- Yuanita, M. (2015). *manfaat sholat terhadap kesehatan mental dalam Al-Qur'an*. skripsi : Fakultas ushuluddin Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Zhang, X., Klassen, R., & Wang, Y. (2013, january). Academic Burnout and Motivation of Chinese Secondary Students. *internatoinal journal of social science and humanity*, 3 (2), 134-138.
- Zulfikar, H., & Nurbayatir, S. R. (2021). Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Sudah Menikah. *Acta Psychologia*, 3, 38-45.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Pedoman Wawancara

1. Bagaimana pendapat anda mengenai penyusunan skripsi yang sedang anda kerjakan di saat anda memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai istri/ibu di dalam berumah tangga?apakah status menikah mempengaruhi proses pengerjaan skripsi anda?
2. Permasalahan apa saja yang anda temui dalam proses mengerjakan skripsi saat ini? (faktor penghambat anda dalam berprogres)
3. Pada bagian apa yang membuat anda merasa kesulitan ketika sedang mengerjakan skripsi ?
4. Apakah lingkungan anda cukup nyaman dan kondusif bagi anda dalam proses pengerjaan skripsi?
5. Bagaimana hubungan anda dengan suami, teman dan keluarga? Dan bagaimana peran serta pengaruh dukungan dari orang-orang disekitar pada anda?
6. Pernahkah anda merasa tidak yakin / tidak percaya mampu menyelesaikan skripsi?
7. Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah pada penyusunan skripsi? Apakah hal itu mempengaruhi fisik anda?
8. Bagaimana anda mengekspresikan perasaan tidak nyaman ketika merasa tertekan oleh sebuah permasalahan?
9. Upaya apa yang anda lakukan ketika menghadapi stress?
10. Efek apa yang dirasakan setelah melakukan usaha dalam menghadapi stress tersebut?

Lampiran 2

Data Subjek

Uraian	Nama subjek			
	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Subjek 4
Usia	25 Tahun	24 Tahun	24 Tahun	25 tahun
Status	Sudah Menikah	Sudah Menikah	Sudah Menikah	Sudah menikah
Umur Anak	1 Tahun	2 Tahun	1 Tahun	1 tahun
Alamat	Kartasura	Ngawi	Wonogiri	Boyolali
Semester	13	14	14	14
Fakultas	Ushuluddin Dan Dakwah	Usuluddin Dan Dakwah	Usuluddin Dan Dakwah	Usuluddin Dan Dakwah

Lampiran 3

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Informan I

Subjek : Informan I (AD)
Usia : 25 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Sudah Menikah
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah
Waktu / Tanggal : 13.20-Selesai / 14 april 2023
Keterangan : A : (Pewawancara), B : (Narasumber)

Baris	Verbatim	Tema
1	A : Bagaimana pendapat anda mengenai penyusunan skripsi yang sedang anda kerjakan di saat anda memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai istri/ibu di dalam berumah tangga?apakah status menikah mempengaruhi proses pengerjaan skripsi anda?	
5	B : “bagiku tidak, karena sebelum menikah pun saya juga pernah ee apa ya istilahnya saya sebelum menikah itu juga pengerjaan skripsi saya juga terhambat karena juga kerja, disisi lain juga bimbingan jarang saya ke kampus, terus akhirnya skripsi saya lama saya hidden gitu, trus setelah menikah saya lanjut, tetapi selama abis menikah saya hamil dan ambil cuti 1 semester lalu setelah melahirkan saya lanjut lagi e ya tidak menjadi hambatan	
10		
15		

20	<p>karena dulunya saya juga leha-leha belum mengerjakan seperti itu, jadi ya tidak menjadi beban, ya saya lanjutkan karena bagi saya dan orang tua saya juga sayang kalo tidak di selesaikan makanya saya berusaha sekarang segera menyelesaikan.”</p>	
25	<p>A: Permasalahan apa saja yang anda temui dalam proses mengerjakan skripsi saat ini? (faktor penghambat anda dalam berprogres)</p>	
30	<p>B : “kalo menurut saya ya ha,batannya di pembagian waktu sih , karena waktunya sedikit dan mepet juga dituntut dengan keadaan mengurus rumah lalu juga karena sudah semester akhir banget dan juga saya kadang malu juga karena belum lulus sedangkan saya sudah punya anak jadi kayak gimana gitu lho dipandanginya di lingkungan sekitar.”</p>	
35	<p>A: Pada bagian apa yang membuat anda merasa kesulitan ketika sedang mengerjakan skripsi ?</p>	
40	<p>B : “saya merasa kesulitan pada saat harus wira-wiri ke kampus terus wira wiri menemui narasumber untuk pengerjaan BAB 4 dan lain-lainnya, pokoknya agak berat gitu soalnya anak saya masih asi jadi sering nyariin serta jadi sering kepikiran anak.”</p>	
45	<p>A : Apakah lingkungan anda cukup nyaman dan kondusif bagi anda dalam proses pengerjaan skripsi?</p> <p>B : “ya kalo lingkungan sih bisa di bilang ya</p>	

50	nyaman ya enggak, kalo mertua saya biasa-biasa saja kalo suami ya itu sih Cuma ngasih semangat kayak mensupport dalam bentuk materi dan apa yang bisa dikerjakan dibantu dikit, hanya mungkin terbatas waktu saya dalam mengerjakan skripsi karena momong	
55	anak tapi ya revisian juga, kalo orangtua saya sendiri juga pengennya juga segera gitu tapi kalo tetangga atau orang lain mungkin kayak dibandingkan dianggap gimana gitu belum lulus-lulus kayak gitu soalnya seusia saya itu	
60	sudah banyak yg berkarir sudah kerja tetap dan saya masih wira-wiri ngampus gitu” A : Bagaimana hubungan anda dengan suami, teman dan keluarga? Dan bagaimana peran serta pengaruh dukungan dari orang-orang	
65	disekitar pada anda? B : “suami mendukung orang tua juga ayah saya juga mendukung penuh agar saya segera selesai masalah kayak cibiran orang-orang saya juga enggak peduli ya ada mungkin tapi	
70	ya mertua saya orangtua saya mendukung agar saya segera lulus support mereka terhadap saya sangat besar” A : Pernahkah anda merasa tidak yakin / tidak percaya mampu menyelesaikan skripsi?	
75	B : “ya pernah merasa tidak yakin mampu menyelesaikan skripsi ketika melihat adek tingkat sudah lulus, kok saya belum lulus, terus bimbingan berkali-kali tidak ACC terus, kadang mengerjakan skripsi kayak kurang	

80	waktu seperti dikejar deadline pokoknya intinya aku ketinggalan, tapi meyakinkan diri aku sebisa mungkin semester ini harus bisa lulus karena bikin saya insecure yang paling utama karena melihat adek tingkat dah lulus.”	
85	A : Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah pada penyusunan skripsi? Apakah hal itu mempengaruhi fisik anda?	
90	B : “merasa capek pasti, tapi kalo ke fisik ga terlalu ya mungkin dari pikiran turun ke fisik soalnya ya ngerjain ya kesana kemari sambil momong juga kan momong juga walo kadang dibantu yang lain sebentar, tapi tetap harus standby 24jam waktu untuk anak kadang ya	
95	anak jadi penyemangat apapun itu entah lelah fisik lelah apapun itu semangat demi anak seperti itu menurutku pokoknya biar anakku itu bangga sama ibunya jadi capek pun ga kerasa”	
100	A : Bagaimana anda mengekspresikan perasaan tidak nyaman ketika merasa tertekan oleh sebuah permasalahan?	
105	B : “misal lagi capek mengerjakan skripsi pernah kayak murung bingung apa yg harus saya lakukan terus jadi males ke kampus juga males pegang revisian dan males pegang laptop itu dan jadi mudah tersinggung banget sama yang pembahasan soal skripsi”	
110	A : Upaya apa yang anda lakukan ketika menghadapi stress?	

115	<p>B : “kalo saya yang pertama saya berdoa kepada allah mendekatkan diri pada sang kuasa, lalu membuat target pencapaian yang akan saya lakukan selanjutnya sambil bilang pada diri sendiri kalo semua ini demi anak soalnya aku lulus nanti anakku biar bangga sama saya , berjuang demi gelar, biar jadi cerita sejarah untuk anakku, tapi kalo lagi marah sumpek tak lampiaskannya ya ke</p>	
120	<p>suami jadi marah ke suami tapi ya kadang ya suami ngertiin trus menenangkan saya untuk terus melanjutkan apa yang saya kerjakan kadang ya sedih murung iya disisi lain harus selalu ingat apa tujuannya demi siapa gitu”</p>	
125	<p>A : Efek apa yang dirasakan setelah melakukan usaha dalam menghadapi stress tersebut?</p>	
130	<p>B : “Menurut saya efek yang saya rasakan , ketika saya selesai berdoa saya agak tenang yakin kalo allah pasti menolong saya dalam kebingungan, kalo marah murung itu akan berakibat semakin jauh dr skripsi jd malas</p>	
135	<p>males pegang laptop, jadi paling main sebentar sama anak kalo deket anak seperti diingatkan lagi saya berjuang untuk siapa demi anak, mencoba berfikir positif pasti ada hikmahnya demi anak abis itu hilang rasa capek kesal yang di rasa.</p>	

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Informan II

Subjek : Informan II (MA)
Usia : 24 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Sudah Menikah
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah
Waktu / Tanggal : 10.15-Selesai / 14 april 2023
Keterangan : A : (Pewawancara), B : (Narasumber)

Baris	Verbatim	Tema
1	A : Bagaimana pendapat anda mengenai penyusunan skripsi yang sedang anda kerjakan di saat anda memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai istri/ibu di dalam berumah tangga?apakah status menikah mempengaruhi proses pengerjaan skripsi anda?	
5	B : “kalo menurut saya mempengaruhi ya soalnya ya peran ganda itu tidak mudah di lakukan ibarate awadewe ki kan seh merintis jek mulai membiasakan mengimbangi rutinitas seng ndue kewajiban double (Peran Ganda) tetep berpengaruh sih”	
10	A: Permasalahan apa saja yang anda temui dalam proses mengerjakan skripsi saat ini? (faktor penghambat anda dalam berprogres)	
15	B : “ membahas soal permasalahan dalam	

20	<p>proses Skripsinya ya itu waktu itu utama pokoknya, membagi waktunya susah, terus kedua lebih ke kita itu kan sudah lama ya tidak bersinggungan soal urusan perkuliahan jadi udah mulai lupa soal struktur atau alur pengerjaan skripsi yang sekarang seperti apa, terus minim sumber yang dibutuhkan, dan juga mood juga berpengaruh menghambat</p>	
25	<p>soale rutinitas seharian udah full banget capek lalu masih golek inspirasi gak temu-temu kui termasuk menghambat mood sama inspirasi kui termasuk, satu dengan yang lain itu berkaitan.”</p>	
30	<p>A: Pada bagian apa yang membuat anda merasa kesulitan ketika sedang mengerjakan skripsi ?</p>	
35	<p>B : “bagian sek menurutku sulit ki kayak kadang kita memahami teorinya ki pemahamannya sudah beda otaknya udah tidak seencer dulu, kayak pengerjaan halaman, buat daftar isi ngatur ngonowi sebenere sepele tapi koyok piye ya dut sulit, kayak nganalisis barang, menyimpulkan,</p>	
40	<p>mencari data sebenere sulit kembali lagi karna waktu tadi”</p>	
45	<p>A : Apakah lingkungan anda cukup nyaman dan kondusif bagi anda dalam proses pengerjaan skripsi?</p>	
	<p>B : “iya sebenarnya punya anak kecil itu kurang kondusif ya soalnya diusia anak saya yang segini ini sebentar-sebentar anak rewel</p>	

50	<p>pengen ikut jadi gak nyaman jika ingin fokus mengerjakan, jadi ingin mengerjakan terhambat karna satu dan lain hal, jadi menurut saya kurang kondusif sehingga saya mensiasatinya dengan mengerjakan di tengah malam saat anak saya sedang tidur”</p>	
55	<p>A : Bagaimana hubungan anda dengan suami, teman dan keluarga? Dan bagaimana peran serta pengaruh dukungan dari orang-orang disekitar pada anda?</p>	
60	<p>B : “ hubungan baik, walau saya memiliki peran ganda tapi semua baik, saling mendukung, semisal saya butuh harus ngebut ngerjain revisian anak ada yang handle diajak main keluar , kerjaan rumah juga terbantu”</p>	
	<p>A : Pernahkah anda merasa tidak yakin / tidak percaya mampu menyelesaikan skripsi?</p>	
65	<p>B : “kalo ngomongin soal pernah tidak yakin mampu menyelesaikan itu pernah, sering, soale memang pada saat itu repot sekali tapi ada e...ada yang menginspirasi mengingatkan tujuan kita kuliah apa, eman kalo ga diterusne</p>	
70	<p>,jadi kayak moso sih meh mengalahkan rasa ketidakyakinan kita, akhire bangkit dan alhamdulillah ada yang meyakinkan bahwa apa yang sudah kamu mulai harus kamu akhiri dengan baik walau tidak sempurna</p>	
75	<p>begitu makanya saya terus bangkit . A : Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah pada penyusunan skripsi? Apakah hal itu mempengaruhi fisik</p>	

	anda?	
80	B : “yang saya rasakan jelas budrek, mumet, yowes ajur-ajuran soale saya pikiran, tenaga, batin pokoknya campur aduk , jelas mempengaruhi fisik, mata saya jadi menggelap karna begadang terus, nafsu	
85	makan turun karna fikiran ku yang berat, jadi sedikit blank, sampai asam lambung, mumet masuk angin “	
	A : Bagaimana anda mengekspresikan perasaan tidak nyaman ketika merasa tertekan oleh sebuah permasalahan?	
90	B : “mengespresikan ketidaknyamanan saya kan terbatas ya mau melampiaskan bagaimana, jadi paling nangis, jadi mood kacau pelariannya paling ke nangis itu biar	
95	lega”	
	A : Upaya apa yang anda lakukan ketika menghadapi stress?	
	B : “menghibur diri, golek pelarian entah kadang chekout belanjaan kek , kadang	
100	maem apa kek, kalo aku percaya sih kalo lagi suasana hati tidak bagus jare kon maem coklat, memperbaiki mood, lebih ke keluar dari rumah sebentar nonton menghibur diri seperti meetime	
105	A : Efek apa yang dirasakan setelah melakukan usaha dalam menghadapi stress tersebut?	
	B : “efeknya sedikit lebih lega, leganya bukan berarti plong yang lega ya tapi sedikit mereda	

110	tidak setegang awalnya”	
-----	-------------------------	--

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Informan III

Subjek : Informan III (BS)
Usia : 24 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Sudah Menikah
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah
Waktu / Tanggal : 12.10-Selesai / 14 april 2023
Keterangan : A : (Pewawancara), B : (Narasumber)

Baris	Verbatim	Tema
1	A : Bagaimana pendapat anda mengenai penyusunan skripsi yang sedang anda kerjakan di saat anda memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai istri/ibu di dalam rumah tangga?apakah status menikah mempengaruhi proses pengerjaan skripsi anda?	
5	B : “kalo disaya masalah status pernikahan itu ndak ada kaitannya dengan hambatan pengerjaan skripsi, itu malah membantu banget suami saya mau ngbantuin kasih semangat walau enggak bantuin ngerjain tapi beliau memberi semangat terus karna udah ada anak jadi diantar sampai rela ambil cuti libur sehari biar bisa nganter, jadi gak mempengaruhi”	
10	A: Permasalahan apa saja yang anda temui	
15		

	<p>dalam proses mengerjakan skripsi saat ini? (faktor penghambat anda dalam berprogres)</p>	
20	<p>B : “permasalahannya ya cuman karena sudah ada anak jadi sudah enggak bisa sefleksibel dulu waktu dan geraknya jadi mau kemana-mana juga harus bawa anak kan soalnya anak saya maunya dbf atau menyusui langsung dan dia kayak lagi difase maunya sama bunda</p>	
25	<p>jadi mau gamau harus sama saya terus, terus masalahnya skripsi saya kemarin itu tempat skripsi saya kemarin itu mbarengi sama ada akreditasi sekolah jadi agak sulit ngerjain skripsi soalnya mau cari subjek juga susah,</p>	
30	<p>maunya pake 3 dapetnya Cuma 2 gitu, tapi gapapa sih”</p> <p>A: Pada bagian apa yang membuat anda merasa kesulitan ketika sedang mengerjakan skripsi ?</p>	
35	<p>B : Kalo bagian yang membuat sulit sih enggak...skripsinya , hanya memang karna udah ada anak jadi sulit sehingga harus nunggu dedek tidur dulu, harus pas dia bobok, dan saya kan di rumah sendiri udah rumah</p>	
40	<p>tangga sendiri sama suami jadi ga dibantuin sama uti atau kakung gitu loh , nah itu susah banget kalo mau ngerjain, sedangkan kalo malam kan ya udah capek karna udah seharian ngurusin kan udah capek, kalo di</p>	
45	<p>skripsinya sendiri saya tidak ada kesulitan alhamdulillah semua referensi kan sekarang bisa diakses gak Cuma buku aja, jurnal juga</p>	

50	<p>ya gak ada masalah, ya itu tadi karna ada anak jadinya harus dia tidur dulu atau pas ayahnya dirumah tapi itu tadi walau di rumah anak saya maunya sama bunda terus jadi agak rewel jadi maunya sama bundanya terus”</p>	
55	<p>A : Apakah lingkungan anda cukup nyaman dan kondusif bagi anda dalam proses pengerjaan skripsi?</p>	
60	<p>B : Alhamdulillah lingkungan saya itu nyaman karena saya tinggalnya di perumahan terus agak masuk kedalam jadi aman dari jalan raya gak terlalu bising, terus suami juga mendukung saya dengan kalo saya sedang ngerjain skripsi , anak dihandle dia ya itu sih mbak</p>	
65	<p>A : Bagaimana hubungan anda dengan suami, teman dan keluarga? Dan bagaimana peran serta pengaruh dukungan dari orang-orang disekitar pada anda?</p>	
70	<p>B : “alhamdulillahnya sama suami nggak ada masalah apa-apa juga enggak lagi bertengkar, sama temen juga saling support temen-temen deket juga menyemangati dan saya juga menyemangati mereka ada juga yang udah semester 14 mereka juga belum lulus saling kasih info enak sih, keluarga juga dukung secara financial dibantu sama</p>	
75	<p>orangtua kayak diberi uang saku buat skripsian buat fotocopy, kalo waktu gak bisa karena ibuk saya masih kerja, kalo bapak ada di rumah sih tapi ya saya kan udah rumah</p>	

80	sendiri mertua saya pun juga sedang ada di kalimantan jadi bisanya kasih support aja.	
	A : Pernahkah anda merasa tidak yakin / tidak percaya mampu menyelesaikan skripsi?	
85	B : “kalo ditanya pernah tidak merasa tidak yakin mampu menyelesaikan skripsi sih pernah ya mba hehehe, dulu itu ya karena kehambat corona itu kan mau bimbingan sulit mau penelitian sulit, itu suami saya nglamar saya, karena bapak saya nantangin kalo beneran serius segera nikahin , yaudah,	
90	sempet adu argumen kan karena saya maunya lulus dulu, tapi orangtua menghendaki untuk cepet-cepet nikah jadi itu, lalu karena abis nikah selang tidak lama saya hamil terus teler yaudah sampek gak bisa sempat ngerjain	
95	skripsi yaudah waktu cepet banget berlalu anak mulai rewel-rewelnya, abis seminar proposal itu anakku rewel banget jadi sempet mikir bisa ngrjain lagi apa enggak ya, yaudah stress karna anak rewel trus juga stress ga bisa	
100	ngerjain leluasa kan ya itu hehe...jadi kayak bisa ga ya selesai skripsinya gitu.	
	A : Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah pada penyusunan skripsi? Apakah hal itu mempengaruhi fisik anda?	
105	B : “kalo masalah di skripsi itukan ga ada ya mbk, tapi e kalo untuk mempengaruhi fisik itu ada, terpaksa saya ngerjainnya di malam hari saat anak saya udah tidur, ya itu kalo	

110	saya lembur itu jadi paginya gak enak badan karena udah capek seharian jagain anak, terus ditambah malem lembur ngerjain jadikan tidurnya kurang, anak saya kan ya boboknya juga masih suka kebangun soalnya masih asi	
115	juga sehingga kualitas tidurnya saya ga bagus seringnya saya malah sakit Cuma paling pusing atau masuk angin.	
	A : Bagaimana anda mengekspresikan perasaan tidak nyaman ketika merasa tertekan oleh sebuah permasalahan?	
120	B : “mengekspresikan perasaan ga nyaman karena tertekan ya paling saya curhat ke suami sampai nangis ya abis itu suami menyemangati ngga yang sampai depresi	
125	Cuma e kayak butuh nangis biar lega abis itu udah sih semangat lagi soalnya ya itu tadi semangat saya di anak saya dan juga mau menyelesaikan sekolah biar orangtua saya senang”	
130	A : Upaya apa yang anda lakukan ketika menghadapi stress?	
135	B : “ upaya yang saya lakukan ya paling penting ga dilampiasin ke anak sih mba,saya Cuma ambil pokoknya mindset saya, saya setting positif terus sih mbak soalnya jadi peran ibu itu berat jugakan gak boleh melampiasin apa-apa ke anak, jadi yaudah dibikin happy aja mikir positif thinking yaudah itu aja yang penting enggak	
140	dilampiasin keanak soalnya kalo saya udah	

	<p>capek suami saya udah ngertiin handle anak biar saya bisa istirahat, kalau pulang kerja bantu jadi gak sampai stress.</p>	
145	<p>A : Efek apa yang dirasakan setelah melakukan usaha dalam menghadapi stress tersebut?</p>	
150	<p>B : Efeknya ya mood saya balik baik lagi semangat lagi ngerjain paling ya itu kendalanya tadi kan karna anak ya jadi pencegahannya ga dilampiasin ke anak terus mindsetnya juga semangat ke anak klo ibunya cerdas kan anak juga cerdas gitu, itu aja sih mbk</p>	

Transkrip Hasil Wawancara Dengan Informan IV

Subjek : Informan IV (NF)
Usia : 25 Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Sudah Menikah
Fakultas : Ushuluddin Dan Dakwah
Waktu / Tanggal : 11.00-Selesai / 14 april 2023
Keterangan : A : (Pewawancara), B : (Narasumber)

Baris	Verbatim	Tema
1	A : Bagaimana pendapat anda mengenai penyusunan skripsi yang sedang anda kerjakan di saat anda memiliki peran ganda sebagai mahasiswa dan sebagai istri/ibu di dalam rumah tangga?apakah status menikah mempengaruhi proses pengerjaan skripsi anda?	
5		
10	B : “kalo menurut saya pernikahan tidak mempengaruhi ya dengan proses pengerjaan skripsi saya, hanya memang setelah nikah jadi sedikit sulit buat bagi waktu buat nyandak skripsi dengan tanggungjawab lainnya,”.	
15	A: Permasalahan apa saja yang anda temui dalam proses mengerjakan skripsi saat ini? (faktor penghambat anda dalam berprogres) B : “faktor penghambat skripsi saya itu kendala waktu itu tadi, sulit buat	

<p>20</p> <p>25</p> <p>30</p>	<p>menyeimbangkan bagi waktu buat ngerjain sama menuhin kewajiban di rumah, apalagi rumah saya dengan kampus agak jauh jadi ga bisa sering-sering bimbingan nemuin dosen atau sekedar ngerjain tugas bareng temen-temen biar bisa cepet selesai, berusaha buat mengejar ketertinggalan sih walau memang ga bisa cepet karna anak juga sedang aktif-aktifnya ga bisa dititipin lama-lama, sama atur waktu nemuin narasumber yang sedikit sulit jadi makin lama”</p>	
<p>35</p> <p>40</p>	<p>A: Pada bagian apa yang membuat anda merasa kesulitan ketika sedang mengerjakan skripsi ?</p> <p>B :” di bab 1 sama bab 4 sih, sulit buat men sinkronkan bab 1 dengan yang lain dan juga narasumber saya yang tidak bisa sewaktu-waktu saya temui untuk ambil data jadi makin molor dalam pengerjaan skripsi saya”</p>	
<p>45</p>	<p>A : Apakah lingkungan anda cukup nyaman dan kondusif bagi anda dalam proses pengerjaan skripsi?</p> <p>B : “kalo siang sih kurang kondusif ya, soalnya depan rumah saya pengrajin kayu jadi bising tiap pagi-sore,dan juga masih ada tanggungan mengurus anak ya, tapi kadang kalo udah kepept ya minta tolong orangtua buat pegang anak saya, biar saya bisa revisian sebentar atau atur siasat ngerjain malam atau</p>	

50	<p>subuh karna longgarnya jam segitu”</p> <p>A : Bagaimana hubungan anda dengan suami, teman dan keluarga? Dan bagaimana peran serta pengaruh dukungan dari orang-orang disekitar pada anda?</p>	
55	<p>B : “dukungan orang-orang sekitar alhamdulillah sangat-sangat positif, kita saling support dengan sesama teman yang belum selesai, kalo suami Cuma bisa kasih semangat ya, karna dia juga sibuk kerja jadi tidak bisa membantu banyak”</p>	
60	<p>A : Pernahkah anda merasa tidak yakin / tidak percaya mampu menyelesaikan skripsi?</p>	
65	<p>B : “pernah banget haha, pernah ngerasa down karna ga bisa secepat yang lain, karena dosen saya kebetulan juga sulit ditemui karna jadwal ngajar beliau, apalagi waktu pandemi beliau benar benar tidak mau ditemui dan hanya bisa lewat online yang mana kurang efektif menurut saya, lalu juga habis nikah hamil jadi mau mondar mandir ke kampus juga ga bisa, yaudah pasrah sempet kepikiran mau nyerah, tapi ada salah satu teman saya yang selalu ngajak buat bangkit jangan nyerah dulu, jadi saya pupuk lagi semangat saya dan lanjutin lagi”</p>	
70	<p>A : Apa yang anda rasakan ketika sedang menghadapi masalah pada penyusunan</p>	

80	skripsi? Apakah hal itu mempengaruhi fisik anda?	
85	<p>B : “Yang saya lakukan ya rehat dulu ibaratnya berhenti nyandak skripsi dulu lah, nanti kalo mood udah bagus atau udah pulih baru lanjut lagi, mempengaruhi fisik sangat ya, apalagi ini udah mau akhir semester jadi bener-bener di pol-pol in ngerjainnya yang berujung suka insomnia, masuk angin, sama sering nangis hehehe”</p>	
90	<p>A : Bagaimana anda mengekspresikan perasaan tidak nyaman ketika merasa tertekan oleh sebuah permasalahan?</p>	
95	<p>B : “mengekspresikannya ya dengan nangis sih paling, atau cerita ke temen sharing, tapi paling sering nangis sama doa sebanyak-banyaknya biar dikasih jalan mudah, sama kontro pikiran aja biar ga mikir negatif terus-terusan”</p>	
100	<p>A : Upaya apa yang anda lakukan ketika menghadapi stress?</p>	
105	<p>B : “ya itu tadi mengontrol pikiran biar ga banyak mikir negatif, kalo ga bisa dipendem sendiri ya cerita ke suami paling trus jajan keluar jalan-jalan”</p> <p>A : Efek apa yang dirasakan setelah melakukan usaha dalam menghadapi stress</p>	

110	tersebut? B : “ efeknya ya jadi lega ya mbk, sama biar gak ngrugiin diri sendiri, jadi buat positif aja, mungkin masalah itu ada untuk mendewasakan kita.pokoknya berprasangka baik setiap masalah yang datang pasti ada hal baik diakhirnya yang bisa kita ambil hikmanya”	115
-----	--	-----

Lampiran 4

Surat Persetujuan Menjadi Informan Pernyataan Subjek 1

SURAT KETERSEDIAAN MENJADI INFORMAN

Saya Firda Riski Hananda mahasiswa Universitas Negeri Raden Mas Said Surakarta Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi, sedang melakukan penelitian dengan judul "Coping Stress Mahasiswa Sudah Menikah Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi di Fakultas Ushuluddin DDn Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta" dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos).


Tujuan dari penelitian adalah mengetahui strategi *coping stress* yang dilakukan mahasiswa sudah menikah dalam menempuh tugas akhir skripsi dan apa saja yang menjadi faktor penghambat dalam penyusunan skripsi.


Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bertina Syafriah
Usia : 24 tahun
Jenis kelamin : Perempuan
Tingkat semester : I
Status : ~~Belum~~ Menikah
Alamat : ~~Per~~ Gunung Gadung RT 02 RW 08 Kalibancar
Selogri Wonorejo

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak bersifat negatif maupun merugikan diri saya dan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Dengan ini, saya menyatakan bersedia diwawancarai untuk menjadi informan penelitian.

Surakarta, 2023

Yang bersangkutan ()
Bertina.S.

peneliti

Firda Riski .H.

Pernyataan Subjek 2

SURAT KETERSEDIAAN MENJADI INFORMAN

Saya Firda Riski Hananda mahasiswa Universitas Negeri Raden Mas Said Surakarta Prodi Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi, sedang melakukan penelitian dengan judul "Coping Stress Mahasiswa Sudah Menikah Dalam Menghadapi Tugas Akhir Skripsi di Fakultas Ushuluddin DDn Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta" dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos).

Tujuan dari penelitian adalah mengetahui strategi *coping stress* yang dilakukan mahasiswa sudah menikah dalam menempuh tugas akhir skripsi dan apa saja yang menjadi faktor penghambat dalam penyusunan skripsi.

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : M. A.
Usia : 21 tahun
Jenis kelamin : perempuan
Tingkat semester : 1A
Status : ~~☐~~ Sudah Menikah
Alamat : Ngawi

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak bersifat negatif maupun merugikan diri saya dan akan dijaga kerahsiaannya oleh peneliti serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Dengan ini, saya menyatakan bersedia diwawancarai untuk menjadi informan penelitian.

Surakarta, 2023

Yang bersangkutan

()

peneliti



Firda Riski .H.

Pernyataan Subjek 3

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

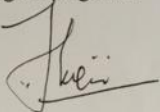
Saya yang bernama dibawah ini menyatakan sudah diwawancarai oleh Firda Riski Hananda mahasiswa Universitas Negeri Islam (UIN) Raden Mas Said Surakarta Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah untuk memenuhi tugas akhir skripsi guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Yang bertanda tangan dibawah ini :


Nama : Anisa Dewi Cahayaki
Usia : 25
Jenis kelamin : Perempuan -
Fakultas :
Alamat : Kidul Warung, Pabelan Kartasura

Surakarta,2023

Yang bersangkutan


(Anisa D. E)

peneliti


Firda Riski Hananda

Lampiran 5

Dokumentasi Wawancara Subjek



Foto Wawancara Informan I (AD)



Foto Wawancara Informan II (MA)



Foto Wawancara Informan III (BS)



Foto wawancara Informan IV (NF)

Lampiran 6

Surat Keterangan Plagiasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH**

Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774
Homepage : www.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud.uin@iain-surakarta.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Tim Turnitin Fakultas Ushuluddin dan Dakwah (FUD) UIN Raden Mas Said Surakarta menerangkan bahwa setelah melakukan cek plagiasi skripsi dengan menggunakan perangkat lunak **Turnitin** maka pihak di bawah ini:

Nama : Firda Riski Hananda
NIM : 161221070
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : COPING STRESS MAHASISWA SUDAH BERKELIARGA
DALAM MENGHADAPI TUGAS AKHIR SKRIPSI DI FAKULTAS USHULUDDIN
DAN DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA
Hasil Turnitin : 11 %

Dinyatakan telah lulus cek plagiasi dengan "Similarity Index" di bawah 30 persen.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagai syarat pelaksanaan munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Sukoharjo, 22/06/2023

an Dekan,
Pakil Dekan I,



Dr. Hj. Kamila Adnani, M.Si.
NIP. 19700723 200112 2 003

Firda Riski Hananda - BKI

ORIGINALITY REPORT

11 %	11 %	3 %	8 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part II Student Paper	2 %
2	123dok.com Internet Source	1 %
3	repository.uinjambi.ac.id Internet Source	1 %
4	repository.upstegal.ac.id Internet Source	1 %
5	Submitted to Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Student Paper	1 %
6	repository.uinsu.ac.id Internet Source	1 %
7	Submitted to IAIN Surakarta Student Paper	<1 %
8	repository.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
9	journal.untar.ac.id	

Lampiran 7

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Data Pribadi

Nama : Firda Riski Hananda

Tempat,Tanggal Lahir: Sragen, 11 Desember 1997

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Email : hanandarisky01@gmail.com

No. HP : 089520132584

Alamat : Ds. Ngledok, RT 10. Wonotolo, Gondang,Sragen.

2. Daftar Riwayat Pendidikan

- SD NEGERI 1 WONOTOLO
- SMP NEGERI 2 SRAGEN
- SMA NEGERI 3 SRAGEN

Demikian daftar riwayat ini saya buat dengan sebenar-benarnya.