

ABSTRAK

GAMBARAN COPING STRESS AKADEMIK MAHASISWA DI DKI JAKARTA SELAMA PANDEMI COVID-19

Shifa Faizal Putri.

Program Studi Psikologi

Terjadinya pandemi covid-19 di Indonesia yang menyebabkan pemerintah melakukan pembatasan sosial dan pembelajaran jarak jauh (PJJ). Hal ini menyebabkan mahasiswa tidak dapat melakukan perkuliahan serta bersosialisasi secara tatap muka langsung. Kondisi ini dapat menyebabkan seseorang merasa stress pada mahasiswa khususnya stress akademik dan mendorongnya untuk melakukan *coping* sebagai upaya untuk menghadapi, meredakan serta meringankannya. Tujuan penelitian ini adalah melihat *Coping Stress* pada Mahasiswa di DKI Jakarta yang sedang menjalankan pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi Covid-19. Rancangan penelitian menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Subjek penelitian 120 mahasiswa di DKI Jakarta yang sedang menjalankan PJJ selama masa pandemi. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang mengacu pada teori Lazarus dan Folkman (1984) dengan item valid 41 dan nilai (α) = 0.930. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak menggunakan *coping stress* dengan jenis ***problem focused coping*** sebesar 51.7%, ber usia 20-25 tahun, dengan periode waktu PJJ selama 1-2 tahun, tidak mengalami sakit beberapa hari lalu, mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, dan mendapatkan uang saku selama sebulan sebanyak >Rp. 1.000.000.

Kata kunci: *Coping Stress, Stres Akademik, Mahasiswa di DKI Jakarta*

ABSTRACT

**OVERVIEW OF STUDENT ACADEMIC COPING STRESS IN DKI JAKARTA
DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

Shifa Faizal Putri.

Psychology Study Program

The Covid-19 pandemic in Indonesia caused the government to impose social restrictions and distance learning (PJJ). This causes students to not be able to conduct lectures and socialize face to face directly. This condition can cause a person to feel stress on students, especially academic stress and encourage them to do coping as an effort to deal with, relieve and alleviate it. The purpose of this study was to look at Coping Stress on students in DKI Jakarta who were running distance learning during the Covid-19 pandemic. The research design uses descriptive quantitative methods. The research subjects were 120 students in DKI Jakarta who were running PJJ during the pandemic. The measuring instrument used is a questionnaire that refers to the theory of Lazarus and Folkman (1984) with 41 valid items and the value (α) = 0.930. The results showed that more used stress coping with the type of problem focused coping by 51.7%, aged 20-25 years, with a period of PJJ for 1-2 years, did not experience illness a few days ago, received social support from the family and got pocket money. for a month as much as > Rp. 1,000,000.

Keywords: *Coping Stress, Academic Stress, Students in DKI Jakarta*