

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA MAHASISWA ORGANISASI DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS SYIAH KUALA

Melda Sofia<sup>1</sup>, Nadila Puspita Sari<sup>2</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Desa Tibang, Banda Aceh 23114, Indonesia

<sup>4</sup> Mahasiswa Prodi S1 Psikologi Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Desa Tibang, Banda Aceh 23114, Indonesia

\*Corresponding Author: melda@uui.ac.id

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada Mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa organisasi yang ada di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala Banda Aceh dengan sampel 57 responden pada uji coba penelitian dan 60 responden sebagai sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik berupa *cluster random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan skala *problem focused coping* dengan koefisien reliabilitas 0,901 dan skala dukungan sosial teman sebaya dengan koefisien reliabilitas 0,948. Teknik analisis data menggunakan analisis *product moment*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan koefisien korelasi  $r_{xy}= 0,617$  dan taraf signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.

Kata Kunci : Dukungan sosial teman sebaya, *Problem focused coping*, Mahasiswa

## Abstract

*This research aims to determine the relationship between peer social support and problem focused coping in organizational students at the Faculty of Psychology, Syiah Kuala University, Banda Aceh. The population in this research is organizational students at the Faculty of Psychology, Syiah Kuala University, Banda Aceh with a sample of 57 respondents in the research trial and 60 respondents as the research sample. The sampling technique uses a technique in the form of cluster random sampling. The data collection method used in the research was a problem focused coping scale with a reliability coefficient of 0.901 and a peer social support scale with a reliability coefficient of 0.948. The data analysis technique uses product moment analysis. The hypothesis proposed in this research is that there is a positive relationship between social support from peers and problem focused coping in organizational students at the Faculty of Psychology, Syiah Kuala University, Banda Aceh. The results of the research show that there is a significant positive relationship between peer social support and problem focused coping in organizational students at the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang with a correlation coefficient  $r_{xy}= 0.617$  and a significance level of  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ). The conclusions in this research show that there is a significant positive relationship between social support from peers and problem focused coping in organizational students at the Faculty of Psychology, Syiah Kuala University, Banda Aceh.*

*Keywords: Peer social support, Problem focused coping, Students*

## PENDAHULUAN

Individu yang tengah menyelesaikan studi pendidikannya pada tingkatan perguruan tinggi dan tercatat sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa (Hartaji dan Sedjo 2012). Berdasarkan data dari PDDikti (<https://pddikti.kemdikbud.go.id/mahasiswa>) terdapat 8.483.213 mahasiswa terdaftar di Indonesia pada tahun 2020, sedangkan untuk di Universitas Syiah Kuala sendiri terdapat 17.618 mahasiswa aktif yang tersebar di 12 Fakultas yang berbedadan di Fakultas Psikologi sendiri terdapat 761 mahasiswa aktif yang sudah terdaftar di PDDikti.

Menjadi seorang mahasiswa tentunya memiliki tugas dan tanggung jawab tersendiri yang harus dijalankan, seperti belajar, mengerjakan tugas, menyelesaikan studinya dan mendapatkan nilai yang maksimal. Selain mempunyai tugas dan kewajiban untuk belajar dan melaksanakan kegiatan akademik lainnya, mahasiswa juga dapat melakukan kegiatan non akademik yang dapat menambah dan mengasah *soft skill* atau keterampilan baru yang tidak bisa didapatkan hanya dengan mengikuti perkuliahan saja, seperti *leadership*, pemecahan masalah, kerja sama tim, memperluas *networking* dan manajemen konflik. Terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk melatih dan mengasah keterampilan tersebut salah satunya adalah dengan ikut dan bergabung dengan organisasi (Suranto dan Rusdianti, 2018).

Berdasarkan Peraturan Pemerintah No 60 Tahun 1999 organisasi kemahasiswaan merupakan tempat yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan bagi mahasiswa seperti peningkatan kepemimpinan, minat, kegemaran dan kesejahteraan mahasiswa di dalam lingkup perguruan tinggi. Selain memiliki banyak manfaat yang bisa didapat, bergabung dengan organisasi bagi mahasiswa tentunya memiliki konsekuensi tersendiri yang harus dihadapi oleh mahasiswa.

Menurut Ulfatunnajah (2017) mahasiswa yang mengikuti organisasi cenderung memiliki kegiatan, tugas dan tanggung yang lebih banyak daripada mahasiswa biasa. Hal itu disebabkan karena mahasiswa organisasi akan. Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah kajian ilmu pengetahuan tentang pengaruh humor terhadap penurunan stress pada mahasiswa psikologi yang sedang mengerjakan skripsi dalam bidang psikologi khususnya dalam psikologi klinis. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan hasil secara empiris tentang upaya mengatasi permasalahan stres karena mengerjakan skripsi sehingga dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan penelitian selanjutnya menghabiskan waktunya mengikuti dan melaksanakan tugas dan kegiatan dari organisasi yang diikutinya, ditambah tugas dan tanggung jawab yang diterima mahasiswa dari perkuliahannya.

Mahasiswa organisasi secara tidak langsung mempunyai tanggung jawab lebih jika dibandingkan dengan mahasiswa biasa pada umumnya, yaitu untuk belajar dan menimba ilmu dan juga sebagai mahasiswa organisasi yang harus mengurus organisasi yang diikutinya serta menjalankan program kerja yang telah ditetapkan sebelumnya. Tugas dan tanggung jawab yang harus dijalani sebagai mahasiswa organisasi seperti mengerjakan tugas dari dosen, membuat laporan, ujian, membagi waktu antara kuliah dan organisasi, mengikuti rapat organisasi, melaksanakan tugas organisasi dan lain sebagainya, yang mana hal tersebut seringkali menimbulkan masalah-masalah tersendiri bagi mahasiswa organisasi dalam menghadapinya dan dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa organisasi (Febrianti, Nuqul, dan Khotimah, 2020).

Penelitian oleh Sari (2015) juga menunjukkan hasil yang sama dimana dari 100 mahasiswa organisasi di Universitas Syiah Kuala, sebanyak 56 mahasiswa organisasi mengalami stres akibat berorganisasi. Penelitian yang dilakukan Musabiq & Karimah (2018) juga menunjukkan hasil yang sejalan dimana 67 Mahasiswa di Universitas Indonesia, menunjukkan hasil bahwa

keikutsertaan dan tanggung jawab didalam organisasi berpengaruh terhadap timbulnya stres bagi mahasiswa.

Ketika menghadapi permasalahan yang menimbulkan stres mahasiswa cenderung akan menggunakan mekanisme perlindungan diri berupa perilaku *coping stress* untuk mengatasi tekanan-tekanan psikologis yang dialami, sehingga tidak menimbulkan efek berupa stres (Suwarsi, 2016). Menurut Sarafino (2008) *coping stress* merupakan cara yang digunakan seseorang agar dapat mengelola keadaan yang dianggap tidak sesuai melalui usaha yang telah dilakukan dan dianggap sebagai penyebab munculnya stres. Sedangkan menurut Coon & Mitterer(2008) *coping stress* adalah usaha untuk menangani ataupun meminimalisir stres yang muncul dengan melakukan peningkatan pada kemampuan *coping* yang dimiliki individu melalui proses kognitif dan tingkah laku.

Menurut Lazarus & Folkman (1984) *coping stress* pada individu terbagi menjadi dua macam, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* adalah cara individu untuk secara langsung menghadapi atau mencoba mengatasi permasalahan yang menjadi sumber stres, penggunaan koping ini digunakan apabila individu tersebut menganggap permasalahan yang dialami masih bisa diatasi. Sementara itu, *Emotion focused coping* adalah upaya individu untuk berusaha mengalihkan emosi yang dirasakan tanpa berusaha untuk mengubah sumber stres (*stressor*) yang dialami secara langsung, penggunaan *coping* ini cenderung dilakukan apabila masalah yang menjadi sumber stres dianggap tidak dapat diubah lagi situasinya.

Setiap individu mempunyai cara tersendiri dalam melakukan *coping stress*, pemilihan *coping* yang dilakukan individu tergantung dari permasalahan yang sedang dihadapi oleh masing-masing individu tersebut. Menurut Nisrina, (2016) mahasiswa organisasi cenderung akan menggunakan *problem focused coping* daripada *emotion focused coping*, karena mahasiswa organisasi cenderung memilikibanyak masalah yang timbul sehingga akan lebih terlatih dan terbiasa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, sehingga ketika dihadapkan pada masalah, mahasiswa organisasi akan merespon masalah yang muncul dengan berusaha secara langsung menyelesaikan masalah yang muncul daripada menghindarinya. Selain itu, tuntutan dan tugas dari organisasi yang mengharuskan untuk mahasiswa organisasi untuk dapat segera menyelesaikan atau mengatasi masalah yang ada terutama di dalam hal organisasi guna keberlangsungan dari organisasi itu sendiri.

Banyaknya tugas, tanggung jawab dan permasalahan yang harus diselesaikan oleh mahasiswa organisasi seringkali menjadi beban dan stres tersendiri, seringkali mahasiswa organisasi kesulitan untuk mengatasi permasalahan yang dialaminya, baik itu yang berasal dari organisasi maupun perkuliahan, karena banyaknya tugas dan tanggung jawab serta padatnya kegiatan yang harus dijalankan sebagai mahasiswa organisasi (Shusena, 2017). Untuk mengatasi permasalahan tersebut, setiap mahasiswa organisasi memiliki cara yang berbeda-beda ketika mencoba menyelesaikan masalah yang dialaminya, seperti mencoba menghadapi masalah dan berusaha menyelesaikan masalah, meskipun begitu tidak sedikit mahasiswa yang belum tergerak untuk menyelesaikan masalah dan membiarkannya berlalu sejalan dengan waktu (Pratisti dan Shusena, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada kedua subjek, dapat disimpulkan bahwa subjek kurang dalam melakukan *problem focused coping* karena kedua subjek tidak menghadapi dan menyelesaikan masalah yang muncul secara langsung sehingga memunculkan stres pada mahasiswa organisasi.

Menurut Smith (Baron dan Bryne, 2005) menjelaskan bahwa suatu *coping stress* dikatakan tidak efektif apabila dilakukan dengan penghindaran terhadap sumber stres yang dialami dan melakukan penentangan dalam diri bahwa ada sesuatu yang salah sehingga menyebabkan individu mengabaikan suatu masalah yang dialami, sehingga dengan

menghadapi langsung pada masalah cukup efektif untuk mengatasi masalah yang menjadi sumber stres.

Maka dari itu, ketika menghadapi segala permasalahan yang dialami oleh mahasiswa organisasi dibutuhkan adanya dukungan sosial terutama dari teman untuk membantu mahasiswa organisasi menghadapi masalah yang muncul, seperti menjadi tempat untuk bertanya, meminta bantuan ketika menghadapi kesulitan, teman curhat, dan yang lainnya. Dukungan sosial juga mampu membantu individu agar bisa memecahkan dan mengatasi masalah yang dialami dan membantu mengurangi reaksi dari stres melalui *coping stress* (Johnson dalam Jayusman, 2018).

Berdasarkan wawancara diatas, didapatkan informasi bahwa cara yang digunakan oleh subjek ketika mencoba memecahkan permasalahan yang dialami adalah dengan mencari dukungan sosial dari teman sebayanya. Menurut Gottlieb & Price (1983) dukungan sosial merupakan bantuan yang diberikan dalam hal informasi, arahan, pertolongan serta usaha yang dilakukan oleh orang lain yang dianggap dekat dengan subjek atau dapat berbentuk dukungan berupa selalu ada ketika subjek membutuhkan dan segala sesuatu yang mampu memberikan keuntungan emosional bagi yang menerimanya.

Cutrona (1986) menjelaskan bahwa ketika seseorang memperoleh dukungan sosial, dipercaya lebih sanggup untuk mengatasi tugas yang ada jika dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial sama sekali dari orang lain. Sarafino (Ruwaida et al., 2006) menjelaskan individu yang memperoleh dukungan sosial dengan baik tidak akan lari dari permasalahan yang dialami karena individu tersebut percaya bahwa ada orang lain yang akan membantunya dalam menghadapi hal tersebut, dengan adanya dukungan sosial akan mampu meningkatkan kemampuan individu dalam memecahkan dan menghadapi masalah yang dihadapi dengan berpusat pada meminimalisir dampak dari stres atau masalah yang dihadapi melalui perhatian, informasi yang diberikan oleh orang lain dan *feedback* yang dibutuhkan individu dalam menghadapi permasalahan tersebut. Dukungan sosial mampu membantu individu agar dapat memecahkan dan menyelesaikan permasalahan yang dialami dan membantu mengurangi reaksi dari stres melalui strategi coping (Johnson dalam Jayusman, 2018).

Sumber dukungan sosial bisa diperoleh siapapun, seperti keluarga, orang terdekat, saudara, ataupun teman sebaya. Sebagai mahasiswa, terutama mahasiswa organisasi tentunya membutuhkan dukungan sosial dari orang lain terutama teman sebaya yang merupakan individu paling dekat dengan mahasiswa organisasi setelah keluarga, karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki masalah yang harus dihadapi yang seringkali menjadi sumber stres lebih banyak jika dibandingkan mahasiswa biasa untuk membantunya dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang sedang dihadapinya.

Menurut Tylor (2012) dukungan sosial teman sebaya ialah bentuk pertolongan yang diberikan oleh teman dalam bentuk bantuan langsung, informasi maupun emosional yang sehingga memunculkan perasaan lebih dihargai serta dipedulikan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ayni (2017) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *problem focused coping* pada orang tua yang memiliki anak autisme. Lebih lanjut, terdapat studi yang sama oleh Putra (2015) dimana menunjukkan hasil terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya yang diberikan oleh subjek dengan *problem focused coping* pada remaja. Penelitian mengenai dukungan sosial dengan *problem focused coping* memang sudah pernah dilakukan penelitian-penelitian sebelumnya, akan tetapi untuk penelitian tentang dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* yang terjadi pada mahasiswa organisasi masih belum dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti ingin mengetahui lebih mendalam lagi mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala.

## **METODE PENELITIAN**

Identifikasi variabel adalah cara atau metode yang dilakukan untuk memilih variabel yang nantinya akan dilakukan penelitian. Melakukan identifikasi variabel bertujuan agar dapat memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Menurut Sugiyono (2013) menjelaskan yang dimaksud dengan variabel penelitian merupakan semua bentuk yang sudah ditetapkan terlebih dahulu lalu kemudian dipelajari dan akhirnya ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah :

1. Variabel Tergantung : *Problem Focused Coping*
2. Variabel Bebas : Dukungan sosial teman sebaya

### **Sampel Penelitian**

Azwar (2012) menjelaskan bahwa yang dimaksud dari sampel adalah subjek yang merupakan bagian dari populasi. Sampel harus dapat mewakili populasi sehingga karakteristik dari subjek yang akan diteliti harus sesuai dengan ciri-ciri dan karakteristik dari populasi. Sedangkan menurut Sugiyono(2013) sampel adalah bagian dari karakteristik dan memiliki jumlah yang lebih kecil daripada populasinya. Penelitian ini menggunakan sampel mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala.

### **Teknik Pengambilan Sampel**

Teknik *sampling* merupakan cara ataupun metode untuk melakukan pengambilan sampel pada suatu penelitian (Sugiyono, 2013). Penelitian ini adalah menggunakan teknik berupa *cluster random sampling*. Menurut Hadi (2001) teknik *cluster random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dari beberapa kelompok atau cluster yang kemudian akan diteliti.

### **Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang dipakai pada penelitian ini ialah dengan cara mendistribusikan skala yang telah dibuat kepada subjek penelitian. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa skala merupakan metode yang dilakukan oleh peneliti untuk menyusun daftar pertanyaan secara tertulis yang kemudian disebarkan kepada responden untuk diisi. Pengisian skala dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi.

Terdapat dua metode skala yang dipakai pada penelitian ini yaitu skala *problem focused coping* dan skala dukungan sosial teman sebaya. Metode penskalaan yang digunakan oleh peneliti adalah metode *summated rating* yang menggunakan format skala linkert dengan 5 kategori jawaban, yaitu Sangat Setuju(SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Menurut Azwar (2012) penggunaan skala linkert dengan 5 kategori jawaban lebih dianjurkan, sebab dengan menggunakan 5 kategori pilihan jawaban dapat menyediakan pilihan jawaban berupa “Netral” untuk subjek yang merasa dirinya benar-benar berada diantara “tidak setuju” dan “setuju”.

### **Skala Problem Focused Coping**

Pengukuran *problem focused coping* yang dipakai pada penelitian ini menggunakan skala modifikasi dari Amelia (2019) yang terdiri dari aspek- aspek *problem focused coping* dari Lazarus & Folkman (1984) yaitu konfrontasi, mencari dukungan sosial dan merencanakan pemecahan masalah. Skala *problem focused coping* yang digunakan pada

penelitian ini dibuat dengan dua macam jenis aitem yakni aitem *favorabel* serta *unfavorabel*, dimana aitem *favorabel* merupakan aitem pendukung yang sesuai dengan karakter yang akan dilakukan pengukuran, sedangkan aitem *unfavorabel* adalah aitem yang tidak menunjukkan karakter yang akan dilakukan pengukuran.

Skala *problem focused coping* disusun berisi 5 pilihan jawaban, yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), N (Netral), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai). Pada aitem *favorabel* akan diberikan skor yang bergerak darisatu sampai lima, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) akan diberikan skor 1, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 2, N (Netral) diberikanskor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 4 dan SS (Sangat Sesuai) mendapatkanskor 5. Sedangkan pada aitem *unfavorabel* akan diberikan skor yang bergerakdari lima sampai satu, dengan ketentuan: STS (Sangat Tidak Sesuai) mendapatkan skor 5, TS (Tidak Sesuai) mendapatkan skor 4, N (Netral) mendapatkan skor 3, S (Sesuai) mendapatkan skor 2 dan SS (Sangat Sesuai)mendapatkan skor 1. Skala *problem focused coping* ini berisi dari 56 aitem, yang terbagi menjadi 28 aitem *favorabel* dan 28 aitem *unfavorabel*.

**Tabel 2. Blue Print Skala Problem Focused Coping**

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah	Bobot
		F	UF		
1.	Konfrontasi	12	12	24	42,86 %
2.	Mencari dukungan sosial	4	4	8	14,29 %
3.	Merencanakan pemecahan masalah	12	12	24	42,86 %
<b>Jumlah</b>		<b>28</b>	<b>28</b>	<b>56</b>	<b>100 %</b>

## PEMBAHASAN

Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam menghadapi permasalahan yang ada, termasuk mahasiswa organisasi. Menurut Nisrina (2016) mahasiswa organisasi cenderung akan menggunakan *problem focused coping* daripada *emotion focused coping* untuk menyelesaikan masalah karena mahasiswa organisasi cenderung memiliki banyak masalah yang timbul sehingga akan lebih terlatih dan terbiasa untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, sehingga ketika dihadapkan pada masalah, mahasiswa organisasi akan merespon masalah yang muncul dengan berusaha secara langsung menyelesaikan masalah yang muncul daripada menghindarinya. Selain itu, tuntutan dan tugas dari organisasi yang mengharuskan untuk mahasiswa organisasi untuk dapat segera menyelesaikan ataumengatasi masalah yang ada terutama di dalam hal organisasi guna keberlangsungan dari organisasi itu sendiri.

Menurut Smith (Baron dan Bryne, 2005) menjelaskan bahwa suatu *copingstress* dikatakan tidak efektif apabila dilakukan dengan penghindaran terhadapsumber stres yang dialami dan melakukan penentangan dalam diri bahwa adasesuatu yang salah sehingga menyebabkan individu mengabaikan suatu masalah yang dialami, sehingga dengan menghadapi langsung pada masalah cukup efektifuntuk mengatasi masalah yang menjadi sumber stres. Maka dari itu, penelitimemilih *problem focused coping* sebagai variabel yang

diteliti dalam penelitian ini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala. Hasil uji hipotesis menunjukkan hasil nilai korelasi  $r_{xy}$  sejumlah = 0,617 dan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang mana bisa diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka semakin tinggi pula *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka akan semakin rendah pula *problem focused coping* yang dilakukan pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala. Pada penelitian ini telah menunjukkan hasil dukungan sosial teman sebaya berpengaruh sebanyak 38,1% terhadap *problem focused coping*, sedangkan sisanya sejumlah 61,9% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Jayusman (2018) bahwa faktor yang bisa berpengaruh terhadap *problem focused coping* merupakan dukungan sosial. Hanapi (2018) menjelaskan bahwa individu yang menerima dukungan sosial dari orang lain bisa membuat individu menjadi semakin termotivasi untuk dapat menyelesaikan masalah yang dialaminya, selain itu individu juga akan lebih merasa diperhatikan dan terbantu dengan bantuan yang diberikan untuk menyelesaikan masalah yang ada. Jayanti dan Rachmati (2008) menjelaskan bahwa seseorang yang memperoleh dukungan sosial seperti dari teman sebaya memunculkan perasaan terlindungi serta membuat individu tidak mudah menyerah ketika mengatasi suatu masalah karena individu percaya akan ada yang selalu siap untuk membantu dan memberikan dukungan ketika dibutuhkan.

Pasaribu (2016) menjelaskan mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari teman sebayanya akan memunculkan rasa disayangi dan dihormati oleh lingkungannya, sehingga dapat memberikan efek berupa munculnya perilaku dan emosi yang positif karena mahasiswa merasa adanya rasa peduli antar sesama di dalam kelompok teman sebayanya sekali munculnya rasa kebersamaan satu dengan yang lainnya yang dapat memunculkan perilaku saling tolong menolong, berbagi dan bekerja sama satu dengan yang lainnya. Menurut Tarakanita (2001) dukungan sosial dari teman bisa menjadikan individu menjadi lebih bebas untuk melakukan segala sesuatu yang sebelumnya belum pernah dilakukan dan dapat menjadi tempat belajar untuk merasakan tanggung jawab yang sebelumnya belum pernah. Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya sudah pernah dilakukan tentang hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Medan Area. Hasil pada penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping*. Penelitian tersebut mendapatkan nilai  $r_{xy}$  sejumlah 0,411 dengan  $P = 0,001 < 0,010$  dengan  $r^2 = 0,168$  artinya dukungan sosial teman sebaya berpengaruh sebesar 16,8% terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Medan Area (Situngkir, 2021).

Hasil deskripsi skor skala dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini memiliki skor dalam kategori tinggi. Didapatkan hasil berupa *mean* empirik sejumlah 130,02 dan *mean* hipotetik 105, sehingga dapat diketahui bahwa dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala adalah tinggi. Tingginya dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa organisasi diperoleh karena adanya dukungan serta bantuan yang diberikan dari teman sebaya baik dalam bentuk fisik, emosi ataupun materi seperti membantu untuk menyelesaikan

masalah, memberikan saran, memberikan pinjaman, memberikan penghargaan positif, dan mau mendengarkan keluh kesah. Cutrona (1986) menjelaskan bahwa ketika seseorang memperoleh dukungan sosial, dipercaya lebih sanggup untuk mengatasi tugas yang ada jika dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan dukungan sosial sama sekali dari orang lain.

Kemudian, hasil deskripsi skor skala *problem focused coping* juga dalam kategori tinggi, dengan *mean* empirik sejumlah 164,80 dan *mean* hipotetik sejumlah 135, sehingga bisa diketahui bahwa *problem focused coping* yang dimiliki oleh mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala adalah tinggi. Tingginya *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi disebabkan karena ketika dihadapkan pada suatu masalah, mahasiswa organisasi akan secara langsung mencoba menyelesaikan permasalahan tersebut sesegera mungkin dengan menyusun dan membuat rencana pemecahan masalah serta mencari dukungan sosial dari orang lain agar permasalahan yang dialami bisa segera terselesaikan.

### **KELEMAHAN PENELITIAN**

Adapun kelemahan dalam penelitian ini adalah:

1. Jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini masih terlalu sedikit
2. Peneliti tidak bisa memantau subjek secara langsung ketika melakukan pengisian skala karena skala penelitian dibagikan melalui *WhatsApp* dengan menggunakan *Google Form*.
3. Proses pengambilan data yang dilakukan untuk studi pendahuluan masih kurang mendalam, sehingga terdapat perbedaan antara studi pendahuluandengan hasil kategori dalam penelitian ini.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala dengan nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  sejumlah = 0,617 dan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Sehingga bisa diketahui bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *problem focused coping* pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka semakin tinggi juga *problem focused coping*. Sedangkan, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh maka akan semakin rendah pula *problem focused coping* yang dilakukan pada mahasiswa organisasi di Fakultas Psikologi Universitas Syiah Kuala.

### **SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, saran yang bisa diberikan adalah:

1. Bagi Mahasiswa  
Mahasiswa disarankan agar bisa mempertahankan kemampuan *problem focused coping* atas permasalahan yang dialami, sehingga tidak memberikan efek buruk berupa stres dengan cara langsung menghadapi permasalahan secara aktif, melakukan perencanaan, serta mencari dukungan dari orang lain.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Saran yang dapat diberikan adalah untuk dapat mencari tahu hubungan *problem focused coping* dengan aspek-aspek lain tidak hanya dukungan sosial teman sebaya serta lebih memperluas subjek penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiya, Raden Adjeng. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial Dan Kecenderungan Burnout. *Jurnal Psikologi Indonesia* 2(2): 99–107.
- Aldwin, Carolyn M, and Tracey Reversion. (1987). Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology* 53(2): 337–48.
- Amelia, Diska. (2019). Hubungan Antara Problem Focused Coping Dan Burnout Pada Guru Sekolah Dasar. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Ayni, Fitriyah Qurrotul. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Problem Focused Coping Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis Di SlbN Semarang. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2015). *Validitas Dan Reliabilitas*. Edisi 4. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, Robert A, and Donn Bryne. (2005). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. 10th ed. eds. Ratna Djuwita, Ratri Medya, and Wisnu C Kristiaji. Jakarta: Erlangga.
- Baron, Robert A, and Donn Byrne. (2008). *Psikologi Sosial Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Carver, Charles, Michael Scheier, and Jagdish K Weintraub. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 56(2): 267–83.
- Coon, Dennis, and John O Mitterer. (2008). *Introduction to Psychology: Gatewaysto Mind and Behavior*. 12th ed. Cengage Learning.
- Cutrona, Carolyn E. (1986). Behavioral Manifestations of Social Support. A Microanalytic Investigation. *Journal of Personality and Social Psychology* 51(1): 201–8.
- Ekasari, Agustina, and Suhertin Yuliyana. (2012). Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja. *Jurnal Soul* 5(2): 55–66.
- Faulkner, Alison et al. (2013). Mental Health Peer Support in England: Piecing Together the Jigsaw. (September): 1–56.  
<http://www.mind.org.uk/information-support/guides-to-support-and-services/peer-support/peer-support-research/>.
- Febrianti, Yosephin Priskila, Fathul Lubabin Nuqul, and Husnul Khotimah. (2020). Academic Hardiness Pada Mahasiswa Aktivist Dan Mahasiswa Yang Bekerja. *Psyche* 165 Journal 13(1): 79–87.
- Folkman, Susan, Richard S. Lazarus, Rand J. Gruen, and Anita DeLongis. (1986). Appraisal, Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology* 50(3): 571–79.

- Gazzaniga, Michael, Todd Heatherton, and Diane Halpern. (2003). *No Title*. New York: W.W. Norton.
- Gottlieb, Benjamin H, and Richard H Price. (1983). *Social Support Strategies :Guidelines for Mental Health Practice*. 7th ed. ed. Richard H Price. Beverly Hills : Sage.
- Hadi, S. (2001). *Statistik*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hanapi, I. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Jurnal RAP UNP* 9(1): 37–45. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/10378>.
- Hartaji, R Damar Adi, and Praesti Sedjo. (2012). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua. *Jurnal Psikologi Pendidikan*.
- House, James S., Karl R. Landis, and Debra Umberson. (1988). Social Relationships and Health. *Science* 241(4865): 540–45.
- Jayanti, Anggit Dwi, dan Mira Aliza Rachmati. (2008). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Problem-Focused Coping Pada Siswa Smu Program Sekolah Bertaraf Internasional (Sbi).
- Jayusman, Reygita Afriani. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Coping Stress Pada Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. Universitas Islam Indonesia.
- Johnson, D, and F Johnson. (1991). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. Fourth Edi. New York: John Wiley & Sons Ltd.
- King, Laura A. (2012). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lazarus, Richard S, and Susan Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Musabiq, Sugiarti, and Isqi Karimah. (2018). Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 20(2): 74.
- Myers, David G. (2012). *Psikologi Sosial*. Edisi 10. Jakarta: Salemba Humanik.
- Nisa', Rosita Mila Khoirun. (2018). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Nisrina, Ghina Elzanadia. (2016). Perbedaan Strategi Coping Stres Pada Mahasiswa Organisasi Dan Non Organisasi Di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*: 48–66. <http://etheses.uin-malang.ac.id/3649/1/12410048.pdf>.
- Sarafino, Edward P, and Timothy W Smith. (2012). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Sari, Nidha. (2015). Hubungan Keaktifan Berorganisasi Dengan Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Universitas

[https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=16601](https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16601).

- Sari, Paundra, and Endang Indrawati. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Jurusan X Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Empati* 5(2): 177–82.
- Shusena, Anak Agung Ayu Ardeliaputri. (2017). *Problem Solving* Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Situngkir, Mega Apriati et al. (2021). Mega Apriati Situngkir - Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping. Universitas Medan Area.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. *Journal of Chemical Information and Modeling*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, and Famila Rusdianti. (2018). Pengalaman Berorganisasi Dalam Membentuk Soft Skill Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial* 28(1): 58–65. <http://journals.ums.ac.id/index.php/jpis/article/view/6772/4099>.
- Suwarsi, Sri. (2016). Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. Universitas Islam Sultan Agung. <http://repository.unissula.ac.id/4630/>.
- Tarakanita, I. (2001). Hubungan Status Identitas Etnik Dengan Konsep Diri Mahasiswa. *Journal Psikologi* 07(01): 01–14.
- Taylor, Shelley E. (2015). *Health Psychology*. 9 th. New York: McGraw-Hill Education.
- Taylor, Shelley E. (2012). *Health Psychology*. 8th ed. New York: Mc Graw Hill India.
- Ulfatunnajah, Ismeina. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Yang Mengikuti Organisasi. Universitas Islam Indonesia.
- Wahyuni, Nini Sri. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kemampuan Bersosialisasi Pada Siswa Smk Negeri 3 Medan. *Jurnal Diversita*2(2).
- Niven, Neil. (2002). *Psikologi Kesehatan : Pengantar Untuk Perawat & Profesional Kesehatan Lain Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Odgen, Jane. (2007). *Health Psychology a Text Book*. Fourth Edi. New York: McGraw-Hill Education.
- Pasaribu, Selamat. (2016). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA* 8(1): 64–78.
- Pemerintah Pusat. (1999). *Peraturan Pemerintah No 60 Tahun 1999*. Indonesia: LN. 1999 , LL SETNEG : 67 HLM. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/54383>.

- Pratisti, Wiwien Dinar, and Anak Agung Ayu Ardeliaputri Shusena. (2021). Potret Strategi Pemecahan Masalah Pada Mahasiswa Yang Aktif Berorganisasi. *Jurnal psikologi*: 83–88.
- Putra, Edo. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Problem Focused Coping pada Remaja. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Ruwaida, Ana, Salma Lilik, and Rosana Dewi. (2006). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Masa Menopause. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 8: 76–99.  
<https://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/4655>.
- Saguni, F, and M.S Amin. (2014). Hubungan Penyesuaian Diri, Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Self Regulation Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Akselerasi SMP Negeri 1 Palu. *Jurnal Penelitian Ilmiah* 2(1).
- Santrock, John W. (2005). *Psychology*. New York: McGraw Hill Companies, Inc.
- Sarafino, Edward P. (2008). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. 6th ed. Unites States: John Willey & Sons, Inc.
- Weiss, Russel. (1974). *The Provisions Of Social Relationship*. Englenwood: Prentice Hall.
- Zablotsky, Benjamin, Catherine P. Bradshaw, and Elizabeth A. Stuart. (2013). The Association between Mental Health, Stress, and Coping Supports in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and*