

***COPING STRES* MAHASISWI TINGKAT AKHIR PROGRAM  
STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
guna Memperoleh Gelar Sarjana  
dalam Ilmu Psikologi**



Disusun Oleh:

**AQVINA RAHMA DIYANTI  
NIM. 2022031033**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA DAN SENI  
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA  
2026**

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

---

---

Saya Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aqvina Rahma Diyanti

NIM : 2022031033

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul *COPING STRES* MAHASISWI TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA adalah benar-benar karya yang telah saya susun sendiri. Apabila kemudia terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/karya orang lain seolah-olah hasil dari pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas, termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Dengan surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung konsekuensinya.

Surakarta, 05 Januari 2026

nyatakan,  
  
Aqvina Rahma Diyanti  
2022031033

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

---

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aqvina Rahma Diyanti  
NIM : 2022031033  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Sosial Humaniora dan Seni  
Jenis Karya : Skripsi/Laporan Penelitian

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Noneexclusive Ryalty Free Right*) atas Skripsi/Laporan Penelitian saya yang berjudul COPING STRES MAHASISWI TINGKAT AKHIR PROGRAM STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA.

Beserta instrument/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpang, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co-author* atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 05 Januari 2026

vatakan,  
  
Aqvina Rahma Diyanti

2022031033

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**COPING STRES MAHASISWI TINGKAT AKHIR PROGRAM  
STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun oleh:

**AQVINA RAHMA DIYANTI  
NIM. 2022031033**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan  
dosen penguji

Pada tanggal 21 / 01 / 2026

Disetujui oleh:

**Pembimbing I**



Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M. A.  
NIDN. 0607018803

**Pembimbing II**



Sri Ernawati, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0627087602

**Mengetahui,  
Ketua Program Studi**



Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M. A.  
NIDN. 0607018803

**LEMBAR PENGESAHAN**

**COPING STRES MAHASISWI TINGKAT AKHIR PROGRAM  
STUDI PSIKOLOGI UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

Disusun oleh:

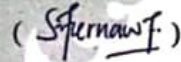
**AQVINA RAHMA DIYANTI  
NIM. 2022031033**

Skripsi ini telah diterima dan disahkan oleh dosen penguji skripsi  
Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni  
Universitas Sahid Surakarta  
Pada hari Selasa tanggal 06 / 02 / 2024

Penguji I : Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A.



Penguji II : Sri Ernawati, M.Psi., Psikolog



Penguji III : Dr. Anniez Rachmawati M, M.Psi., Psikolog




Mengetahui,

**Dekan  
Fakultas Sosial Humaniora dan Seni**



  
**Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si.**  
NIDN. 0602058801

**Ketua  
Program Studi Psikologi**



**Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M. A.**  
NIDN. 0607018803

## HALAMAN MOTTO

*"Setiap proses memiliki waktunya, tugas kita adalah terus berjalan bukan terus sempurna"*

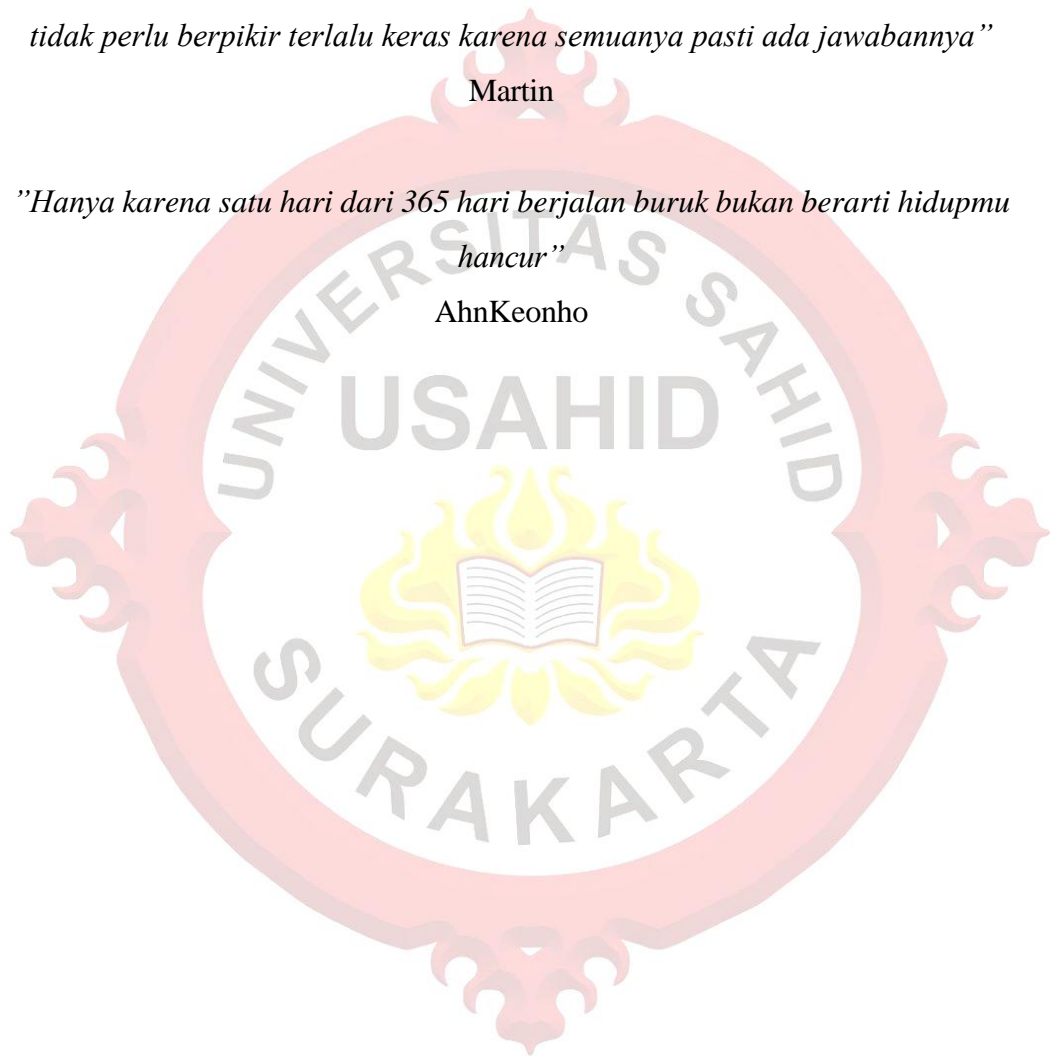
Aqvina

*"Kamu tidak akan pernah tau bagaimana hidup akan berjalan dan kamu juga tidak perlu berpikir terlalu keras karena semuanya pasti ada jawabannya"*

Martin

*"Hanya karena satu hari dari 365 hari berjalan buruk bukan berarti hidupmu hancur"*

AhnKeonho



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya ini saya persembahkan kepada Bapak Purnangin dan Ibu Mardiyah, adik, sepupu, keluarga besar, serta sahabat-sahabat saya atas doa, kasih sayang, dukungan, dan semangat yang senantiasa menyertai saya dalam menyelesaikan skripsi ini.



## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan laporan skripsi yang berjudul “*Coping Stres Mahasiswi Tingkat Akhir Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta*” dengan baik.

Penulisan laporan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bantuan, dukungan, serta bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Sri Huning Anwaningsih, ST, M.Kom, selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.Kom, Wakil Rektor Bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni, dan Kerja Sama (AKAK) Universitas Sahid Surakarta.
3. Ibu Destina Paningrum, S.E., M.M., Wakil Rektor Bidang Sumber Daya Keuangan dan Pengembangan (SKP) Universitas Sahid Surakarta.
4. Bapak Faqih Purnomosidi, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Sosial, Humaniora dan seni Universitas Sahid Surakarta.
5. Ibu Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M.A selaku Kepala Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam pembuatan laporan skripsi.

6. Ibu Sri Ernawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam pembuatan laporan skripsi.
7. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan ilmu, wawasan, dan pengalaman selama masa perkuliahan.
8. Para rekan seperjuangan program studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta angkatan 2022
9. Anggota Grup PANTANG MUNDUR Muhammad Akmal Fauzi, Ananda Puspa, Inge Rizki, Lailaturrohmah, Tiara Noviyanti yang telah kebersamai penulis selama masa putih abu-abu hingga sekarang, terima kasih atas dukungan dan doa yang telah kalian berikan.
10. Semua pihak yang terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulisan dalam proses penyusunan skripsi ini.

Surakarta, 05 Januari 2026

Penulis

## ABSTRAK

Stres bisa dialami oleh mahasiswi tingkat akhir akibat tekanan penyelesaian tugas akhir yang disertai berbagai hambatan. Kondisi tersebut menjadikan coping stres sebagai kemampuan penting dalam menghadapi stres yang dialami. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran *coping stres* mahasiswi tingkat akhir Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta. Metode yang digunakan merupakan penelitian kualitatif yang melibatkan lima informan utama dan dua informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi mempunyai *coping stres* yang cukup baik, mahasiswi mampu mengatasi permasalahan yang mereka hadapi dari luar maupun dari diri mereka masing-masing, serta mampu untuk menguatkan diri mereka dari tekanan di semester akhir ini. *Coping stres* merupakan hal yang penting untuk mahasiswi tingkat akhir, dengan adanya coping stres maka mahasiswi dapat mengontrol tekanan yang mereka rasakan sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.

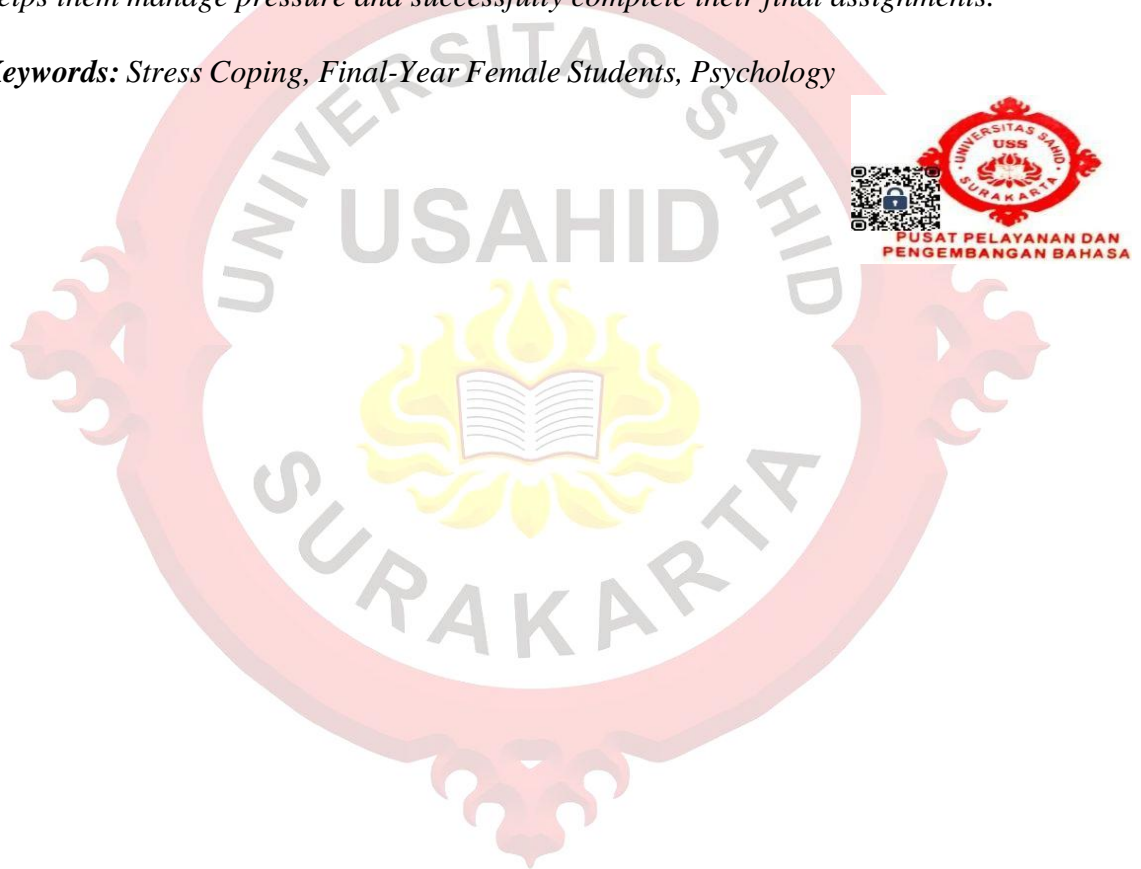
**Kata Kunci:** *coping stres, mahasiswi tingkat akhir, psikologi*



## ABSTRACT

*Final-year female students may experience stress from the pressure to complete their final assignments, and it is often accompanied by various obstacles. This situation makes stress coping a crucial skill in dealing with stress. The study aims to provide an overview of the stress coping of final-year female students in the Psychology Study Program at Sahid Surakarta University. The method used qualitative research with five primary informants and two supporting informants. The results show that the female students had quite good stress coping skills, were able to overcome the problems both externally and internally, and were able to strengthen themselves against the pressures of this final semester. Stress coping is crucial for final-year female students because it helps them manage pressure and successfully complete their final assignments.*

**Keywords:** *Stress Coping, Final-Year Female Students, Psychology*



## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                                 | <b>i</b>    |
| <b>ORISINALITAS KARYA ILMIAH</b> .....                     | <b>ii</b>   |
| <b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH</b> ..... | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....                            | <b>iv</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....                             | <b>v</b>    |
| <b>HALAMAN MOTTO</b> .....                                 | <b>vi</b>   |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....                           | <b>vii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                | <b>viii</b> |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                       | <b>x</b>    |
| <b>ABSTRACT</b> .....                                      | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                    | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                  | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                                 | <b>xvi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                               | <b>xvii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....                             | <b>1</b>    |
| 1.1. Latar Belakang .....                                  | 1           |
| 1.2. Tujuan Penelitian .....                               | 6           |
| 1.3. Manfaat Penelitian .....                              | 6           |
| 1.3.1. Manfaat Teoritis .....                              | 6           |
| 1.3.2. Manfaat Praktis.....                                | 6           |
| 1.4. Keaslian Penelitian.....                              | 7           |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....                         | <b>10</b>   |

|   |           |
|---|-----------|
| 2.1. <i>Coping Stres</i> .....  | 10        |
| 2.1.1. Pengertian <i>Coping Stres</i> .....   | 10        |
| 2.1.2. Aspek <i>Coping Stres</i> .....  | 11        |
| 2.1.3. Faktor-faktor <i>Coping Stres</i> .....  | 13        |
| 2.2. Pengertian Mahasiswi tingkat akhir.....  | 15        |
| 2.3. Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta .....  | 15        |
| 2.4. Kerangka Berpikir.....   | 17        |
| 2.5. Gambaran Coping Stres Mahasiswi Tingkat Akhir Program Studi<br>Psikologi Universitas Sahid Surakarta.....              | 17        |
| 2.6. Dinamika Psikologis Coping Stres Mahasiswi Tingkat Akhir<br>Program Studi Psikologis Universitas Sahid Surakarta ..... | 18        |
| 2.7. Pertanyaan Penelitian .....  | 19        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>  | <b>20</b> |
| 3.1. Jenis Penelitian .....   | 20        |
| 3.2. Informan Penelitian.....   | 20        |
| 3.3. Waktu dan Tempat Penelitian.....   | 21        |
| 3.4. Fokus Penelitian.....  | 21        |
| 3.5. Metode Pengumpulan Data.....   | 21        |
| 3.5.1. Observasi .....  | 21        |
| 3.5.2. Wawancara .....  | 23        |
| 3.6. Validitas .....  | 26        |
| 3.7. Metode Analisis Data.....  | 26        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>   | <b>29</b> |

|   |           |
|---|-----------|
| 4.1. Persiapan Penelitian .....               | 29        |
| 4.1.1. Orientasi Penelitian.....              | 29        |
| 4.1.2. Profil Tempat Penelitian.....          | 30        |
| 4.1.3. Persiapan Alat Pengumpulan data .....  | 31        |
| 4.2. Pelaksanaan Penelitian.....              | 32        |
| 4.2.1. Penentuan Informan.....                | 32        |
| 4.2.2. Penentuan Jadwal Penelitian .....      | 32        |
| 4.3. Analisis Data.....                       | 33        |
| 4.3.1. Karakteristik Informan Penelitian..... | 33        |
| 4.3.2. Hasil Observasi.....                   | 35        |
| 4.3.3. Hasil Wawancara.....                   | 42        |
| 4.4. Pembahasan .....                         | 58        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>       | <b>65</b> |
| 5.1. Kesimpulan .....                         | 65        |
| 5.2. Saran .....                              | 65        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                   | <b>67</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                          | <b>71</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....                       | 7  |
| Tabel 3.1 <i>Guide</i> Observasi .....                    | 22 |
| Tabel 3.2 <i>Guide</i> Wawancara .....                    | 23 |
| Tabel 4.1 Jadwal Wawancara dengan Informan Utama.....     | 33 |
| Tabel 4.2 Jadwal Wawancara dengan Informan Pendukung..... | 33 |



## DAFTAR GAMBAR

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Berpikir ..... | 17 |
|------------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|   |     |
|---|-----|
| Lampiran 1 Surat izin penelitian .....      | 71  |
| Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian..... | 72  |
| Lampiran 3 Form Bimbingan Skripsi I.....    | 73  |
| Lampiran 4 Form Bimbingan Skripsi II.....   | 74  |
| Lampiran 5 Informed Consent.....            | 75  |
| Lampiran 6 Tabel Hasil Observasi .....      | 82  |
| Lampiran 7 Verbatim .....                   | 85  |
| Lampiran 8 Dokumentasi .....                | 177 |

