

PROACTIVE COPING DITINJAU DARI SELF EFFICACY PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI SISTEM INFORMASI FAKULTAS TEKNOLOGI DAN ILMU KOMPUTER UNIVERSITAS PRIMA INDONESIA MEDAN

Sri Hartini, Kurniawan, Nurvica Sary, Sabrini Mentari Rezeki, Marsela Giovani Aritonang, Flora Liharni Purba*

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: February 00, 00
Revised: March 00, 00
Available online: April 00, 00

KEYWORDS

Self Efficacy, Proactive Coping

CORRESPONDENCE

Phone: +62 (0751) 12345678
E-mail:
srihartini_psikologi@unprimdn.ac.id

A B S T R A C T

This study aims to find out relationship between self efficacy and proactive coping on students are writing essay in study program information systems faculty of technology computer science in University of Prima Indonesia Medan. The hypothesis of this study states that there is a positive correlation between self efficacy and proactive coping, assuming that the higher self efficacy, the higher will proactive coping be and conversely the lower the self efficacy the lower will proactive coping be. The subjects of this study were 101 students at Faculty of Technology and Computer Science University of Prima Indonesia selected by purposive sampling method. Data were obtained from a scale to measure self efficacy and proactive coping. The calculation was performed by means of testing requirements analysis (assumption), which consists of normality test for distribution and linearity test for relationships. The data analysis used is Product Moment Correlation with SPSS 17 for Windows. The results of data analysis showed that the correlation coefficient was 0.506 with $p < 0.000$ ($p < 0.05$). It shows that there is a positive relationship between self efficacy and proactive coping. These results indicate that the contribution of a given variable of self efficacy to proactive coping is at 26 percent, while the remaining 74 percent is influenced by other factors not examined. From these results, it is concluded that the hypothesis stating that there is a positive correlation between self efficacy and proactive coping is acceptable.

INTRODUCTION

Setiap manusia didalam kehidupannya sering menghadapi masalah, masalah ini berupa tantangan, tuntutan dan tekanan dari lingkungan sekitarnya. Kehidupan manusia senantiasa terlibat dalam siklus pemenuhan kebutuhan jika kebutuhan tidak mampu dipenuhi maka akan timbul kekacauan, ketegangan yang apabila terus-menerus dibiarkan dan tidak segera diredakan maka akan menimbulkan efek negatif bagi si individu yang menjalaninya. Menurut teori adaptasi kognitif, jika kebutuhan terpenuhi maka tercipta keseimbangan dan kepuasan, namun bila tidak terpenuhi maka akan menimbulkan konflik.

Mahasiswa adalah golongan yang sering disebut sebagai kaum intelektual. Hal ini dikarenakan mahasiswa memiliki keistimewaan yaitu berkesempatan mengenyam pendidikan tinggi, yang mungkin tidak dapat dinikmati oleh sebagian besar individu lainnya. Sebagai kaum intelektual, tentunya mahasiswa diharapkan memiliki perilaku yang menunjukkan kualitas intelektualnya.

Menurut Azwar (dalam Suhadianto, dkk 2021), salah satu indikator dari perilaku intelektual adalah kemampuan dalam memecahkan masalah (*problem solving*). Dengan demikian, seorang mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan *problem solving* yang memadai, sehingga akan membantu mahasiswa dalam menyelesaikan persoalan akademik maupun non akademik. Selain itu, dengan kemampuan *problem solving* yang memadai akan memudahkan mahasiswa dalam menghadapi masalah akademik, serta menghadapi situasi-situasi tertentu yang penuh dengan berbagai masalah yang harus diselesaikan.

Menurut Matlin (dalam Anugrah, E. F. & Yeni Karneli 2020), pemecahan masalah diperlukan ketika seorang individu mempunyai keinginan untuk meraih sebuah tujuan tertentu dan tujuan itu belum tercapai. Mahasiswa yang sedang menghadapi masalah akademik maupun non akademik dituntut untuk berpikir kritis dan menemukan solusi untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Masalah akademik yang paling kompleks yang dirasakan mahasiswa adalah saat menyusun tugas akhir atau skripsi yang mana menurut Danim (dalam Sujono 2014) bentuk masalahnya adalah kesulitan merumuskan masalah secara jelas, kesulitan dalam menemukan referensi yang *up-to-date*, penelusuran pustaka yang tidak akurat, ketidaksesuaian antara permasalahan dengan metode penelitian yang mana masalah tersebut bisa menghambat proses penyusunan tugas akhir.

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan kepada mahasiswa pada program sarjana melalui kegiatan perencanaan, pelaksanaan dan hasil penelitian ilmiah, sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar sarjana. Skripsi bertujuan agar mahasiswa mampu mengembangkan intelektualitasnya dalam menyusun dan menulis sebuah karya ilmiah yang sesuai dengan bidang ilmunya (Khairunnisa, 2017)

Umumnya mahasiswa yang sedang dalam proses menyusun tugas akhir akan merasa tegang dan tertekan yang jika tidak direspon secara proporsional bisa memunculkan reaksi yang lebih parah seperti depresi sehingga mahasiswa tidak bisa menyelesaikan studinya sesuai dengan target waktu yang telah ditetapkan.

Seorang mahasiswa yang tidak mampu menyelesaikan tugas akhirnya akan merasa tertekan sehingga akan memunculkan berbagai reaksi ataupun tindakan yang berbahaya. Seperti pada contoh kasus berikut ini yang menunjukkan tindakan seorang mahasiswa yang menggantungkannya dengan menggunakan kabel antenna sepanjang dua meter di tangga rumahnya. Ini terjadi pada seorang mahasiswa bernama Efr (20) ditemukan tewas di rumahnya di kawasan Petukangan Selatan, Pesanggrahan, Jakarta Selatan, Rabu (27/7/2016). Ia

diduga gantung diri. Kanit Reskrim Polsek Pesanggrahan, AKP Sofyan Suri, menuturkan Efr ditemukan tergantung di tangga rumah oleh ayahnya pada sekitar pukul 10.46. Arman, ayah Efr, sejam sebelumnya pergi mengantarkan istrinya kerja dan menelepon ke rumah tetapi telepon tidak dijawab. Sampai di rumah, Arman mengetok pintu depan. Pintu tidak dibuka. Arman masuk lewat pintu dapur yang dibuka oleh adik Efr. Kabel antenna sepanjang dua meter yang menjerat leher Efr segera dipotong dengan menggunakan gergaji. Arman lalu membawa anaknya itu ke Klinik Yadika. Sampai di klinik, dokter menyatakan bahwa Efr sudah tak bernyawa. Sofyan mengatakan, Efr diduga telah bunuh diri karena stress. Menurut kedua orangtuanya, Efr yang saat ini sedang sibuk mengerjakan skripsi, putus asa karena skripsinya sudah dua kali ditolak. Efr juga diketahui baru saja putus cinta dengan pacarnya. ([diakses melalui Kompas.com](#))

Pada kasus ini dapat dilihat bahwa kurangnya keaktifan mahasiswa tersebut dalam menemui dosen pembimbingnya untuk berdiskusi tentang skripsinya sehingga dia dapat mendapat masukan untuk bisa memperbaiki skripsinya menjadi lebih baik dan dapat diterima skripsinya. Meskipun ditolak seharusnya dia tidak memutuskan untuk mengakhiri hidupnya dan sebaliknya seharusnya itu bisa dijadikan motivasi untuk bisa lebih baik dari sebelumnya dan kurangnya perhatian dan motivasi dari orang tuanya sehingga mahasiswa tersebut tidak memiliki tempat untuk berkeluh kesah dan memilih untuk mengakhiri hidupnya. Sebaiknya kedua orang tuanya lebih bisa memperhatikan anak-anaknya ketika anak-anaknya memiliki masalah sebaiknya diajak berdiskusi ataupun bercerita agar setidaknya anak-anaknya dapat merasa lebih baik ketika dapat bercerita tentang masalah yang dimiliki.

Coping itu sendiri dimaknai sebagai apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan, luka, kehilangan dan ancaman. *Coping* merujuk pada berbagai Upaya atau proses seseorang dalam mengelola suatu kondisi yang penuh dengan tuntutan maupun tekanan dengan berbagai sumber dengan perubahan kognitif atau perilaku untuk mendapatkan rasa aman dari dirinya. Perilaku *coping* merupakan suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungannya dengan kemampuan menyelesaikan tugas atau masalah (Chaplin dalam Harahap, 2018)

Sarafino (Maryam, 2017) *coping* adalah usaha untuk menetralkan atau mengurangi stress yang terjadi. Dalam pandangan Haber dan Runyon, *coping* adalah semua bentuk perilaku dan pikiran yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stress. Lazarus dan Folkman menyatakan bahwa keadaan stress yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologi.).

Salah satu bentuk strategi *coping* yang dianggap relatif efektif menghadapi masalah tugas kuliah adalah *proactive coping*. Strategi *coping* bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa menekan, menantang, membebani dan melebihi sumber daya yang dimiliki. Sumber daya *coping* yang dimiliki oleh individu akan berpengaruh pada strategi *coping* yang akan dilakukab dalam menyelesaikan masalah (dalam Maryam, 2017).

Proactive coping adalah *coping* positif yang dilandasi kepercayaan pada potensi perubahan yang dapat dibuat untuk memperbaiki diri sendiri dan lingkungan seseorang. Greenglass mendefinisikan *proactive coping* sebagai strategi *coping* yang multidimensional dan lebih banyak melihat pada pencapaian tujuan akhir. *Proactive coping* memfokuskan pada perbaikan kualitas hidup dan menggabungkan elemen-elemen psikologi positif. Strategi *coping* positif berupa *proactive coping* yang dilandasi kepercayaan pada potensi perubahan yang dapat dibuat

untuk memperbaiki diri sendiri dan lingkungannya (dalam Fitriasi. A & Hadjam, 2018).

Secara teoritis *proactive coping* diarahkan oleh sikap yang proaktif. Sikap tersebut merupakan kepercayaan yang relatif terus menerus ada pada setiap individu, di mana apabila terjadi perubahan-perubahan yang berpotensi mengganggu keseimbangan individu, maka sikap tersebut adalah mampu memperbaiki diri dan lingkungannya.

Banyak faktor yang menjadi pendorong munculnya *proactive coping* pada mahasiswa. Salah satu faktor yang mempengaruhi *proactive coping* adalah *self efficacy*. Dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tielemans, dkk., (2015), terhadap individu-individu yang pernah mengalami stroke di *American Congress Of Rehabilitation Medicine*. Hasil penelitian ini menunjukkan, adanya hubungan yang signifikan, antara *self efficacy* dengan *proactive coping*. Seorang individu yang memiliki kemampuan dan keyakinan diri dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi maka akan memunculkan salah satu bentuk coping yang akan digunakan untuk menghadapi permasalahan-permasalahan yang dimiliki yaitu *proactive coping*, sehingga permasalahan-permasalahan yang ada di dalam kehidupan tidak akan menjadi suatu konflik di dalam diri dan dapat terselesaikan dengan baik.

Bandura (dalam Putri, Farida A. R., dkk, 2018), menjelaskan bahwa peran *self efficacy* sebagai mekanisme kognitif memunculkan fungsi kontrol individu dalam bereaksi terhadap stres. Individu yang yakin dengan kemampuannya mengontrol stres secara efektif cenderung tidak gelisah. Sebaliknya jika individu tidak yakin akan fungsi kontrolnya menghadapi situasi yang tidak menyenangkan cenderung akan mengalami stres. Fakta ini berarti bahwa *self efficacy* berpengaruh pada emosi individu, yang berimplikasi pula pada kemampuannya menghadapi stressor.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut dengan melakukan penelitian yang berjudul “*Proactive Coping Ditinjau dari Self Efficacy pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Program Studi Sistem Informasi Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer di Universitas Prima Indonesia Medan*”.

KERANGKA TEORITIS

Greenglass (dalam Siwi, 2017) mengungkapkan bahwa *proactive coping* terdiri dari enam aspek, yaitu: (a) *Proactive Coping* merupakan mekanisme pengatasan masalah yang mengkombinasikan potensi kognitif dan perilaku individu untuk mencapai tujuan (*goal attainment*) dengan cara mengatur diri. (b) *Reflective Coping* merupakan mekanisme penangan masalah yang mengacu pada ranah kognitif secara maksimal untuk berimajinasi (*imagined effectiveness*) ataupun melakukan refleksi atas pengalaman yang telah lalu berkaitan dengan pencarian solusi. Individu mengingat dan meniru alternatif tindakan yang memungkinkan untuk dilakukan dengan membandingkan apa yang ada di pikirannya, seperti melakukan *brainstorming*, menganalisa masalah dan sumber-sumber yang ada, serta memikirkan segala kemungkinan hasil akhir yang akan dicapai. (c) *Strategic Planning* merupakan strategi pengatasan masalah yang memfokuskan pada proses pencapaian tujuan yang berorientasi pada aksi yang telah terjadwal dan telah disusun dengan cara memilah-milah masalah menjadi beberapa bagian masalah yang lebih kecil. (d) *Preventive Coping* merupakan strategi pengatasan masalah yang sifatnya mencegah segala bentuk kemungkinan buruk atau sumber stres (*stressor*) yang sewaktu-waktu dapat menemukannya. Hal tersebut dilakukan dengan usaha memaksimalkan potensi diri, yaitu dari pengalaman, antisipasi-antisipasi, dan pengetahuan yang dimiliki. (e) *Instrumental Support Seeking* merupakan strategi pengatasan masalah yang memfokuskan pada masalah yang dihadapi dengan pencarian dukungan berupa nasihat atau

masukannya dari orang lain, informasi-informasi yang ada, dan mendapatkan timbal balik dari orang lain ketika dalam keadaan tertekan atau ketika menghadapi masalah. (f) *Emotional Support Seeking* strategi pengatasan masalah yang berupa pencarian dukungan emosional ketika dalam keadaan stres atau tertekan dengan lebih memfokuskan pada pencarian dukungan emosional untuk mengatur diri daripada pemecahan masalah itu sendiri. Strategi ini dilakukan melalui pendekatan perasaan, membangkitkan empati, dan mencari dukungan emosional dari orang-orang terdekat.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *proactive coping*, di antara lain sebagai berikut : (a) *Self Efficacy* merupakan efikasi diri manusia dalam pengaruh rasa kompetensi pribadi yang luas dan stabil untuk menangani dan bertindak secara efektif dengan berbagai situasi stres. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah (2021) pada siswa kelas XI Pancabudi Medan didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *self efficacy* dengan coping stress, yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi coping stress yg dilakukan siswa. (b) Dukungan Sosial merupakan sumber pengatasan yang mempengaruhi sejak proses penilaian terhadap ancaman sampai pada usaha mengatasi masalah. Hal ini sejalan dengan penelitian yg dilakukan oleh Wati (2021) yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara variable dukungan social dengan variable strategi coping berfokus masalah. Semakin tinggi dukungan social yang dimiliki maka semakin tinggi pula Upaya melakukan strategi coping yang berfokus pada masalah. Dengan memiliki dukungan social yang baik maka individu dapat termotivasi dalam menghadapi setiap masalah dengan baik dan bahkan menganggap masalah tersebut merupakan suatu tantangan yang akan siap untuk dihadapi setiap saat. (c) Optimisme merupakan salah satu bentuk mekanisme coping yang positif. Erteka (2018) melakukan penelitian untuk melihat hubungan antara coping stress dan optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian tersebut terdapat hubungan positif antara coping stress dan optimism yang berarti semakin tinggi coping stress maka semakin tinggi pula optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang memiliki sikap optimisme, lebih terfokus pada masalah dalam menghadapi stres, lebih aktif dan terencana dalam berkonfrontasi dengan peristiwa yang menekan serta menggunakan kerangka berpikir yang positif. Intinya, individu yang mengambil perspektif optimis saat menghadapi masalah akan dapat menyelesaikannya dengan baik.

Bandura (dalam Pratiwi, 2022) *self efficacy* adalah keyakinan seseorang akan kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan serangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan. Bandura mendefinisikan *self efficacy* sebagai evaluasi diri seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan atau mengatasi hambatan. Tiga dimensi *self efficacy* yaitu : (a) *Magnitude* merupakan tingkat kesulitan tugas yang dilakukan. Jika dihadapkan pada tugas-tugas yang disusun menurut tingkat kesulitan, maka *efficacy expectancy* akan jatuh pada tugas-tugas yang mudah, sedang atau sulit sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat. (b) *Generality* merupakan luas bidang tugas yang dilakukan. *Efficacy expectancy* individu yang satu mungkin hanya terbatas pada tugas tertentu, sementara pada individu yang lain meliputi beberapa bidang tugas. (c) *Strength* merupakan kemantapan atau tingkat keyakinan individu. Individu dengan *self efficacy* yang rendah lebih mudah menyerah pada pengalaman-pengalaman ketidakberhasilan, sementara individu yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi akan tetap berusaha meskipun menemui pengalaman yang menghambat.

METHOD

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Sistem Informasi Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer Universitas Prima Indonesia Medan yang berjumlah 122 orang. Adapun metode pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* disebut juga dengan sampel bertujuan, sampel bertujuan dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu (Lenaini, Ika, 2021). Pada penelitian ini jumlah sampel juga didapatkan dengan menggunakan rumus rumus Slovin (Flora L.P, 2022), dengan perhitungan sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2} = \frac{122}{1 + 122 \times (0.01)^2} = \frac{122}{1,0122} = 101,5 \text{ (digenapkan menjadi 101)}$$

n : jumlah sampel
 N: jumlah populasi (122 orang)
 e : batas toleransi kesalahan (*error tolerance*), peneliti menggunakan tingkat kesalahan 0,01

Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 101 mahasiswa Program Studi Sistem Informasi Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer Universitas Prima Indonesia Medan.

Pengumpulan data menggunakan pembagian skala, yaitu skala perilaku prososial dan skala kecerdasan spiritual, skala disusun dalam bentuk pernyataan dengan menggunakan skala *Likert*. Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis data hasil penelitian ini adalah dengan menggunakan metode korelasi *Product Moment* dengan bantuan program SPSS 17 for Windows.

RESULTS AND DISCUSSION

Sebelum dilakukan analisis korelasi *Product Moment*, data yang terkumpul terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan linearitas. Dari uji normalitas dan uji linieritas diketahui bahwa hasilnya memenuhi uji asumsi tersebut. Hasil uji normalitas dan uji linieritas dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	KS-Z	Sig.	P	Keterangan
<i>Proactive coping</i>	7.311	1.086	0.095	p>0.05	Sebaran normal
<i>Self efficacy</i>	6.552	1.012	0.129	p>0.05	Sebaran normal

Uji normalitas sebaran menggunakan uji Kolmogorov Smirnov Test. Data dikatakan berdistribusi normal jika p > 0.05

Variabel	F	Sig	Keterangan
<i>Proactive coping</i>			
<i>Self efficacy</i>	34.800	0.000	Linear

(Priyatno, 2012). Uji normalitas pada variabel *proactive coping* diperoleh koefisien KS-Z = 1.086 dengan Sig sebesar 0.189 untuk uji 2 (dua) arah sedangkan penelitian ini memiliki hipotesis satu arah, sehingga yang dipakai adalah uji 1 (satu) ekor/ Sig 1-tailed sebesar 0.095 (p > 0.05), yang berarti bahwa

data pada variabel *proactive coping* memiliki sebaran atau berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas Hubungan

Berdasarkan tabel 2 dapat dikatakan bahwa variabel *proactive coping* dan *self efficacy* memiliki hubungan linear. Hal ini terlihat dari nilai sig yang diperoleh yaitu 0.000 maka p < 0.05, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear dan telah memenuhi syarat untuk dilakukan analisa korelasi *Product Moment*.

Tabel 3. Korelasi Antara *Self Efficacy* dan *Proactive Coping*

Analisis	Pearson Correlation	Signifikansi (p)
Korelasi	0.506	0.000

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara *self efficacy* dengan *proactive coping*, diperoleh koefisien korelasi *product moment* sebesar 0.506 dengan sig sebesar 0.000 (p < 0.05). Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi positif antara *self efficacy* dengan *proactive coping* sehingga dikategorikan hubungan yang kuat (Priyatno, 2012). Dari hasil perhitungan tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *proactive coping* diterima.

Tabel 4. Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.506 ^a	.256	.248	6.339

Berdasarkan tabel 4 Sumbangan Efektif di atas, dapat disimpulkan dalam penelitian ini diperoleh koefisien determinasi *R Square* (R²) sebesar 0.256. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sumbangan 25,6 persen *self efficacy* mempengaruhi *proactive coping* dan selebihnya 74,4 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial dan optimisme. Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi *proactive coping* yang dimiliki. Sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah *proactive coping* yang dimiliki.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tielemans, dkk., (2015), yang secara jelas mengindikasikan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self efficacy* dengan *proactive coping*, yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *proactive coping*, dan sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah pula *proactive coping*.

CONCLUSIONS

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut : (a) Hasil uji *Pearson Correlation* pada hipotesis membuktikan bahwa Ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan *proactive coping* pada mahasiswa Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer Universitas Prima Indonesia dengan nilai koefisien korelasi *product moment* = 0.506 dan p = 0.000 (p < 0.05), yang artinya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi *proactive coping* dan sebaliknya jika semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah *proactive coping*. (b) Mean dari *proactive coping* pada subjek penelitian mahasiswa Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer di Universitas Prima Indonesia secara keseluruhan menunjukkan bahwa *proactive coping*

subjek penelitian menunjukkan kategori sedang. Fakta ini dapat dilihat dari nilai mean empirik sebesar 75,10 lebih kecil daripada mean hipotetik yaitu 80. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat bahwa sebagian subjek yaitu 4 orang atau 3,96 persen memiliki *proactive coping* yang rendah, 96 orang atau 95,05 persen memiliki *proactive coping* yang sedang dan 1 atau 0,99 persen orang yang memiliki *proactive coping* yang tinggi. (c) Mean dari *self efficacy* pada subjek penelitian mahasiswa Fakultas Teknologi dan Ilmu Komputer di Universitas Prima Indonesia secara keseluruhan menunjukkan bahwa *self efficacy* subjek penelitian menunjukkan kategori rendah. Fakta ini dapat dilihat dari mean empirik sebesar 44,71 lebih kecil dari mean hipotetik yaitu 57,5. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat sebagian subjek yaitu 56 orang atau 55,45 persen memiliki *self efficacy* yang rendah, 45 orang atau 44,55 persen memiliki *self efficacy* sedang dan tidak ada orang yang memiliki *self efficacy* tinggi. (d) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variabel *self efficacy* mempengaruhi *proactive coping* adalah sebesar 26 selebihnya 74 persen dipengaruhi oleh faktor lain, seperti dukungan sosial dan optimisme.

Beberapa kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yang diharapkan akan berguna untuk kelanjutan studi korelasional ini. (a) Saran bagi Mahasiswa, diharapkan agar para mahasiswa dapat meningkatkan keyakinan dirinya, mencari solusi dalam setiap masalah yang di hadapinya dan selalu optimis untuk menyelesaikan skripsinya tepat waktu sehingga dapat lulus sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan dan mahasiswa juga harus lebih proaktif dalam mengerjakan tugas akhir atau skripsi dan tidak menyia-nyiakan waktu yang telah tersedia dengan memanfaatkannya sebaik mungkin serta mampu mengembangkan keyakinan yang ada didalam diri mahasiswa sehingga dalam menghadapi setiap masalah mahasiswa dapat merasa yakin bahwa setiap masalah tersebut pasti ada solusinya dan dapat terselesaikan. (b) Saran bagi Fakultas diharapkan pihak fakultas dapat memberikan motivasi dan dukungan kepada mahasiswa yang berkaitan dengan keyakinan diri untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri yang ada pada mahasiswa, sehingga mahasiswa mampu memahami dasar dari permasalahannya dan mampu menyelesaikan masalahnya secara tepat dengan menggunakan strategi dalam menyelesaikan skripsinya. (c) Saran bagi Peneliti Selanjutnya, bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari dan memenuhi karakteristik, dimensi serta faktor-faktor lain yang mempengaruhi *proactive coping* agar dapat mendukung penelitian ini. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk melakukan penelitian di tempat yang memiliki *proactive coping* yang rendah terhadap penyelesaian masalah yang dihadapi sehingga mean yang diperoleh dapat lebih tinggi.

REFERENCES

- Anugrah, E.F & Yeni Karneli. (2020). *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Metode Problem Solving*. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*.5(3), 83-87.
- Erteka, C. 2018. Hubungan optimism dengan coping stress mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

- Fauzia, A. 2021. Hubungan Self efficacy dengan coping stress pada siswa SMA kelas XI di Pancabudi Medan. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Fitriasri. A & M. Noor Rochman Hadjam. 2018. *Subjective Well-Being Ditinjau dari Forgiveness dan Proactive Coping Pada Ibu Tunggal Karena Perceraian yang Bekerja Sebagai PNS*. *Jurnal Spirits*. Vol.09 No.1 November 2018.
- Harahap, Pinta Ito. 2018. *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Coping Stress pada Remaja di Pesantren AR-Raudhatul Hasanah*. *Skripsi Universitas Medan Area*
- Khairunnisa. 2017. *Pengaruh Mata Kuliah Bimbingan Penulisan Skripsi Terhadap Kemampuan Menulis Karya Ilmiah Oleh Mahasiswa/I Ilmu Perpustakaan Fakultas Adab dan Humaniora Tahun Akademik 2011/2012*. *Skripsi Universitas Islam Negeri AR-Raniry Banda Aceh*.
- Lenaini, Ika. (2021). *Tehnik Pengambilan Sampel Purposive dan Snowball Sampling*. *Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah*. Vol.6. No.1, Hal.33-39.
- Maryam, Siti. 2017. *Strategi Coping; Teori & Sumberdayanya*. *Jurnal Konseling Andi Matappa Universitas Malikussaleh*.
- Pratiwi, K. 2022. Pengaruh self efficacy, motivasi dan social support terhadap burnout akademik pada mahasiswa dalam perkuliahan online di masa pandemi covid-19. *Studi kasus mahasiswa sTIE Indonesia Jakarta*. 19, 43-54
- Purba, Flora. L. (2022). *Pengaruh Budaya Organisasi dan Pemberian Insentif Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Astra Credit Companies*. *Tesis Universitas Medan Area*.
- Putri, Farida A. R., dkk. (2019). *Self efficacy guru kelas dalam membimbing siswa slow learner*. *JPK (Jurnal Pendidikan Khusus) Universitas Ahmad Dahlan*. 14 (1),2018-2.
- Siwi, K. 2017. Hubungan antara proactive coping dan kualitas hidup pada family caregiver penderita diabetes militus tipe II. *Skripsi*. Fakultas Psikologi dan Ilmu social Budaya Universitas Islam Indonesia
- Suhadianto, dkk.2021. *Kemampuan Problem Solving Mahasiswa Rendah: Bagaimana Cara Meningkatkan*. *Jurnal Universitas Negeri Malang*.
- Sujono. 2014. *Hubungan antara Efikasi diri (self-efficacy) dengan focused coping dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa FMIPA UNMUL*. *Jurnal Universitas Mulawarman Samarinda*.