

GAMBARAN STRATEGI *COPING* PADA SISWA SMAN 1 TEBING TINGGI YANG SEKOLAH SAMBIL BEKERJA

Ahmad Zainal Aqli

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

zainalaqli421@gmail.com

Abstrak

Pendidikan merupakan proses yang berkelanjutan dan tak pernah berakhir sehingga dapat menghasilkan kualitas yang berkesinambungan, yang ditujukan pada perwujudan sosok manusia masa depan, dan berakar pada nilai-nilai budaya bangsa serta Pancasila. besarnya beban ekonomi, melebarnya kesenjangan sosial, dan ketidakpastian keadaan mengharuskan masyarakat merasakan gangguan psikologis. Tekanan akademis yang harus dilalui dan beratnya dunia pekerjaan yang diharuskan kepada individu tersebut untuk menjalaninya yang akan memberikan pengaruh gangguan psikologis seperti *stress*. Strategi *coping* adalah strategi yang digunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya. Peneliti bertujuan untuk mengetahui gambaran strategi *coping* terhadap siswa SMAN 1 Tebing Tinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Partisipan penelitian ini berjumlah 120 orang dan pengambilan data dilakukan secara daring dengan teknik *non probability* sampling secara sampling jenuh (sampel total) dan data diolah menggunakan kuantitatif deskriptif. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa strategi *coping* pada siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yang sekolah sambil bekerja terdapat 2 tipe yaitu sedang sebesar 87% dan tinggi sebesar 13%, dan nilai rata-rata sebesar 108,63. Hasil dari penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dan kontribusi untuk perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan serta dapat memberikan informasi gambaran strategi *coping* terhadap siswa yang sekolah sambil bekerja.

Kata kunci: bekerja; pendidikan; sekolah; siswa; strategi *coping*

Article History

Received: Juli 2024

Reviewed: Juli 2024

Published: Juli 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

1. Pendahuluan

Bapak Pendidikan Nasional Indonesia Ki Hajar Dewantara mendefinisikan pendidikan sebagai “tuntutan di dalam hidup tumbuhnya anak-anak, adapun maksudnya, pendidikan menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak itu, agar mereka sebagai manusia dan sebagai anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi-tingginya.” Pendidikan merupakan adalah sebuah proses *humanisme* yang selanjutnya dikenal dengan arti memanusiakan manusia. Karena itu kita seharusnya bisa menghormati hak asasi setiap manusia. Peserta didik dengan kata lain murid biar bagaimanapun bukan sebuah manusia mesin yang dapat diatur sesuai hendaknya, akan tetapi mereka adalah generasi yang perlu kita bimbing dan memberikan kepedulian dalam setiap reaksi perubahannya menuju pendewasaan agar dapat membentuk insan yang *swantrata*, berfikir kritis, dan memiliki sikap akhlak yang baik. Untuk itu pendidikan tidak saja membentuk insan yang berbeda dengan sosok lainnya yang dapat beraktivitas menyantap dan meneguk, berpakaian serta memiliki rumah untuk tinggal hidup, ihwal inilah disebut dengan arti memanusiakan manusia (Marisyah et al., 2019).

Saat ini pendidikan di Indonesia telah mengalami perkembangan yang sangat pesat. Hal ini dapat dilihat pada mulai diberlakukannya kurikulum baru yang disebut dengan Kurikulum 2013. Selain perkembangan dan peningkatan kurikulum baru, pemerintah juga mulai memberlakukan *Full Day School*. *Full day School* adalah metode sekolah yang memadukan

pelajaran umum dan agama secara intensif dengan memberikan waktu tambahan kepada peserta didik. Oleh sebab itu, pembelajaran dimulai pukul 07.00 WIB dan pulang pada pukul 15.00 WIB. Sedangkan pada sekolah-sekolah umum, anak biasanya sekolah sampai pukul 13.00 WIB (Wiwik, 2008).

Pembahasan mengenai pendidikan tidak lepas dari peran sekolah. Sekolah merupakan tempat untuk belajar dan mengajar untuk menerima dan memberikan pelajaran. Sebagai sarana pengembangan pendidikan, sekolah memiliki kewajiban memberikan bekal kepada siswa dengan pendidikan baik itu ilmu pengetahuan maupun moral dan budi pekerti. Peran Sekolah Menengah Atas (SMA) sebagai perantara untuk meneruskan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi dianggap sangat tepat. Kinerja pembelajaran Sekolah Menengah Atas (SMA) juga mempunyai nilai standar khusus untuk menentukan sekolah itu layak atau tidaknya berdiri untuk memberikan ilmu terhadap peserta didik (Hana, 2016).

Ketidakmampuan dalam bidang ekonomi, bagi sebagian masyarakat yang perekonomiannya berada di bawah rata-rata, menyebabkan para anak mereka kesulitan mendapatkan pendidikan selayaknya. Padahal seorang anak tetap semangat untuk terus mengenyam pendidikan melalui usaha dan kerja kerasnya sendiri. Hal inilah yang menimbulkan kekhawatiran penulis, waktu mereka tersita oleh aktivitas di luar sekolah masih mungkinkah dapat berprestasi, dan atau bagaimana mereka mengatur waktunya untuk mencapai prestasi belajarnya dimana kegiatan di luar sekolah terbentur dengan waktu belajar mereka (Sarie, 2015).

Remaja yang berada dalam masa transisi dan pencarian jati diri harus menghadapi dengan perekonomian menengah ke bawah. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat 6,98% siswa usia 10 hingga 24 tahun bersekolah sambil bekerja pada tahun 2020. Rinciannya, 6,74% berada di pedesaan dan 7,15% di perkotaan. Sektor pertanian memberikan kontribusi yang besar terhadap pelajar yang bekerja di pedesaan yaitu sebesar 44,06% pada tahun 2020. Sedangkan sektor lainnya memberikan kontribusi jasa sebesar 39,9% dan manufaktur sebesar 16,04% (Jayani, 2021). Data yang disebutkan di atas sejalan dengan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan 3 subjek.

2. Tinjauan Pustaka

Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping* sebagai upaya individu mengelola kognisi dan perilaku secara konstan, untuk mengatasi beberapa tuntutan atau menghadapi beberapa kondisi baik internal maupun eksternal yang berubah. Folkman dan Lazarus (1988) mendefinisikan *coping* adalah segala usaha kognitif dan tingkah laku individu untuk menguasai, mengurangi, atau mentoleransikan tuntutan-tuntutan yang melebihi kemampuan adaptasi individu. Tuntutan tersebut dapat berasal dari lingkungan atau dari dalam diri individu. Strategi *coping* didefinisikan oleh Chouhan dan Vyas sebagai proses yang dilalui individu saat berusaha untuk mengelola tuntutan yang mendatangkan tekanan. Strategi *coping* adalah strategi yang digunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya (Hendriani, 2018).

Folkman dan Lazarus (1984) mendefinisikan strategi *coping* menjadi 2 aspek, aspek *Emotional Focused Coping* dan *Problem Focused Coping*. Aspek-aspek *Emotional Focused Coping*, aspek-aspek tersebut yaitu (1) *seeking social emotion support*, yaitu berusaha memperoleh dukungan emosional dan sosial dari orang lain, (2) *distancing*, yaitu melakukan upaya kognitif untuk melarikan diri dari masalah atau menciptakan harapan positif, (3) *escape avoidance*, yaitu berfantasi terhadap situasi atau perbuatan. tindakan atau penghindaran situasi yang tidak menyenangkan, (4) *self control*, yaitu berusaha mengatur perasaan atau tindakan dalam kaitannya dengan pemecahan masalah, (5) *accepting responsibility*, yaitu menjalankan permasalahan yang dihadapi sambil berusaha memikirkan jalan keluarnya, (6) Penilaian ulang yang positif, yakni berusaha memberi makna positif. dari situasi selama pengembangan kepribadian, terkadang bersifat *religius*. Aspek-aspek *Problem Focused Coping*, aspek-aspek tersebut yaitu (1) *seeking informational support*, yaitu mencoba untuk memperoleh informasi dari orang lain, (2) *confrontive coping*, 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 (Rahmah & Khoirunnisa, 2022).

Individu yang menggunakan *problem focused coping* biasanya langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk membantu pemecahan masalah, sebagai. Di sisi lain, individu dengan *emotion focused coping* lebih menekankan pada usaha menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan (Fausiah, 2006).

Menurut Francis (2002) ada beberapa faktor yang juga dapat mempengaruhi keputusan pemilihan strategi *coping*, yaitu, a) Jenis Kelamin, pada penelitian Lazarus et al. (1984) mengatakan bahwa ada perbedaan dalam perilaku mengatasi stres antara pria dan wanita. Wanita lebih cenderung melakukan perilaku *coping* yang berfokus pada emosi. Sementara itu, laki-laki lebih rentan terhadap perilaku yang berpusat pada masalah. b) Umur, pada saat penelitian Folkman dan Lazarus (1984) pada subjek pada rentang usia menengah (45-65 tahun) tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam perilaku penanganan stres. Tapi penelitiannya sudah selesai dari Pearlin dan Schooler (dalam Francis, 2002) pada subjek dengan rentang usia 18 hingga 65 tahun menunjukkan hasil yang berbeda antara kelompok muda dan tua (namun tidak dijelaskan bagaimana pembagian usia tersebut digunakan). c) Pendidikan, dalam penelitian Billing dan Moss (dalam Francis, 2002) menemukan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang lebih baik, lebih menyukai perilaku *coping* yang berpusat pada masalah. Sebaliknya individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah lebih memilih menggunakan perilaku coping yang berpusat pada emosi. Masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun (Santrock, 2003).

3. Metodologi

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti gambaran strategi *coping* terhadap siswa yang sekolah sambil bekerja. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian yang memakai metode kuantitatif menekankan analisisnya pada kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah menggunakan metode analisis statistika. Penelitian deskriptif melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskriptif yaitu terbatas pada penggambaran data secara faktual. Data diolah sedemikian rupa dan disajikan secara ringkas dan sistematis sehingga mudah untuk dibaca dan dipahami serta disimpulkan. Pengolahan data sebagian besar hanya didasarkan pada analisis persentase dan analisis tren yang disajikan dengan bantuan tabel, matriks, diagram, kurva, serta statistik rata-rata dan statistik variabilitas. Semua variabel yang terlibat diidentifikasi dengan jelas dan teratur (Azwar, 2017).

Strategi *coping* adalah segala usaha kognitif dan tingkah laku individu untuk menguasai, mengurangi, atau mentoleransikan tuntutan-tuntutan yang melebihi kemampuan adaptasi individu. Tuntutan tersebut dapat berasal dari lingkungan atau dari dalam diri individu. Aspek-aspek yang digunakan untuk membuat skala strategi *coping* terdiri dari 2 aspek, yang pertama adalah yang berfokus pada permasalahan (*problem focused coping*), yaitu *seeking informational support* mencoba memperoleh informasi dari orang lain, *confrontive coping*, melakukan penyelesaian masalah secara konkret, *planful problem solving*, menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah dan berusaha mencari solusi langsung terhadap masalah yang dihadapi. Yang kedua adalah yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*), yaitu *seeking social emotional* berusaha memperoleh dukungan emosional dan sosial dari orang lain, *distancing*, yaitu melakukan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau menciptakan ekspektasi positif, *escape avoidance*, yaitu berfantasi tentang situasi atau mengambil tindakan atau menghindari masalah situasi yang tidak menyenangkan. *Self control* yaitu berusaha mengatur perasaan atau tindakan seseorang dalam kaitannya dengan penyelesaian masalah, *accepting responsibility* yaitu menerima untuk melaksanakan masalah yang dihadapi sambil berusaha memikirkan jalan keluarnya, *positif reappraisal* yaitu berusaha memberi makna positif pada diri sendiri. situasi selama pengembangan kepribadian, terkadang bersifat religius (Folkman & Lazarus, 1984).

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek-subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yang bersekolah sambil bekerja berjumlah 120 orang. Sampel penelitian adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non probability* sampling sebagai total sampel. Total sampel merupakan teknik

pengambilan sampel apabila seluruh anggota populasi dijadikan sampel. Sampel penelitian adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik (Sugiyono, 2019). Adapun jumlah sampel diambil dari jumlah total populasi sebanyak 120 siswa. penelitian ini disesuaikan dengan kriteria pada para siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yaitu siswa yang sekolah sambil bekerja.

Teknik pengumpulan data yang dipakai dalam penelitian ini adalah Skala Psikologi. Skala Psikologi adalah suatu bentuk alat yang mengukur atribut *non-kognitif* (Azwar, 2019). Skala Psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala strategi *coping*.

Skala strategi *coping* yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang dikembangkan Lazarus dan Folkman (1974) kemudian diadaptasi Zulfa (2023) yang menggunakan aspek-aspek menurut Lazarus dan Folkman (1974) yang terdiri dari 2 aspek yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Skala ini menggunakan 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Maka dari itu sebelum menggunakan alat pengujian yang digunakan, peneliti menggunakan uji Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran alat dapat di percaya. Hal ini ditunjukkan dari konsistensi skor yang didapat dari para subjek yang di ukur dengan alat yang setara pada kondisi berbeda. tinggi rendahnya reliabilitas di tunjukkan oleh angka yang disebut koefisien reliabilitas. Skor bergerak dari 0 - 1. Jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitas (Periantalo, 2015).

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian yang memakai metode kuantitatif menekankan analisisnya pada kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah menggunakan metode analisis statistika. Penelitian deskriptif melakukan analisis hanya sampai pada taraf deskriptif yaitu terbatas pada penggambaran data secara faktual. Data diolah sedemikian rupa dan disajikan secara ringkas dan sistematis sehingga mudah untuk dibaca dan dipahami serta disimpulkan (Azwar, 2017). Pengumpulan data penelitian dengan media *print out*. penelitian menyebarkan skala penelitian secara langsung. Setelah terkumpul, untuk mengetahui gambaran penelitian ini, maka data di analisis menggunakan bantuan perangkat lunak aplikasi *Statistics Package of Social Science (SPSS) versi 23*.

4. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *strategi coping* pada siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yang berjumlah 120 responden. Folkman dan Lazarus (1988) mendefinisikan *coping* sebagai seluruh upaya kognitif dan perilaku individu untuk menguasai, mengurangi, atau menoleransi tuntutan yang melebihi kapasitas adaptif individu. Tuntutan tersebut dapat berasal dari lingkungan maupun dari dalam diri individu. Matheny dalam (Triantoro, 2012) menjelaskan *strategi coping* adalah upaya sehat atau tidak sehat, positif atau negatif, sadar atau tidak sadar, untuk mencegah, menghilangkan atau mengurangi pemicu stres, atau memberikan ketahanan yang disebabkan oleh stres.

Ada dua bentuk umum dari *coping* yang dapat dilakukan oleh individu, yang pertama adalah strategi *coping* yang berfokus pada emosi (*emotional focused coping*) dan yang kedua adalah strategi *coping* yang berfokus pada permasalahan (*problem focused coping*). *Coping* juga dilihat dari jangka waktu penyelesaiannya yaitu metode jangka Panjang dan metode jangka pendek.

Berdasarkan dari hasil penelitian, diperoleh tingkat strategi *coping* pada siswa SMAN 1 Tebing Tinggi memiliki presentase yang berbeda antara laki-laki dan perempuan, yaitu pada laki-laki berjumlah 57 responden, tidak ada memiliki strategi *coping* rendah, 49 atau 85,96% memiliki strategi *coping* sedang, dan 8 atau 14,04% memiliki strategi *coping* tinggi. Jumlah pada responden perempuan sebanyak 63, tidak ada memiliki *coping strategi* rendah, 55 atau 87,31% memiliki strategi *coping* sedang, dan 8 atau 12,69% memiliki strategi *coping* tinggi. Maka dalam penelitian ini dinyatakan bahwa strategi *coping* perempuan lebih tinggi daripada strategi *coping* laki-laki.

Berdasarkan hasil penelitian menjelaskan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat strategi *coping* sedang dengan memperoleh persentase sebanyak 87% dengan jumlah frekuensi 104 siswa. Artinya sebagian besar siswa telah memiliki strategi *coping* yang cukup baik sehingga dapat mendorong antisipasi hasil positif stres akademik. Pada tingkat sedang ini aspek strategi *coping* siswa sudah terpenuhi namun hanya sebagian. Sehingga siswa perlu meningkatkan lagi strategi *coping* yang dimiliki dengan meningkatkan keterampilan dalam pemecahan masalah sehingga

siswa dapat mengatasi stres akademik yang dialami. Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Mu'tadin (2002) bahwa terdapat faktor dari strategi *coping*, salah satunya yaitu keterampilan dalam memecahkan masalah, keterampilan dalam hal ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan guna menghasilkan alternatif tindakan, setelah itu mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang diharapkan, dan akhirnya melakukan rencana dengan melaksanakan suatu tindakan secara tepat.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dijelaskan bahwa minoritas siswa memiliki tingkat strategi *coping* tinggi dengan memperoleh persentase sebanyak 13% dengan jumlah frekuensi 15 siswa. Artinya sebagian kecil siswa memiliki strategi *coping* yang tinggi dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas yang berhubungan dengan stres akademik sehingga dapat mendorong antisipasi atau penyelesaian hasil positif. Pada tingkat tinggi ini aspek strategi *coping* siswa telah terpenuhi dengan baik, sehingga siswa mempunyai keterampilan strategi *coping* yang baik dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya. Penjelasan tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Aldwin dan Revenson (1987) yang menjelaskan bahwa kemampuan strategi *coping* adalah suatu cara atau metode yang digunakan individu untuk mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dipandang sebagai hambatan, tantangan yang menyakitkan dan mengancam. dan dapat merugikan.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* dengan stres akademik memiliki keterkaitan, serta pada 2 aspek strategi *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Ketika strategi *coping* dilakukan dengan baik maka akan cenderung menurun, selain itu apabila keterampilan strategi *coping* dilakukan dengan baik maka siswa akan mudah memaknai segala tekanan yang dialaminya sebagai suatu hal yang positif sehingga siswa akan tetap merasa nyaman dengan segala kondisi yang dialaminya.

Berdasarkan hasil uji aspek strategi *coping* dijelaskan bahwa lebih dari sebagian siswa SMAN 1 Tebing Tinggi menggunakan *emotion focused coping* dengan memperoleh persentase sebanyak 91% dengan jumlah frekuensi 109 siswa. Artinya ketika menghadapi tekanan permasalahan, maka mereka cenderung untuk mengelola emosi ini disebabkan karena situasi yang dialami sulit untuk diubah. Hal ini ditandai dengan mengalihkan perhatian pada hal lain di luar permasalahan yang dihadapi ataupun menyangkal keadaan yang dialami dan membayangkan masalah akan terselesaikan, serta melibatkan hal-hal yang religius. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan teori Carver et al. (1989) bahwa individu mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi yang tidak menyenangkan dan mengganggu beban pikiran dengan sifat yang religius atau menyelesaikan masalah secara keagamaan. Teori tersebut diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wijayanti (2013) bahwa ada beberapa cara dalam membuat strategi *coping* yang baik, agar *coping* dapat teratasi yang memicu penurunan tingkat stres yaitu dengan melakukan *strategi emotion focused coping* dengan mengendalikan diri, berpikiran positif, selalu mengerjakan sesuatu yang baik serta memperhatikan diri sendiri. Selain itu terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Rositoh et al. (2017) yang menjelaskan bahwa dengan melakukan upaya mengontrol diri dengan tujuan agar individu tidak terpengaruh terhadap permasalahan yang dialami dengan melakukan penyesuaian diri dan bersahabat terhadap situasi yang dilalui.

Sebaliknya dari sebagian siswa SMAN 1 Tebing Tinggi menggunakan *problem focused coping* dengan memperoleh persentase sebanyak 100% dengan jumlah frekuensi 120 siswa. Artinya ketika menghadapi tekanan permasalahan mereka cenderung untuk berusaha melakukan tindakan yang dapat mengubah situasi tersebut. Hal tersebut ditandai dengan berani mengambil tindakan yang beresiko, membuat rencana tindakan lebih dari satu untuk mengurangi kecilnya kemungkinan masalah tersebut gagal, serta memberikan efek perubahan. Penjelasan tersebut sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Lazarus dan Folkman (1986) yang menjelaskan bahwa individu melakukan strategi ini untuk mengurangi *stressor* dengan cara mempelajari cara atau keterampilan yang baru. Individu lebih sering menggunakan strategi tersebut apabila individu tersebut dapat merubah situasi yang memunculkan stres. Diperkuat dengan penelitian terdahulu yang dikemukakan oleh Baiq dan Alfi (2022) bahwa dengan melalui *problem focused coping* maka mahasiswa berusaha mengatasi tiap permasalahan yang dihadapi oleh mereka dengan cara mengatur ataupun menghadapi lingkungan yang menimbulkan tekanan kepada

mereka. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan Lazarus dan Folkman (1984) bahwa *problem focused coping* merupakan suatu usaha untuk mengatasi situasi permasalahan dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang akan dihadapinya dan lingkungan yang menyebabkan terjadinya tekanan.

5. Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi *coping* siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yang belajar sambil bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 104 dan memiliki nilai rata-rata 108,63 dengan persentase 87% remaja yang mengikuti penelitian ini mempunyai gambaran strategi *coping* dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa uraian strategi *coping* mempunyai hasil yang signifikan terhadap strategi *coping* siswa SMAN 1 Tebing Tinggi yang belajar sambil bekerja.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam mengembangkan wawasan ilmu pengetahuan, memperkaya keilmuan khususnya dalam bidang psikologi pendidikan mengenai strategi *coping*. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan atau menambah ilmu mengenai gambaran strategi *coping* pada siswa SMA yang sekolah sambil bekerja.

Bagi guru Sekolah SMAN 1 Tebing Tinggi diharapkan dapat memberikan edukasi dan motivasi mengenai strategi *coping* kepada siswa SMAN 1 Tebing Tinggi tentang tahapan-tahapan perkembangan remaja awal ke dewasa awal dan pentingnya menyelesaikan studi SMA sehingga siswa mendapatkan gambaran bagaimana cara mengatur waktu belajar dan bekerja. Bagi siswa diharapkan dapat pelatihan tentang strategi *coping* dan selalu fokus dengan yang sedang dikerjakan sehingga hal yang di cita-citakan tercapai.

Ref.:

- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.
- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283.
- Fausiah, F & Widuri, J. (2006). *Psikologi abnormal:Klinis dewasa*. UI Press.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 571-579.
- Francis, S. C. (2002). *Gambaran coping stres pada pengungsi Timor-Timur yang tinggal di Nusa Tenggara Timur*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Hamadi, H., Wiyono, J., & Rahayu, W. (2018). Perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang Fakultas Ekonomi Jurusan Manajemen Angkatan 2013. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1), 369-378.
- Hana, F. N. (2016). *Peranan galeri seni rupa dalam upaya mengembangkan kreativitas seniman di kota bandung*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hendriani, W (2018), *Resiliensi psikologis sebuah pengantar* (1st ed.). Kencana.
- Hoonakker, P., Carayon, P., Gurses, A. P., Brown, R., Khunlertkit, A., McGuire, K., & Walker, J. M. (2011). Measuring workload of ICU nurses with a questionnaire survey: THE NASA Task Load Index (TLX). *IIE Transactions on healthcare Systems Engineering*, 1(2), 131-143.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stres, penilaian, dan mengatasi*. Peloncat
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1988). Ways of coping quistionaire research edition. *Consulting Psychologists Press*, 3(1), 33-55.
- Lubis, R., Irma, N. H., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, N. A., Wati, T. A., & Syahfitri, D. (2015). Coping stress pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Diversita*, 1(2), 48-57.
- Marisyah, A., Firman, F., & Rusdinal, R. (2019). Pemikiran Ki Hadjar Dewantara tentang pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 3(6), 1514-1519.

- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101-107.
- Mu'tadin, Z. (2002). Pengantar pendidikan dan ilmu perilaku kesehatan. Andi Offset.
- Mulyasa. (2012). *Manajemen pendidikan karakter*. PT. Bumi Aksara.
- Periantalo, J. (2015). *Penyusunan skala psikologi: Asyik, mudah & bermanfaat*. Pustaka Pelajar.
- Rahmah, H. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Coping stress pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 18–28.
- Rositoh, F., & Sa'adati, T. I. (2017). Strategi coping stres mahasiswi yang telah menikah dalam menulis tugas akhir. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 1(2), 59-74
- Santrock & John W. (2003). *Adolescence Perkembangan remaja* (6th ed.) Erlangga.
- Sarie, A. P. (2015). Hubungan antara hardiness dengan coping strategy pada siswa yang bekerja part time di SMK Al-Falah kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 1(1)34-36.
- Sugiyono, (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta
- Sulistyaningsih, W. (2008). *Full day school dan optimalisasi perkembangan anak*. Paradigma Indonesia.
- Sutrisno, E. (2010). *Manajemen sumber daya manusia*. Prenada Media Group
- Triantoro S., (2012). *Manajemen Emosi* (1st ed). PT Bumi Aksara
- Wijayanti, N. (2013). *Strategi coping menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yaswir, H. H. (2021). *Clustering kemampuan membaca Al-Qur'an pada siswa SD Negeri Kecamatan Pekanbaru Kota dengan metode fuzzy c-means*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. <https://repository.uin-suska.ac.id/54875/>
- Zulfa, M. L. (2023). *Hubungan antara strategi coping dengan stres akademik pada -siswa MA Nurul Haromain Pujon Malang*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.