

# STRATEGI *COPING* MAHASISWA PECINTA ALAM DALAM MENYELESAIKAN TUGAS AKADEMIK

Oleh :

Apri Nuraini<sup>1</sup>

## ABSTRAK

Strategi *coping* diartikan sebagai proses atau cara untuk mengelola dan mengolah tekanan Psikologis (baik secara eksternal maupun internal) yang terdiri atas usaha baik tindakan dalam bentuk trapisikis berupa (peredaman emosi, pengolahan input dalam kognitif) maupun tindakan nyata berupa perubahan perilaku.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* mapala dalam menyelesaikan tugas akademik. Penggunaan metode kualitatif dalam penelitian ini adalah dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman tentang bagaimana strategi *coping* mapala. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang mahasiswa pecinta alam yang menjadi anggota mahasiswa pecinta alam di sebuah universitas. Jenis kelamin informan ini yaitu 2 perempuan dan 1 laki-laki.

Kesimpulan yang diperoleh mengenai strategi *coping* mapala adalah : (1) Mahasiswa pecinta alam pada dasarnya menggunakan atau memilih strategi *coping* dengan cara memenejemen waktu bagaimana mengatur aktu dengan sebaik mungkin untuk dapat menyelesaikan tugas akademik disamping menjalankan tanggungjawab diorganisasi dan bahkan tanggung jawablainnya. (2) Respon yang terjadi pada ketiga informan terhadap strategi *coping* yaitu berupa respon positif dan respon negatif. Respon positif berupa termotivasi, optimis, kesadaran diri. Namun, selain respon positif adapula respon negatif berupa informan menjadi males, cemas, tetekan, bingung, egois, panik dan sulit memahami materi kuliah.

**Kata kunci : *strategi coping, mapala, penyelesaian study Akademik***

---

<sup>1</sup> Apri Nuraini: Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Sahid Surakarta