

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PANDEMI VIRUS CORONA
PADA MAHASISWA UIN MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI



Oleh

Mia Lailatul Mukaromah

NIM : 16410203

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PANDEMI VIRUS CORONA
PADA MAHASISWA UIN MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

SKRIPSI

Ditujukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh

Mia Lailatul Mukaromah

NIM : 16410203

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI PANDEMI VIRUS CORONA
PADA MAHASISWA UIN MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

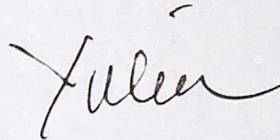
SKRIPSI

Oleh:

Mia Lailatul Mukaromah

NIM. 16410203

Telah disetujui oleh,
Dosen Pembimbing Skripsi



Dr. Yulia Sholichatun, M. Si
NIP. 19700724 200501 2 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 19761128 200501 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

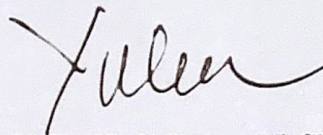
HUBUNGAN ANTARA STRATEGI COPING DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI PANDEMI VIRUS CORONA PADA MAHASISWA UIN
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 20 Desember 2021

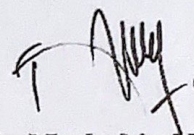
Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Anggota Penguji Lain
Penguji Utama

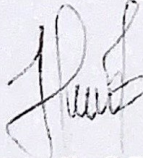


Dr. Yulia Sholichatun, M. Si
NIP. 19700724 200501 2 003



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si
NIP. 197605122003121002

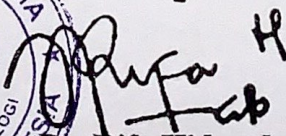
Ketua Penguji



Fuji Astutik, S.Psi., M.Psi
NIP. 199004072019032013

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 19761128 200501 2 001

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mia Lailatul Mukaromah

NIM : 16410203

Fakultas : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul: “Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Virus Corona Pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang” adalah benar karya penulis dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini penulis melimpahkan hak cipta dari karya tulis kepada Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Malang, 20 Desember 2021

Penulis,



Mia Lailatul Mukaromah

NIM. 16410203

MOTTO

Hidup dengan Kecemasan Berarti Hidup Melawan Kenyataan

- E. Stanley Jones

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahillobbil'alamin

Terimakasih Ya Allah atas Nikmat dan Cinta-mu

Terimakasih telah memberiku kesempatan menyelami Ilmu-Mu

Terimakasih telah mengizinkanmu bertemu dengan insan-insan luar biasa-Mu

Karya ini penulis persembahkan kepada :

Ayah (malik uzzahir) yang rela tetap terjaga siang maupun malam,

Demi memastikan anaknya hidup Bahagia.

Ibuku (Dewi Kumala Sari) yang mengetuk singgahsana

Sang Maha Raja dan melangitkan do'a-do'an.

Guru, Dosen dan *Asatidz-Asatidzaat* yang telah mengiringi

dengan keberkahan ilmu, do'a dan keridhoannya.

Habib Achmad Hilmy Baraqbah yang tak pernah alpa

menyerukan do'a serta semangat dukungannya.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat, taufiq, hidayah dan segala nikmat-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian yang berjudul **“Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Virus Corona Pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”** dengan lancar dan penuh berkah. InsyaAllah. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang kelak kita harapkan syafaatnya dihari kiamat.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak akan mampu terselesaikan dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan rasa hormat dan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA. selaku rektor UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayah, M. Si., Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Siti Mahmudah, M.Si. selaku dosen wali yang senantiasa dengan sabar membimbing saya dalam menyelesaikan studi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Yulia Sholichatun, M. Si. selaku dosen pembimbing saya yang senantiasa memberikan bimbingan terbaik serta motivasi kepada saya sampai terselesaikannya penelitian ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan selama menempuh pendidikan studi S1.
6. Segenap staf dan karyawan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang senantiasa memberikan kemudahan dalam segala administrasi dengan sabar.
7. Seluruh responden dan semua pihak yang telah memberikan subangsih dalam penelitian ini dengan penuh keikhlasan dan kesediannya.

8. Teman-teman angkatan 2016 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang seperjuangan yang telah saling mendukung dalam kesuksesan bersama selama studi S1.

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dan semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi semua kalangan bidang Pendidikan. Aamiin.

Malang, 20 Desember 2021

Peneliti,

Mia Lailatul Mukaromah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
ملخص	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
A. Strategi Coping	13
1. Pengertian Strategi Coping.....	13
2. Bentuk-Bentuk Strategi Coping	14
3. Aspek-Aspek Strategi Coping	17
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Coping	18
5. Coping Stres dalam Perspektif Islam	21
B. Kecemasan.....	23
1. Pengertian Kecemasan	23
2. Aspek-Aspek Dalam Kecemasan	25
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	26
4. Perspektif Psikologi.....	29
5. Kecemasan dalam Perspektif Islam.....	32
C. Hubungan Strategi coping dengan kecemasan	34
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Rancangan Penelitian.....	37

B. Identifikasi Variabel Penelitian	37
C. Definisi Operasional	37
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	38
E. Pengambilan Data	40
F. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas.....	44
G. Analisis Data.....	45
1. Statistik Deskriptif.....	45
2. Uji Linieritas	46
3. Analisis Uji Korelasi (Korelasi Product Moment).....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Gambaran Umum Penelitian.....	48
1. Profil Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang	48
2. Waktu dan Tempat Penelitian	50
3. Jumlah Subjek Penelitian	51
4. Karakteristik Responden	51
B. Hasil Penelitian.....	56
1. Uji Reliabilitas dan Validitas	56
2. Uji Deskriptif.....	61
3. Uji Linieritas	65
4. Uji Korelasi	66
5. Uji Tambahan	69
C. Pembahasan	72
1. Gambaran Strategi Coping pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Menghadapi Pandemi Covid Corona.....	73
2. Gambaran Kecemasan pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Menghadapi Pandemi Covid Corona.....	75
3. Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Covid Corona	79
BAB V KESIMPULAN	82
A. Kesimpulan.....	82
B. Saran	82
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	91

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kategori Jawaban	42
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Keterikatan Kerja	42
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Beban kerja	43
Tabel 3. 4 Kategorisasi Skala.....	46
Tabel 4. 1 responden Berdasarkan Umur.....	51
Tabel 4. 2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	52
Tabel 4. 3 Responden Berdasarkan Fakultas	53
Tabel 4. 4 Responden Berdasarkan Jurusan.....	54
Tabel 4. 5 Responden Berdasarkan Semester	55
Tabel 4. 6 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Strategi Coping	56
Tabel 4. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kecemasan.....	57
Tabel 4. 8 Hasil Uji Validitas Strategi Coping	58
Tabel 4. 9 Hasil Uji Validitas Kecemasan	59
Tabel 4. 10 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Strategi coping (X)	62
Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel Strategi coping (X).....	63
Tabel 4. 12 Hasil Analisis deskriptif Variabel Kecemasan (Y).....	64
Tabel 4. 13 Kategorisasi Variabel Kecemasan (Y).....	64
Tabel 4. 14 Hasil Uji Linieritas.....	65
Tabel 4. 15 Uji Korelasi Strategi Coping dan Kecemasan.....	67
Tabel 4. 16 Uji Korelasi <i>Problem Focused Coping</i> dan Kecemasan.....	67
Tabel 4. 17 Uji Korelasi <i>Emotion Focused Coping</i> dan Kecemasan.....	68
Tabel 4. 18 Faktor Pembentuk Utama Variabel Strategi Coping.....	69
Tabel 4. 19 Faktor Pembentuk Utama Variabel Kecemasan	70
Tabel 4. 20 Mean Skor Strategi Coping Berdasarkan Jenis Kelamin	71
Tabel 4. 21 Mean Skor Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner	91
Lampiran 3 Rekapitulasi Hasil Kuisisioner	95
Lampiran 4 Analisis Deskriptif	129
Lampiran 5 Uji validitas dan Reliabilitas	132
Lampiran 6 Uji Linieritas	134
Lampiran 7 Uji Korelasi	134
Lampiran 8 Uji Tambahan	135

ABSTRAK

Mukaromah, Mia Lailatul, 16410203, Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Virus Corona Pada Mahasiswa Uin Maulana Malik Ibrahim Malang, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021

Pembimbing: Dr. Yulia Solichatun, M.Si

Kecemasan merupakan sesuatu yang menimpa hampir setiap orang yang berlangsung tidak lama dalam kehidupan dan pada waktu tertentu, khususnya pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan di masa pandemi ini. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah dengan menerapkan strategi coping. Kemampuan coping diperlukan mahasiswa untuk bertahan dilingkungan baru dan menghindari kecemasan. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara strategi coping terhadap kecemasan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode analisis menggunakan korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan sampel yang diambil 275 responden. Terdapat 2 skala *likert* yang digunakan yaitu strategi coping, dan kecemasan. Analisis yang dilakukan yaitu uji deskripsi, uji normalitas, dan uji hipotesis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dimiliki mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dalam kategori sedang dengan persentase 81,1%, dan strategi coping dalam kategori sedang dengan persentase 77,1%. nilai koefisien korelasi antara variabel kecemasan dan strategi coping sebesar 0,405 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,405 >$ dari rtabel 0,0994 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Kata Kunci: Kecemasan, Strategi Coping, Mahasiswa

ABSTRACT

Mia Lailatul Mukaromah, 16410203, The Correlation between Anxiety and Coping Strategy Against the Corona Virus Pandemic in UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Students, Undergraduate Thesis, Faculty of Psychology, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2021

Thesis Advisor: Dr. Yulia Solichatun, M.Si

Anxiety is experienced by nearly everyone and lasts in a short and specific of time, especially by college students in the pandemic era. One way to alleviate anxiety is by applying the coping strategy. Coping strategies are required for students to survive in a new environment along side to avoid anxiety. Hence, the purpose of this study is to find out the correlation between coping strategy with anxiety.

This study is a quantitative study and applies correlation as the method of analysis. The population used was the student of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, with samples taken from 275 respondents. There are 2 likert scales used, namely coping strategy and anxiety. Meanwhile, the analysis' which carried out are the description test, the normality test, and the hypothetical test.

The result of the analysis shows that UIN Maulana Malik Ibrahim students' anxiety is in a medium percentage of 81.1%, and the coping strategy in a medium with a percentage of 77.1%. The coefficients of correlation between the anxiety variable and the coping strategy is 0.405 with sig. (2-tailed) by 0.000. As the price of the significance is $0,000 < 0,05$, the r count is $0.405 >$ from the r table 0,0994, hence this study found that there is a correlation between coping strategy (Y) with anxiety level (X) of UIN Malik Ibrahim Malang Students.

Keywords: *Anxiety, Coping Strategy, Students*

ملخص

الدولة جامعة طلاب لدى كورونا فيروس جائحة مع للتعامل المواجهة واستراتيجيات القلق بين العلاقة الإسلامية إبراهيم مالك مولانا جامعة النفس علم كلية ، أطروحة ، مالانج إبراهيم مالك مولانا الإسلامية ٢٠٢١ ، مالانج الحكومية

الماجستير صالحات، يوليا الدكتور

الذين للطلاب خاصة ، معين وقت في الحياة في قصيرة لفترة ويستمر تقريبًا الجميع يصيب شيء هو القلق استراتيجيات تطبيق هي القلق لتقليل بها القيام يمكن التي الطرق إحدى .الوباء هذا أثناء محاضرات يتلقون كان ، لذلك .القلق وتجنب جديدة بيئة في الحياة قيد على للبقاء التأقلم مهارات إلى الطلاب يحتاج .التأقلم والقلق المواجهة استراتيجيات بين العلاقة تحديد هو الدراسة هذه من الغرض طلاب من الدراسة هذه في المجتمع كان .الارتباط باستخدام التحليل أسلوب مع كمي بحث هو البحث هذا هناك .مستجيئًا ٢٧٥ قوامها وعينة مالانج إبراهيم مالك الإسلامية للدولة التابعة الإسلامية مولانا جامعة للوصف اختبارًا به قام الذي التحليل كان.والقلق المواجهة استراتيجيات وهما ، مستخدمان ليكرت مقياسان للافتراضات واختبارًا ، الطبيعي للوضع واختبارًا ، الفئة في يقع مالانج إبراهيم مالك مولانا الإسلامية الدولة جامعة طلاب قلق أن إلى الدراسة هذه نتائج تشير بين الارتباط معامل ٧٧.١٪ بنسبة المتوسطة الفئة في المواجهة واستراتيجيات ، ٨١.١٪ بنسبة المتوسطة ٠.٠٠٠ هي الأهمية قيمة لأن ٠.٠٠٠ معنوية بقيمة ٠.٤٠٥ هو المواجهة واستراتيجيات القلق متغيرات أن استنتاج ويمكن ٠.٠٩٩٤ الجدول ارتباط معامل >٠.٤٠٥ هو المحسوب الارتباط ومعامل ، <٠.٠٥ الإسلامية إبراهيم مالك مولانا جامعة الطلاب قلق ومستويات المواجهة استراتيجيات بين علاقة هناك مالانج ، الحكومية

الطلاب ، القلق ، المواجهة استراتيجيات :المفتاحية الكلمات

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Virus corona telah melumpuhkan hampir seluruh aspek kehidupan manusia. Virus ini pertama kali terdeteksi di Wuhan Propinsi Hubei China pada tanggal 18 Desember 2019 yang menyebabkan penderitanya mengidap COVID-19 (Lu *et al*, 2020). COVID-19 (*Coronavirus Disease*) telah ditetapkan oleh WHO sebagai pandemi karena telah menginfeksi banyak korban di seluruh dunia dan menyebabkan peningkatan kematian pada penderitanya (WHO, 2020). Penyebaran virus corona di Indonesia mulai terdeteksi sejak bulan maret 2020 dan terus meningkat pada setiap harinya. Perkembangan kasus virus corona di Indonesia untuk tanggal 31 maret 2020 telah melaporkan terdapat 1.528 kasus di Indonesia (kompas.com, 2020).

Merebaknya virus corona perlahan mulai mengubah gaya hidup (*life style*) masyarakat Indonesia, terutama sejak adanya himbuan *social and physical distance* hingga Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang diterapkan oleh Pemerintah. Hal ini tentu saja mengakibatkan terjadinya perubahan yang sangat signifikan. Berdasarkan survei pengaruh pandemi virus corona (Eka, Budayanti, 2020) menunjukkan bahwa pandemi virus corona berdampak pada berbagai aspek kehidupan, dampak paling besar terjadi pada kehidupan sosial masyarakat. Kemudian disusul dengan faktor karier atau pekerjaan dan berubahnya rencana perjalanan atau liburan, hingga dalam ranah pendidikan pun juga ikut terkena dampak dari pandemi virus corona tersebut.

Dunia pendidikan merupakan salah satu ranah yang terdampak oleh kebijakan penanganan covid 19 secara langsung, karena saat ini kebijakan yang diterapkan meliputi pembatasan interaksi, penutupan tempat-tempat keramaian umum, serta meliburkan jadwal sekolah, kuliah, kerja dan agenda publik lain, yang dimulai dari *work from home* bagi dosen dan tenaga kependidikan, kuliah online, belajar di rumah, belajar melalui media TVRI dan RRI, sehingga muncul petisi pembebasan skripsi. Pada awalnya kebijakan mengenai pembatasan interaksi, apalagi liburan sekolah atau kuliah disambut gembira oleh para siswa. Namun pada gilirannya, kebijakan pembatasan ruang gerak masyarakat akan menimbulkan beberapa efek psikologis. (detik.com, 2020)

Kebijakan social distancing dan pembatasan sosial dalam menghadapi pandemic *covid-19* mengharuskan masyarakat yang pada awalnya melakukan aktivitas secara *offline* berubah menjadi aktivitas secara *online*, sehingga menimbulkan kejenuhan bekerja di rumah. Begitu pula pada kalangan mahasiswa yang harus melakukan segala kegiatan perkuliahan dari rumah secara online. Kuliah *online* ini yang mengakibatkan banyak mahasiswa mengalami kecemasan dan bingung terutama saat mengerjakan tugas atau aktivitas-aktivitas yang biasanya dilakukan secara langsung di kampus. Mahasiswa juga mengalami kecemasan dalam hal ekonomi yang berkaitan dengan kebutuhan saat melakukan kuliah *online* seperti, kuota internet yang banyak dan gadget untuk dapat mendukung kegiatan kuliah *online*. Wahyu, Nurul, Indah & Inge (2020) menyatakan juga bahwa pada masa pandemi *COVID-19*, banyak informasi akademik disampaikan dan dibagi melalui media

sosial secara terstruktur dan terjadwal. Di saat bersamaan informasi terkait *COVID-19* yang beraneka ragam dan bersifat negatif membebani pikiran dan psikis mahasiswa. Hal ini membuat individu merasa letih dan tidak nyaman karena merasa ada bagian dari hidupnya yang tidak bisa dilepaskan dari keberadaan media sosial, sehingga mahasiswa harus menghadapi tuntutan akademik dan derasya informasi negatif tentang *COVID-19* melalui dunia maya secara bersamaan.

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan Astiti, Eva dkk (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa baru Universitas Negeri Jember. Selain itu, Ahmad dan Nunung (2017) juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dari hasil penelitian dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0.000 < 0.05$ yang diartikan bahwa terdapat hubungan antara strategi coping dengan kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa semester 2 Prodi Ilmu keperawatan STIKES Muhammadiyah Samarinda. Pusvitasari, Putri & Arini Mifti Hayanti (2021) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa mahasiswa akan menggunakan metode strategi coping untuk mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Setelah dilakukan pengambilan data di lapangan diketahui bahwa terdapat 57,9 % mahasiswa yang termasuk dalam kelompok yang menggunakan *emotional focused coping* sebagai strategi pemecahan masalahnya. Sedangkan sisanya yaitu 42,1 % mahasiswa cenderung fokus menyelesaikan masalah dengan menggunakan *problem focused coping*

Fakta tersebut menunjukkan bahwa kecemasan merupakan sesuatu yang menimpa hampir setiap orang yang berlangsung tidak lama dalam kehidupan dan pada waktu tertentu, khususnya pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan di masa pandemi ini. Maka dari itu, penelitian mengenai topik ini perlu dikaji kembali lebih mendalam untuk mengetahui tingkat kecemasan yang dialami oleh Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, aspek apa saja yang memiliki kedudukan dalam meningkatnya kecemasan, faktor apa yang berpengaruh. Peneliti memilih mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebagai responden penelitian karena bertepatan dengan setahun belakangan ini tepatnya tahun 2020 pada bulan maret lalu dunia akademik terdampak Covid-19, seluruh mahasiswa di belahan dunia khususnya mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang juga terdampak.

Menurut survey awal (20/06/2020) yang dilakukan peneliti pada 50 responden, mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang selama masa pandemi mengalami kecemasan terbesar pada aspek akademik dengan presentase sebanyak 27,5%, diikuti dengan kecemasan pada aspek ekonomi dengan presentase sama tingginya sebanyak 27,5%, kemudian kecemasan pada aspek Kesehatan sebanyak 23,5% dan yang terakhir kecemasan pada aspek sosial 15,7%. Dari hasil survey awal yang didapatkan, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kecemasan terbanyak pada aspek akademik. Berikut adalah pernyataan dari salah satu responden bahwa merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas akhir, karena harus melakukan bimbingan melalui jarak jauh kemudian responden

kebingungan melakukan penelitian lapangan karena situasi yang mengkhawatirkan akan pandemi covid 19. Kemudian pada aspek ekonomi juga yang memiliki presentase yang sama banyak dengan aspek akademik dengan pernyataan responden merasa khawatir karena harus melakukan perkuliahan dengan serba online dan memikirkan pengeluaran biaya untuk membeli pulsa dan memikirkan pendapatan orang tua yang terhambat dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Berdasarkan survey diatas dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim mengalami kecemasan akibat pandemic *covid-19*. Kecemasan sebenarnya merupakan sesuatu yang wajar dan dapat menimpa hampir semua orang, pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Ciri-ciri yang nampak dari kecemasan mahasiswa adalah timbulnya perasaan tidak menyenangkan kemudian secara sadar mahasiswa merasakan ketegangan dan ketakutan serta meningkatnya saraf otonom ketika memikirkan pandemic virus Corona yang sedang terjadi. Pandemic virus corona menimbulkan kecemasan pada mahasiswa yang terlihat mulai bosan, bingung, tertekan, dan bimbang akan munculnya peraturan baru dalam kegiatan perkuliahan yang dilakukan dari rumah dengan menggunakan sistem online. Tidak hanya belajar dari rumah dengan sistem online, namun perekonomian keluarga juga mengalami kesulitan, (kompas.com, 2020). Wahyu, Nurul, Indah & Inge (2020) menyatakan bahwa pandemik *COVID-19* memberikan keadaan yang berbeda. Fakta informasi terkait peningkatan jumlah orang yang terinfeksi, angka

kematian, dan perihal lockdown memungkinkan individu mengalami kecemasan.

Pandemi virus corona adalah hal yang terjadi secara tiba-tiba, kondisi ini membuat masyarakat tidak siap menghadapinya baik secara fisik ataupun psikis (Sabir & Phil, 2016). Diantara kondisi psikologis yang dialami oleh masyarakat adalah rasa anxiety apabila tertular (Fitria, 2020). Menurut *American Psychological Association* (APA), kecemasan merupakan keadaan emosi yang muncul saat individu sedang stress, dan ditandai oleh perasaan tegang, pikirang yang mebuat individu merasa khawatir dan disertai respon fisik (jantung berdetak kencang, naiknya tekanan darah, dan lain sebagainya (Okazaki, 1997), (Beaudreau & O'Hara, 2009). *Anxiety* adalah bentuk ketidakberanian ditambah kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas (Kartono & Andari, 1989), adanya kecemasan pada mahasiswa membuat stress terhadap keadaan pandemic covid-19 yang harus menyesuaikan lingkungan baru. Carson (2000) mengungkapkan bahwa istilah stress biasanya mengacu pada dua hal, yaitu tuntutan penyesuaian yang ditempatkan pada diri organisme dan respon internal organisme secara biologis dan psikologis terhadap berbagai tuntutan. Tingkah laku seseorang dalam menghadapi masalah, tekanan dan tantangan disebut *coping stress* (Setyowati, 2006). Mengelola jarak antara tuntutan-tuntutan dalam hidup, baik tuntutan yang berasal dari dalam atau pun dari luar diri individu dengan kemampuan atau sumber-sumber daya yang dimiliki untuk memenuhi tuntutan tersebut.

Pada umumnya setiap manusia memiliki banyak kebutuhan yang ingin selalu dipenuhinya dalam hidup. Kebutuhan itu dapat berupa kebutuhan fisik, psikis dan sosial. Sayangnya, dalam kehidupan nyata kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak selalu dapat dipenuhi. Keadaan itulah yang sering kali membuat manusia merasa tertekan secara psikologis (*psychological stress*). Respon dari perasaan tertekan itu dimanifestasikan manusia dalam bentuk perilaku yang bermacam-macam tergantung sejauh mana manusia itu memandang masalah yang sedang dihadapi. Jika masalah yang dihadapinya itu dipandang negatif oleh manusia, maka respon perilakunya pun negatif, seperti yang diperlihatkan dalam bentuk-bentuk perilaku neurotis dan patologis. Sebaliknya, jika persoalan yang dihadapi itu dipandang positif oleh mereka yang mengalami, maka respon perilaku yang ditampilkan pun bisa dalam bentuk penyesuaian diri yang sehat dan cara-cara mengatasi masalah yang konstruktif (Lazarus, 1976). Menurut Lazarus pemilihan cara mengatasi masalah ini disebut dengan istilah proses *coping* .

Kemampuan seorang individu untuk dapat menyesuaikan diri dengan *stressor* yang dialaminya disebut dengan *coping stress*. Reaksi manusia terhadap stres bersifat menyerang, menarik diri atau kesepakatan berdamai. Masing-masing reaksi itu dapat terjadi secara terbuka atau tersamar. Individu dapat menurunkan taraf aspirasinya (hasrat atau cita-cita) saat menghadapi kegagalan, atau meningkatkan upayanya untuk mencapai tujuan. Segala reaksi tersebut adalah upaya untuk mengimbangi problem sedemikian rupa sehingga

dapat mencapai atau mempertahankan suatu keseimbangan psikobiososial untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya (Erna & Esthi,2016).

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas situasi yang demikian menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan. Usaha untuk mengatasi kecemasan tersebut yaitu dengan cara menggunakan *strategi coping*. *Strategi coping* merupakan cara yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri terhadap perubahan, dan respon terhadap situasi yang mengancam (Anggraini dan Yuniar 2012). Kemampuan coping diperlukan oleh mahasiswa untuk menghindari kecemasan dan bertahan dalam lingkungan baru. *Strategi coping* yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menghadapi kecemasan sangat beragam tergantung dari masalah yang dihadapi (Eva & Erna 2017). Beberapa mahasiwa yang mengalami kecemasan ada yang berusaha mengatasi strategi coping dengan kecemasan diperkuat dengan survey awal pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang menyatakan bahwa responden mematuhi protokol kesehatan dan membatasi keluar rumah karena merasa khawatir akan tertular covid-19.

Hasil survey awal menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menggunakan strategi coping dengan jenis *problem focused coping*. *Problem focused coping* menurut (Lazarus dan Folkman, 1984) adalah strategi yang digunakan dalam menyelesaikan masalah, seperti mendefinisikan suatu masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif dan bertindak, strategi *problem focused coping* berorientasi pada penyelesaian masalah. Sementara itu Nevid, Rathus &

Greene (2013) mengungkapkan bahwa *problem focused coping* adalah individu yang berusaha menjaga jarak antara diri mereka dengan stress melalui penghindaran yang mana *coping* berfokus pada masalah yang membantu individu menghadapi sumber stress. Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* adalah upaya yang dilakukan individu dalam mengatasi suatu masalah yang dihadapi secara langsung.

Adapun Sebagian mahasiswa yang cenderung menggunakan jenis strategi *emotion focused coping*. Menurut (Lazarus dan Folkman, 1985) mengatakan bahwa *emotion focused coping* adalah bentuk strategi untuk meredakan emosi individu yang muncul akibat pengaruh dari sumber permasalahan atau kondisi yang menimbulkan pengaruh negatif, tanpa harus mengubah kondisi yang menjadi sumber permasalahan individu secara langsung. Teknik *emotion focused coping* juga memberikan dukungan pada individu untuk menilai suatu kondisi permasalahan atau permasalahan dari sudut pandang yang bersifat positif dalam setiap pengaruh yang ditimbulkan. Pada survey awal mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menyatakan bahwa responden lebih memilih untuk mengalihkan kekhawatirannya melalui menonton film, membantu orang tua dirumah, melakukan hal yang disukai adapula yang meningkatkan ibadah dan menganggap bahwa segala masalah adalah dari Allah.

Pernyataan hasil survey tersebut sejalan dengan sarafino, (1998) yang mengatakan bahwa *emotion focused coping* adalah individu yang dapat mengendalikan respon – respon emosional yang muncul dengan beberapa cara,

yaitu mencari dukungan dari sahabat atau teman atau melakukan hal yang disukai. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa Teknik *emotion focused coping* adalah bentuk strategi penyelesaian masalah yang memberikan dukungan pada diri individu ketika menghadapi kondisi atau situasi yang menimbulkan pengaruh negatif dengan mengendalikan setiap respon emosi dalam diri sehingga pengaruh yang diterima tidak terlalu besar. Usaha individu dalam mengelola tuntutan yang menimbulkan stress atau *coping* dapat menggunakan dua jenis strategi coping tersebut secara bersamaan atau menggunakan salah satu strategi coping karena setiap individu juga mempengaruhi bagaimana strategi coping yang ia gunakan dalam situasi tertentu (Taylor, 2003).

Berdasarkan uraian diatas maka hasil survey awal menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang menggunakan strategi *coping* jenis *problem focused coping* dan ada pula yang menggunakan jenis *emotional focused coping* menurut mahasiswa dalam survey tersebut mereka yang menggunakan jenis *problem focused coping* mampu mengurangi stress dan kecemasan, begitu juga dengan mahasiswa yang menggunakan strategi jenis *emotional focused coping* merasa dapat mengurangi tingkat kecemasan pada mahasiswa. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Virus Corona Pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran strategi coping pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menghadapi pandemi virus corona ?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menghadapi pandemi virus corona ?
3. Apakah ada hubungan antara strategi coping dengan kecemasan menghadapi pandemi virus corona pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran strategi coping pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menghadapi pandemi virus corona.
2. Mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menghadapi pandemic virus corona.
3. Mengetahui hubungan antara strategi coping dengan kecemasan menghadapi pandemic virus corona pada mahasiswa UIN Maulana malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menambah wawasan dalam keilmuan di bidang psikologi klinis, terutama mengenai strategi

coping dan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian diharapkan dapat memberikan pengetahuan terkait gambaran strategi coping dan tingkat kecemasan yang akhir-akhir ini dialami oleh semua orang khususnya mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Sehingga ketika mahasiswa berada pada masa-masa kecemasan akan pandemi covid-19 akan mampu melewatinya dan mengatasi dengan baik.

b. Bagi Terapis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran mengenai strategi coping dengan kecemasan, diharapkan terapis dapat memberikan cara mencegahnya dan menggunakan teknik intervensi yang tepat.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk menggali data lebih banyak dan dalam.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Strategi Coping

1. Pengertian Strategi Coping

Coping berasal dari kata “*cope*” yang berarti lawan, mengatasi menurut Sarafano (Yenjeli, 2014) Coping sebagai cara seorang individu berproses dalam mengelola stress yang dihadapi dengan cara tertentu.

Menurut Lazarus & Folkman (Yenjeli, 2010) coping adalah proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressful*. Folkman (Saptoto, 2010) Coping sebagai cara seseorang mengubah pemikiran dan perilaku yang digunakan untuk menghadapi tekanan dari luar maupun dari dalam yang terjadi karena adanya transaksi antara manusia dan lingkungannya yang dinilai sebagai stressor Coping nantinya terdiri dari upaya-upaya seorang individu untuk mengurangi tekanan pada stress

Menurut Coyne (Saptoto, 2010) menyatakan bahwa coping merupakan usaha-usaha baik kognitif maupun yang bertujuan untuk mengelola tuntutan lingkungan dan internal, serta mengelola konflik-konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu.

Chaplin (2004) mengartikan perilaku coping sebagai suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya dengan tujuan menyelesaikan tugas atau masalah. Tingkah laku coping merupakan suatu proses dinamis dari suatu pola tingkah laku maupun pikiran-pikiran yang secara sadar digunakan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan dalam situasi yang menekan dan menegangkan.

2. Bentuk-Bentuk Strategi Coping

Lazarus & Folkman (Santrock, 2003) mengklasifikasikan strategi *coping* yang digunakan menjadi dua yaitu :

a. *Problem focused coping*

Problem focused coping merupakan strategi kognitif untuk penanganan stres. Individu yang menggunakan *problem-focused coping* biasanya langsung mengambil usaha atau tindakan langsung untuk menghadapi dan memecahkan atau menyelesaikan masalahnya. Pada strategi coping ini, individu akan dapat berpikir logis dan memecahkan masalahnya dengan positif. Bentuk-bentuk strategi coping ini adalah

- 1) *Countiousness* (kehati-hatian) yaitu individu berpikir dan mampu mempertimbangkan beberapa pemecahan masalah serta mengevaluasi strategi-strategi yang pernah dilakukan sebelumnya atau meminta pendapat orang lain.

- 2) Instrumental action yaitu usaha-usaha langsung individu dalam menemukan solusi permasalahannya serta menyusun langkah-langkah yang akan dilakukan.
- 3) merupakan salah satu taktik dalam problem focused coping yang diarahkan langsung pada orang lain atau mengubah pikiran orang lain demi mendapatkan hal yang positif dari situasi yang problematik tersebut.

Problem focused coping memungkinkan individu membuat rencana dan tindakan lebih lanjut, berusaha menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi untuk memperoleh apa yang telah direncanakan dan diinginkan sebelumnya. Pada strategi coping berbentuk problem focused coping dalam mengatasi masalahnya, individu akan berpikir logis dan berusaha memecahkan permasalahan dengan positif.

b. Emosional focused coping

Emosional focused coping merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor (sumber stres), tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Bentuk strategi coping ini adalah :

- 1) Pelarian diri adalah individu berusaha untuk menghindarkan diri dari pemecahan masalah yang sedang dihadapi.
- 2) Penyalahan diri adalah individu selalu menyalahkan dirinya sendiri dan menghukum diri sendiri serta menyesali yang telah terjadi.

- 3) Minimalisasi adalah individu menolak masalah yang ada dengan cara menganggap seolah-olah tidak ada masalah, bersikap pasrah, dan acuh tak acuh terhadap lingkungan.
- 4) Pencarian makna adalah individu menghadapi masalah yang mengandung stres dengan mencari arti kegagalan bagi dirinya serta melihat segi-segi yang penting dalam hidupnya.

Emotion focused coping memungkinkan individu melihat sisi kebaikan (hikmah) dari suatu kejadian, mengharap simpati dan pengertian orang lain, atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya, namun hanya bersifat sementara (Folkman & Lazarus, 1985). Maksudnya individu belajar mencoba dan mengambil hikmah atau nilai dari segala usaha yang telah dilakukan sebelumnya dan dijadikan latihan pertimbangan untuk menyelesaikan masalah berikutnya, hal ini merupakan bentuk emosional focused coping adaptif. Contoh misalnya jika ada masalah dapat diceritakan kepada teman atau anggota keluarga. Hal ini bertujuan agar beban dapat berkurang walaupun hanya bersifat sementara karena individu menyelesaikan masalah dengan cara represi yaitu berusaha menekan masalah yang dihadapinya. Namun masalah yang sebenarnya belum terselesaikan atau dilupakan untuk sementara waktu saja.

Lazarus & Folkman (Nevid dkk, 2003) *emosional focused coping* maladaptif berupa penyangkalan yaitu dengan berpura-pura

seakan masalah tidak ada atau tidak terjadi. Contoh misalnya melamun merenungkan apa yang terjadi seumpama penyakit tersebut tidak dialami dan merindukan saat-saat yang indah. Hal ini merupakan bentuk pelarian secara imajiner, bukan bentuk tindakan untuk mengatasi masalah.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa strategi coping mempunyai dua bentuk yaitu *problem focused coping* yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, *problem focused coping* dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri. Sedangkan strategi coping yang lainnya adalah *emotion focused coping*. Strategi coping ini lebih berorientasi pada emosi yang merupakan usaha untuk meredakan atau mengelola stres emosional yang muncul ketika individu berinteraksi dengan lingkungan.

3. Aspek-Aspek Strategi Coping

Menurut Folkman, dkk (Emma, 2006) aspek-aspek strategi *coping* sebagai berikut:

- a. *Confrontive coping*, mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil risiko
- b. *Distancing*, mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat harapan positif.
- c. *Self control*, mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah.

- d. *Seeking social support*, mencoba untuk memperoleh informasi atau dukungan secara emosional.
- e. *Accepting responsibility*, menerima untuk menjalani masalah yang dihadapi sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
- f. *Planful problem solving*, memikirkan suatu rencana tindakan untuk mengubah dan memecahkan situasi.
- g. *Positive reappraisal*, mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian, kadang-kadang dengan sifat yang religius.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Coping

Taylor (2006) menyebutkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan strategi coping. Kedua faktor tersebut terbagi ke dalam faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti faktor kepribadian dan metode coping yang digunakan. Taylor (2006) mengemukakan bahwa kepribadian mempengaruhi reaksi seseorang terhadap stress dan strategi coping yang digunakan, dan strategi coping yang digunakan. Seperti kepribadian optimistic yang dapat disosiasikan dengan kecenderungan penggunaan problem focused coping. seorang yang optimis akan lebih berantusias untuk mencari pemecahan masalah, karena mereka yakin bahwa semua masalah pasti ada jalan keluar asalkan mau berpikir dan berusaha untuk mencoba, bukan malah pasrah karena semua yang terjadi dalam hidup seorang memang sudah nasib.

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti: waktu, uang, pendidikan, kualitas hidup, dukungan keluarga, dan sosial serta tidak adanya stresor lain. Taylor (2006) strategi coping akan lebih efektif menghadapi konflik apapun bila mendapat dukungan dari saudara, orang tua, teman, tenaga profesional yang tentu akan lebih mempermudah individu tersebut melakukan coping yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan masalah.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Nasekah, 2013) cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi:

a. Kesehatan Fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar. Kesehatan mempengaruhi berbagai macam bentuk strategi coping pada individu, apabila individu dalam keadaan rapuh, sakit, ataupun ataupun lelah maka tidak mampu melakukan coping dengan baik, sehingga kesehatan fisik menjadi factor penting dalam melakukan strategi coping pada individu.

b. Keterampilan memecahkan masalah

Kemampuan pemecahan masalah pada individu meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi yang bertujuan mengidentifikasi masalah untuk menghasilkan alternatif yang akan digunakan pada individu, mempertimbangkan alternatif yang akan

digunakan, mempertimbangkan alternatif dengan baik agar dapat mengantisipasi kemungkinan yang terburuk, memilih dan menerapkan sesuai dengan tujuan pada masing-masing individu, hal ini merupakan factor yang mempengaruhi strategi coping.

c. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (eksternallocus of control) yang mengarahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (helplessness) yang akan menurunkan kemampuan strategi coping tipe problem-solving focused coping.

d. Keterampilan sosial

Keterampilan sosial merupakan faktor yang penting dalam strategi coping karena pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial, sehingga individu membutuhkan untuk bersosialisasi. Keterampilan sosial merupakan cara untuk menyelesaikan masalah dengan orang lain, juga dengan keterampilan sosial yang baik memungkinkan individu tersebut menjalin hubungan yang baik dan kerjasama dengan individu lainnya, dan secara umum memberikan kontrol perilaku kepada individu atas interaksi sosialnya dengan individu lain. Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertindak laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku dimasyarakat.

e. Dukungan sosial

Setiap individu memiliki teman yang dekat secara emosional, pengetahuan, dukungan perhatian yang merupakan factor yang mempengaruhi strategi coping pada individu dalam mengatasi stress, terapi perilaku, epidemiologi sosial. Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

f. Sumber Material

Sumber material salah satunya adalah keuangan, keadaan keuangan yang baik dapat menjadi sumber strategi coping pada individu. Secara umum masalah keuangan dapat memicu stres individu yang mengakibatkan meningkatnya pilihan dalam strategi coping untuk bertindak. Salah satu manfaat material bagi individu mempermudah individu dalam kepentingan hukum, medis, keuangan dan lain-lain. Hal ini menyebabkan individu yang memiliki materi dapat mengurangi resiko stress serta memungkinkan coping yang dilakukan lebih adaptif.

5. Coping Stres dalam Perspektif Islam

Menurut Lazarus & Folkman (Yenjeli, 2010) coping adalah proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka

gunakan dalam menghadapi situasi *stressful*. stres merupakan reaksi adaptif individu terhadap situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman. Situasi mengancam ini menjadi situasi yang sulit diatasi oleh individu yang bersangkutan. Seringkali membutuhkan waktu lama dan bahkan tidak jarang gagal mengatasinya. . Islam mengenalkan stres di dalam kehidupan ini sebagai cobaan. Allah SWT berfirman di dalam Al Qur'an surat Al Baqarah (2) ayat 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”

Berdasarkan ayat tersebut dapat diartikan bahwa Datangnya cobaan inilah yang dirasakan sebagai suatu stres (tekanan) dalam diri, atau disebut juga sebagai beban. Banyak contoh bentuk-bentuk cobaan ini, misalnya kematian, sakit, dan kehilangan. Bukan hanya kondisi yang buruk menjadi cobaan, namun kekayaan, anak, kepandaian dan jabatan juga menjadi cobaan bagi manusia. Kondisi stres dan gangguan psikologis yang dialami oleh manusia dikatakan sebagai bentuk dari penyakit hati. Hal ini dijelaskan dalam surat Al-Baqarah ayat 10 yang berbunyi

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا ۗ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Artinya: “Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.

Strategi coping yang dapat dilakukan untuk menghilangkan stres yaitu dengan mengatasi setiap masalah yang ada. Terus menghindari akan memberikan dampak yang negatif bagi diri. Anjuran yang diterapkan dalam al-Qur’an dijelaskan dalam surat Al-Imron Ayat 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

Upaya yang bisa dilakukan yaitu dengan tetap ikhlas dalam menghadapi segala bentuk cobaan yang diterima. Selalu sabar dan tetap beribadah kepada Allah adalah salahsatu hal yang bisa dilakukan untuk mengelola stres. Lengkapi proses sholat dengan memanjatkan do’a dan juga dzikir (Yuwono,2010).

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan (*Anxiety*), dalam psikologi didefinisikan sebagai perasaan yang muncul secara campuran seperti ketakutan dan keprihatinan akan masa-masa yang akan datang tanpa adanya sebab khusus untuk ketakutan tersebut karena bersifat individual (Chaplin,J,P.2009).

Cemas berasal dari bahasa latin *anxius* dan dalam bahasa Jerman *angstk* kemudian menjadi *anxiety* yang berarti kecemasan, merupakan suatu kata yang digunakan oleh Freud untuk menggambarkan suatu efek negatif dan keterangsangan (Darmanto Jatman, 2000). Diawali melalui pendapat Freud (Ahli Psikoanalisis) yang menyatakan bahwa Kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman disebabkan adanya dorongan yang tidak dapat diterima ego untuk mengambil tindakan *defense* kemudian dunia luar yang tidak siap dihadapi dan berfungsi memperingatkan individu akan adanya bahaya. Kecemasan yang tidak dapat dihadapi disebut sebagai traumatic, saat ego tidak mampu mengatasi kecemasan secara rasional, maka ego Akan memunculkan mekanisme pertahanan ego atau juga disebut *ego defense mechanism* (Suryabrata, 2000)

Sijangga (2010) mendefinisikan kecemasan adalah suatu reaksi terhadap kondisi yang mengancam, merupakan hal wajar yang disertai perkembangan, perubahan dan pengalaman baru yang belum pernah dilakukan dalam memperoleh identitas atau jati diri. Kecemasan (*Anxietas*) adalah perasaan tidak nyaman dan khawatir akan terjadi sesuatu pada seseorang. kecemasan berbeda dengan rasa takut, karena rasa takut adalah pemikiran terhadap sesuatu yang membahayakan, sedangkan kecemasan adalah reaksi emosional terhadap pemikiran tersebut (Keliat, 2011)

Ibrahim (2007) mendefinisikan kecemasan merupakan perasaan menetap berupa was-was atau kekhawatiran yang merupakan reaksi terhadap kecemasan yang akan datang. Hal tersebut merupakan perasaan

tertekan apabila terjadi peningkatan akan adanya bahaya. Kecemasan bukanlah penyakit melainkan gejala, kecemasan akan berkembang seiring berjalannya waktu dan tergantung pengalaman seseorang. Kejadian atau suasana dapat memacu munculnya kecemasan.

Chaplin (2004) kecemasan merupakan respon seseorang terhadap suatu kondisi yang tidak nyaman, dan dialami oleh setiap orang dalam kehidupan. Kecemasan merupakan pengalaman subjektif seseorang dan tidak diamati secara langsung, dan keadaan emosi tanpa objek yang spesifik.

2. Aspek-Aspek Dalam Kecemasan

Aspek-aspek kecemasan menurut Gail W. Stuart (Anisa & Ifdil, 2016) membagi kecemasan (*anxiety*) dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif, diantaranya.

- a. Perilaku, pada aspek kecemasan seseorang akan mengalami beberapa perilaku yaitu menghindar lari dari masalah, gelisah, waspada, tremor, ketegangan fisik, menarik diri dari hubungan interpersonal.
- b. Kognitif, berupa konsentrasi terganggu, kurang perhatian, mudah lupa, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada, takut kehilangan kendali, mengalami mimpi buruk.
- c. Afektif, berupa tidak sabar, tegang, gelisah, tidak nyaman, gugup, waspada, ketakutan, waspada, kekhawatiran, mati rasa, merasa bersalah, malu.

Dalam perspektif berbeda dijelaskan oleh ahli (Blackburn & Davidson, 2006) menyatakan bahwa kecemasan terdiri dari aspek kognitif, emosional dan fisiologis.

- a. Aspek fisiologis, munculnya reaksi dari bagian tubuh tertentu yang sebagian besar merupakan hasil kerja sistem syaraf otonom yang mengontrol berbagai otot dan kelenjar tubuh. Apabila pikiran individu dikuasai oleh pimpinan kecemasan maka sistem syaraf otonom akan berfungsi dan akan muncul gejala fisik seperti jantung berdebar, tekanan darah, nafas menjadi cepat dan terjadi gangguan pencernaan.
- b. Aspek emosional, bagian kecemasan yang terkait dengan perasaan. Bagian ini ditunjukkan dengan perasaan yang tidak nyaman, dan tidak senang. Seperti gugup, gelisah dan tegang.
- c. Aspek kognitif, biasanya muncul dengan rasa khawatir seseorang terhadap sesuatu yang negatif. Apabila kekhawatiran mengalami peningkatan, kemungkinan akan mengganggu kemampuan seseorang untuk berfikir jernih, *problem solving* dan memenuhi standar lingkungannya.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Terdapat beberapa hal yang dapat menyebabkan kecemasan. Menurut Iyus (Saifudin & Kholidin, 2015) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi:

- a. Usia dan tahap perkembangan pada faktor ini memiliki peran yang penting pada setiap individu, karena setiap individu memiliki usia dan

perkembangan yang berbeda, dari hal tersebut maka akan berpengaruh pada dinamika kecemasan pada seseorang

- b. Lingkungan, yaitu kondisi yang ada disekitar manusia. Faktor lingkungan dapat berpengaruh pada perilaku individu, baik secara internal maupun eksternal. resiko kecemasan pada seseorang akan menurun apabila terciptanya lingkungan yang cukup kondusif.
- c. Pengetahuan dan pengalaman, dengan adanya pengetahuan serta pengalaman seseorang individu akan membantu menyelesaikan masalah-masalah psikis yang dialami, termasuk kecemasan yang dialami.
- d. Peran keluarga, keluarga akan mendukung meningkatnya suatu kecemasan jika dalam keluarga menuntut dan mengekang yang menjadikan individu tertekan dan tidak nyaman yang kemudian menjadikan seseorang mengalami kecemasan.

Selanjutnya Nevid (2011), menjelaskan faktor penyebab kecemasan adalah sebagai berikut:

- a. Faktor biologis
 - 1) Faktor genetik: berperan penting dalam berkembangnya kecemasan dan berhubungan dengan gen neurotism, yaitu suatu trait kepribadian yang mungkin mendasari mudahnya kecemasan untuk berkembang.
 - 2) Neurotransmitter: berpengaruh terhadap reaksi kecemasan yaitu GABA (*Gamma Aminobutric Acid*) merupakan neurotransmitter

yang meredakan aktifitas berlebihan pada sistem syaraf pusat yang membantu meredam respons stres. Aktifitas GABA yang kurang kuat dapat meningkatkan reaksi kecemasan.

b. Faktor sosial lingkungan

- 1) Penjelasan terhadap kejadian yang mengancam atau trauma
- 2) Mengobservasi reaksi takut orang lain sehingga dirinya terpengaruh dengan ketakutan yang dialami orang tersebut.
- 3) Kurangnya *support*

c. Faktor *Behavioral*

- 1) Rasa lega dari kecemasan karena melakukan ritual kompulsif atau menghindari rangsangan fobik.
- 2) Kurang memiliki kesempatan dalam menghilangkan kecemasan karena menghindari suatu objek atau kondisi yang ditakuti.

d. Faktor kognitif dan emosional

- 1) Faktor psikologis belum selesai
- 2) Faktor kognitif, seperti berfikir lebih terkait takut, sensitif terhadap ancaman, atribusi yang salah dari sinyal tubuh dan efikasi diri yang rendah.

Selanjutnya Freud (1993) menjelaskan lima faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu:

a. Frustrasi

Frustrasi merupakan bentuk rintangan atas aktifitas dengan tujuan tertentu.

b. Konflik

Konflik terjadi karena dua kebutuhan atau lebih berlawanan dan harus dipenuhi dalam waktu bersamaan.

c. Ancaman

Ancaman adalah adanya bahaya yang harus diperhatikan dan diatasi agar hal buruk tidak terjadi.

d. Harga Diri

Harga diri merupakan suatu penilaian yang dibuat oleh seseorang mengenai dirinya baik positif maupun negatif.

e. Lingkungan

Lingkungan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang. lingkungan yang memberikan support terhadap seseorang dapat mengurangi tingkat kecemasan seseorang.

4. Perspektif Psikologi

Teori freud tentang kecemasan pertama kali didasari oleh suatu pemikiran berani yang mengungkapkan analogi dari kecemasan respon tubuh selama serangan kecemasan dengan terlihat saat berhubungan seksual (palpitasi, nafas berat) (Andri, 2007). Freud memandang kecemasan sebagai bagian terpenting dari sistem kecemasan, hal yang merupakan suatu landasan dan pusat dari perkembangan perilaku neurosis dan psikosis (Andri, 2007).

a. Kecemasan Menurut Freud

Freud membagi kecemasan menjadi tiga bagian yaitu :

1. Kecemasan Realitas atau Objektif

Suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan seperti ini misalnya ketakutan terhadap kebakaran, angin tornado, gempa bumi, atau binatang buas. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya. Tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realitas ini menjadi ekstrim. Seseorang dapat menjadi sangat takut untuk keluar rumah karena takut terjadi kecelakaan pada dirinya atau takut menyalakan korek api karena takut terjadi kebakaran.

2. Kecemasan Neurosis

Kecemasan ini mempunyai dasar pada masa kecil, pada konflik antara pemuasan instingtual dan realitas. Pada masa kecil, terkadang beberapa kali seorang anak mengalami hukuman dari orang tua akibat pemenuhan kebutuhan id yang impulsif. Terutama sekali yang berhubungan dengan pemenuhan insting seksual atau agresif. Anak biasanya dihukum karena secara berlebihan mengekspresikan impuls seksual atau agresifnya itu. Kecemasan atau ketakutan untuk itu berkembang karena adanya harapan untuk memuaskan impuls Id tertentu. Kecemasan neurotik yang muncul adalah ketakutan akan terkena hukuman karena memperlihatkan perilaku impulsif yang

didominasi oleh Id. Hal yang perlu diperhatikan adalah ketakutan terjadi bukan karena ketakutan terhadap insting tersebut tapi merupakan ketakutan atas apa yang akan terjadi bila insting tersebut dipuaskan. Konflik yang terjadi adalah di antara Id dan Ego yang kita ketahui mempunyai dasar dalam realitas.

3. Kecemasan Moral

Kecemasan ini merupakan hasil dari konflik antara Id dan superego. Secara dasar merupakan ketakutan akan suara hati individu sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan impuls instingtual yang berlawanan dengan nilai moral yang termaksud dalam superego individu itu maka ia akan merasa malu atau bersalah. Pada kehidupan sehari-hari ia akan menemukan dirinya sebagai “conscience stricken”. Kecemasan moral menjelaskan bagaimana berkembangnya superego. Biasanya individu dengan kata hati yang kuat dan puritan akan mengalami konflik yang lebih hebat daripada individu yang mempunyai kondisi toleransi moral yang lebih longgar. Seperti kecemasan neurosis, kecemasan moral juga mempunyai dasar dalam kehidupan nyata. Anak-anak akan dihukum bila melanggar aturan yang ditetapkan orang tua mereka. Orang dewasa juga akan mendapatkan hukuman jika melanggar norma yang ada di masyarakat. Rasa malu dan

perasaan bersalah menyertai kecemasan moral. Dapat dikatakan bahwa yang menyebabkan kecemasan adalah kata hati individu itu sendiri. Freud mengatakan bahwa superego dapat memberikan balasan yang setimpal karena pelanggaran terhadap aturan moral (Andri, 2007).

Apapun tipenya, kecemasan merupakan suatu tanda peringatan kepada individu. Hal ini menyebabkan tekanan pada individu dan menjadi dorongan pada individu termotivasi untuk memuaskan. Tekanan ini harus dikurangi. Kecemasan memberikan peringatan kepada individu bahwa ego sedang dalam ancaman dan oleh karena itu apabila tidak ada tindakan maka ego akan terbangun secara keseluruhan. Ada berbagai cara ego melindungi dan mempertahankan dirinya. Individu akan mencoba lari dari situasi yang mengancam serta berusaha untuk membatasi kebutuhan impuls yang merupakan sumber bahaya. Individu juga dapat mengikuti kata hatinya. Atau jika tidak ada teknik rasional yang bekerja, individu dapat memakai mekanisme pertahanan (defence mechanism) yang non-rasional untuk mempertahankan ego (Andri, 2007).

5. Kecemasan dalam Perspektif Islam

Kecemasan dalam islam memiliki makna yang sama dengan rasa gelisah. Gelisah didefinisikan sebagai salah satu bentuk dari penyakit hati. Apabila tidak segera diobati justru akan menimbulkan berbagai penyakit lainnya yang mungkin jauh berbahaya. Bahkan banyak ditemukan orang

yang sedang mengalami gelisah melampiaskannya pada hal yang negatif seperti malas, sedih yang terlalu berlarut, atau bahkan minum minuman keras.

Bustaman (2005) mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan yang belum jelas adanya. Seseorang merasa cemas karena dibayang-bayangi oleh pikirannya sendiri dan menganggap hal tersebut sebagai sesuatu yang mengancam. Hal yang perlu diingat bahwa dalam Al-Qur'an telah dijelaskan bahwa manusia tidak akan diberi cobaan melebihi batas kesanggupan. Sebagaimana yang tercantum dalam QS. Al-Baqarah ayat 286 yang berbunyi

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفُ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir".

Berdasarkan ayat tersebut seharusnya manusia tidak perlu lagi merasa cemas dengan apapun yang sedang dialami. Kecemasan yang diberikan oleh Allah sebenarnya memiliki tujuan agar manusia tetap

bersyukur dan berserah diri kepada-Nya. Bagi siapa yang mampu menghadapi segala situasi maka digolongkan dengan orang-orang yang sabar sebagaimana yang tercantum dalam QS. AL Baqarah ayat 155

وَأَنْبَلُوكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالنَّمْرِ ۗ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.”

Takut dari satu masalah atau ujian yang diberikan digambarkan sebagai jalan menuju suatu kegagalan. Ujian bukanlah suatu yang harus dihindari tapi justru dihadapi. Agar tetap merasa tenang dianjurkan bagi umat manusia untuk senantiasa melakukan dzikir seperti yang tercantum dalam QS. Ar Ra’du ayat 28

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”

C. Hubungan Strategi coping dengan kecemasan

Coping merupakan segala pikiran dan perilaku yang berhasil mengurangi atau menghilangkan ancaman, rasa tidak nyaman, baik secara sadar maupun tidak sadar. Maka individu dapat disebut melakukan coping meskipun tidak sadar melakukannya. (Folkman, 1986)

Tujuan perilaku coping yaitu untuk mengurangi kondisi lingkungan yang tidak menyenangkan dan menyakitkan, menyesuaikan dengan kejadian yang negatif, mempertahankan emosi, self-image positif, serta untuk melanjutkan hubungan yang menyenangkan dengan orang lain. (Sijangga, 2010)

Strategi coping didefinisikan sebagai suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha dalam rangka merubah perilaku secara konstan untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan dan tekanan eksternal maupun internal yang diprediksi akan dapat menjadi beban dan melampaui kemampuan ketahanan individu yang bersangkutan. (Lazarus & Folkman, 2006)

Sujadi (2015) Dalam merespon suatu masalah, individu dapat melakukannya dengan *problem focused coping* maupun *emotion focused coping*. Pertama, *problem focused coping* merupakan upaya mengatasi stres atau beban secara langsung dari sumber stres, baik dengan cara mengubah masalah, mempertahankan perilaku maupun mengubah kondisi lingkungan. Kedua, *emotion focused coping* merupakan upaya untuk meredakan atau mengelola tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan oleh situasi. Penentuan penggunaan strategi coping ini tergantung pada kondisi masalah yang sedang dialami. Seseorang dapat menggunakannya secara bersamaan tetapi tidak semua selalu digunakan seseorang dalam mengatasi masalahnya.

Cara individu dalam mengatasi masalahnya dapat berpengaruh pada kecemasan yang dialaminya. Meichati (1983) menjelaskan ada empat sifat

dasar yang dapat menyebabkan kecemasan, yaitu bingung terhadap apa yang dihadapi, tidak tentu terkait suatu hal, tidak tegas, ketidakmampuan, lemah dan tidak berdaya serta memiliki rasa dendam. Faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya adalah respon coping, yaitu cara kerja coping digunakan individu ketika mengalami kecemasan.

D. Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini adalah :

Ho : tidak terdapat hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Ha : terdapat hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang dipergunakan ialah jenis penelitian kuantitatif dengan bentuk asosiatif. dengan bentuk Penelitian asosiatif ini ialah suatu bentuk penelitian yang dirancang dengan maksud untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lainnya dan bagaimana suatu variabel mempengaruhi variabel lain (Sugiyono, 2013).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel yaitu variabel bebas dan (independent) dan variabel terikat (dependent). Berikut adalah penjelasannya:

1. Variabel bebas (independent) atau variabel X dalam penelitian ini adalah strategi coping
2. Variabel terikat (Dependent) atau variabel Y dalam penelitian ini adalah kecemasan

C. Definisi Operasional

1. Strategi Coping

Strategi Coping ialah serangkaian upaya kognitif serta perilaku yang dilaksanakan untuk melakukan penafsiran serta perbaikan situasi stres dan mengurangi penderitaan yang dikarenakannya. Menurut Lazarus & Folkman (Yenjeli, 2010) coping adalah proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari

lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressful*.

Aspek-aspek strategi coping menurut Folkman, dkk (Emma, 2006) ialah *confrontive coping, distancing, self control, seeking social support, accepting responsibility, planful problem solving*, serta *positive reappraisal*.

2. Kecemasan

Kecemasan (*Anxiety*) didefinisikan sebagai perasaan yang muncul secara campuran seperti ketakutan dan keprihatinan akan masa-masa yang akan datang tanpa adanya sebab khusus untuk ketakutan tersebut karena bersifat individual (Chaplin, J, P. 2009). Menurut Freud (Ahli Psikoanalisis) Kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman disebabkan adanya dorongan yang tidak dapat diterima ego untuk mengambil tindakan defense kemudian dunia luar yang tidak siap dihadapi dan berfungsi memperingatkan individu akan adanya bahaya.

Menurut Gail W. Stuart (Anisa & Ifdil, 2016), aspek-aspek kecemasan terbagi dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2017) populasi ialah wilayah yang tergeneralisasi dan terdiri dari objek/subyek yang mempunyai kualitas tertentu serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dijadikan pelajaran dan diambil kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini ialah Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2017) sampel ialah bagian dari jumlah beserta sifat-sifat yang dimiliki oleh populasi. Jika populasi dari penelitian besar, dan peneliti tidak mungkin mengamati semua populasi, maka peneliti dapat mempergunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Pemilihan sampel dilakukan dengan mempergunakan teknik Slovin. Adapun rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Keterangan :

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

e = nilai kritis atau batas ketelitian yang diinginkan (persentase kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel) sebesar 10%.

Dengan diketahui jumlah mahasiswa sebanyak 24,224 orang, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

$$n = \frac{24224}{1 + 24224 * 0,06^2}$$

$$n = 88,8267 \approx 275$$

Jadi, sampel pada penelitian ini adalah 275 Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

E. Pengambilan Data

1. Observasi

Menurut Sugiyono (2015: 204) observasi ialah kegiatan pemuatan penelitian terhadap suatu objek. Apabila dilihat pada proses pelaksanaan pengumpulan data, observasi dibedakan menjadi partisipan dan non-partisipan. Jenis observasi yang dipergunakan pada penelitian ini ialah observasi non-partisipan. Dalam melakukan observasi, peneliti memilih hal-hal yang diamati dan mencatat hal-hal yang berkaitan dengan penelitian. Observasi yang dilakukan pada penelitian ini ialah mengamati pada saat dilakukannya wawancara dengan subyek, selain berbincang dengan subyek penelitipun mengamati perilaku-perilaku yang ditunjukkan subyek yang relevan dengan tema penelitian

2. Wawancara

Teknik wawancara dalam penelitian ini mempergunakan teknik wawancara bebas terpimpin. Arikunto (2013: 199) menjelaskan bahwasanya wawancara bebas terpimpin ialah wawancara yang dilakukan dengan mengajukan pertanyaan secara bebas namun masih tetap berada pada pedoman wawancara yang sudah dibuat. Pertanyaan akan berkembang pada saat melakukan wawancara. Peneliti mendapatkan informasi langsung dengan teknik wawancara dari mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah metode dalam mengumpulkan data dan informasi dengan mengaplikasikan catatan tertulis terkhusus berupa berkas-berkas, buku-buku, teorema, atau hukum yang berkaitan dengan permasalahan yang diteliti. Dokumentasi dapat berbentuk berupa gambar, buku, dan data berupa tulisan. Dokumen untuk mendukung penelitian ini yakni e-jurnal, skripsi, sumber internet, dan hal-hal lain berhubungan dengan hubungan strategi coping dengan kecemasan dalam menghadapi pandemic

4. Skala

Penelitian ini mempergunakan pengukuran skala likert. Skala likert itu sendiri ialah skala yang dipergunakan untuk tingkat sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok manusia tentang fenomena sosial. Dengan mempergunakan skala Likert, variabel yang akan diukur diterjemahkan ke dalam variabel indikator. Indikator ini kemudian dipergunakan sebagai tempat untuk menyusun itemitem instrument yang berupa pertanyaan atau pernyataan (Sugiyono, 2013). Skala yang disusun mempergunakan modifikasi bentuk Likert dengan empat alternatif jawaban. Skala tersebut dikelompokkan dalam pernyataan favorable dan unfavorable dengan 4 alternatif jawaban yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 3. 1 Kategori Jawaban

Kategori Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorble</i>
Sangat Tidak setuju	1	4
Tidak setuju	2	3
Setuju	3	2
Sangat Setuju	4	1

Susunan item skala strategi coping dan kecemasan dapat dilihat pada tabel berikut:

a. *Strategi Coping*

Strategi Coping pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diukur menggunakan skala adaptasi yang disusun oleh Ifa Muzaerni, (2018) berdasarkan teori strategi coping Lazarus & Folkman (University of California, San Fransisco) *Carver et al* (1989) yang terdiri dari dua bentuk coping. Skala ini terdiri dari 20 aitem (10 aitem *favourable* dan 10 aitem *unfavourable*) dan menggunakan daftar pertanyaan yang berbentuk kuesioner. Kemudian aitem-aite tersebut dimodifikasi oleh peneliti.

Tabel 3. 2 Blueprint Skala Keterikatan Kerja

No.	Aspek	Aitem		Total
		<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	<i>Problem Focused Coping</i>			
	- <i>Confrontive coping</i>	7, 11, 16	-	3
	- <i>Seeking social support</i>	-	2,3,12	3
	- <i>Planful problem solving</i>	1,9	14,15	5
2.	<i>Emotion focused coping</i>			
	- <i>Self-controlling</i>	10,4	20	3
	- <i>Distancing</i>	-	6,8	2
	- <i>Positif reappraisal</i>	17,18	13	3
	- <i>Escape/ avoidance</i>	5	19	2
	Total	10	10	20

b. Kecemasan

Kecemasan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diukur menggunakan skala kecemasan yang disusun oleh Amalia Musri, (2020) berdasarkan teori Gail W. Stuart (2006). Kemudian dimodifikasi oleh peneliti menjadi 44 butir aitem (22 aitem *favourable* dan 22 aitem *unfavourable*).

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Beban kerja

No.	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>	
1.	Respon perilaku	- Ketegangan fisik	1	4	16
		- Tremor	7	10	
		- Reaksi terkejut	13	16	
		- Bicara cepat	19	22	
		- Menarik diri dari hubungan interpersonal	25	28	
		- Melarikan diri dari masalah, menghindar	31	34	
		- Inhibisi	37	39	
		- Hiperventilasi	41	43	
2.	Respon kognitif	- Perhatian terganggu dan konsentrasi buruk	2	5	16
		- Kreatifitas dan produktifitas menurun	8	11	
		- Kehilangan objektifitas	14	17	
		- Pelupa, hambatan berpikir	20	23	
		- Takut kehilangan kendali	26	29	
		- Takut pada gambaran visual	32	35	
		- Takut atas kematian	38	40	
		- Mimpi buruk	42	44	
3.	Respon afektif	- Mudah terganggu	3	6	12
		- Tidak sabar	9	12	

		- Gelisah, tegang, gugup, ketakutan, kekhawatiran	15	18	
		- Waspada	21	24	
		- Rasa bersalah	27	30	
		- Malu	33	36	
	Total		22	22	44

F. Uji Validitas Dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas yang tinggi. Instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Rumus untuk menguji validitas angket adalah sebagai berikut: (Arikunto, 2013).

$$r_{xy} = \frac{n\Sigma XY - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{n\Sigma X^2 - (N\Sigma Y)^2\}\{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = Koefisien Korelasi antara skor item dan skor total.
 X = Skor item.
 Y = Skor total.
 N = Sampel (Responden).

Kriteria pengujian validitas adalah jika koefisien korelasi $r_{xy} \geq r_{\text{tabel}}$ *product moment* berarti item/butir kuisisioner dinyatakan valid. Sedangkan jika $r_{xy} < r_{\text{tabel}}$ *product moment* maka item/butir kuisisioner dinyatakan tidak valid. Penghitungan uji validitas angket dilakukan dengan menggunakan bantuan Program *SPSS for Windows versi 25.0*.

2. Uji Reliabilitas

Suatu kuesioner dikatakan *reliable* atau *handal* jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan ialah konsisten dari waktu ke waktu (Ghozali, 2016). Jika jawaban terhadap indikator-indikator acak, maka dapat dikatakan bahwasanya tidak *reliable*.

One Short atau biasa disebut pengukuran sekali yang dipergunakan dalam penelitian ini yakni jawaban dari responden didapatkan hanya sekali serta selanjutnya hasilnya dibandingkan dengan pernyataan lain ataupun untuk korelasi antar jawaban pertanyaan. *SPSS* ialah fasilitas dalam melakukan pengukuran reliabilitas dengan mempergunakan uji statistik *Cronbach Alpha* (α). Suatu variabel dikatakan reliabel bilamana menghasilkan nilai *Cronbach Alpha* $> 0,70$ (Ghozali, 2016).

G. Analisis Data

Metode analisis data adalah metode yang digunakan untuk memberi jawaban pada rumusan masalah dalam penelitian. Adapun teknik analisis data di antaranya:

1. Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif adalah teknik analisis untuk mengetahui mean, modus, median, standar deviasi, frekuensi. Teknik ini menggunakan perhitungan prosentase. Untuk mengetahui tingkat kecemasan, dan strategi coping, dan digabungkan sesuai kategorisasinya. Langkah-langkahnya sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Kategorisasi Skala

Kategori	Norma
Tinggi	$((\text{Mean} + \text{SD}) + 1) - X_{\text{max}}$
Sedang	$(\text{Mean} - \text{SD}) - (\text{Mean} + \text{SD})$
Rendah	$X_{\text{min}} - ((\text{Mean} - \text{SD}) - 1)$

2. Uji Linieritas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk menjadi syarat setelah menentukan uji normalitas, uji inearitas mengetahui linear atau tidaknya distribusi data penelitian. Hasil dari uji linearitas akan digunakan untuk menentukan teknik analisis regresi berganda, apabila data dalam penelitian bersifat linear maka data penelitian dianalisa menggunakan analisis regresi yang linear. Pengujian data tersebut menggunakan bantuan IBM SPSS 25 for windows dengan syarat jika nilai nya lebih besar dari 0,050 maka terdapat hubungan yang linear.

3. Analisis Uji Korelasi (Korelasi Product Moment)

Sudjiono (2012) menjelaskan bahwa *product moment correlation* adalah salah satu teknik analisis data untuk mencari hubungan antar dua variabel yang biasanya digunakan. Teknik ini dikembangkan oleh Karl Pearson. Biasanya disebut dengan analisis korelasi Pearson. Teknik analisis ini untuk mencari perkalian momen variabel yang dikorelasikan. Rumurs korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy}{\sqrt{(\sum x^2)(\sum y^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Koefisien korelasi yang dicari

$\sum xy$ = Jumlah dari hasil perkalian x dan y

$\sum x^2$ = Jumlah dari kuadrat selisih nilai X dan χ

$\sum y^2$ = Jumlah dari kuadrat selisih nilai Y dan γ

Nilai r yang diharapkan adalah r yang memiliki nilai signifikan. Yaitu r empirik atau disebut dengan r hitung > r teoritik atau r tabel. Dengan cara melihat cara jumlah N, kemudian membuat kesimpulan apabila r hitung > r tabel artinya signifikan. Atau bisa menggunakan acuan dalam buku Sudjono interpretasi terhadap nilai r product moment memiliki pedoman sebagai berikut:

Besarnya "r" product moment	Interpretasi
0,00-0,20	Antara variabel X dan Y terdapat hubungan atau korelasi. Tetapi hubungan tersebut dianggap sangat lemah atau sangat rendah sehingga hubungan tersebut itu diabaikan atau tidak dianggap
0,20-0,40	Antara variabel X dan Y terdapat hubungan yang lemah atau rendah
0,40-0,70	Antara variabel X dan Y terdapat hubungan yang sedang
0,70-0,90	Anatara variabel X dan Y terdapat hubungan yang kuat
0,90-1,00	Antara variabel X dan Y terdapat hubungan yang sangat kuat

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Penelitian

1. Profil Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang didirikan dengan Keputusan Presiden Nomor 50 tanggal 21 Juni 2004. Dengan dasar gagasan para tokoh Jawa Timur dalam mendirikan Perguruan Tinggi di bawah naungan Departemen Agama, dimana IAIN Cabang Surabaya didirikan dengan Surat Keputusan (SK) Menteri Agama Nomor 17 Tahun 1961 yang mempunyai tugas memajukan Fakultas Syari'ah di Surabaya dan Fakultas Tarbiyah di Malang.

Dalam perkembangannya dengan dasar SK Menteri Agama No. 20 Tahun 1965, Perguruan Tarbiyah Malang menjadi Universitas cabang IAIN Sunan Ampel. Kemudian Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 11 Tahun 1997 mengubah fakultas Tarbiyah Malang, IAIN Sunan Ampel, menjadi Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang. Sejak itu, STAIN Malang berkembang menjadi universitas Islam yang otonom. Selain dari itu, diterbitkan juga Keppres Republik Indonesia No. 50 dalam tanggal 21. HA Malik Fadjar, M.Sc atas nama Presiden dalam tanggal 8 Oktober 2004 dengan tugas pokok menyelenggarakan program pendidikan tinggi di bidang keislaman. agama dan ilmu umum. 21 Juni 2004 dengan demikian menjadi hari lahir resmi universitas ini.

Secara kelembagaan UIN ini memiliki 7 fakultas, yakni 1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan yang memiliki Jurusan Pendidikan Agama Islam, Ilmu Pengetahuan Sosial (IPSO), Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Jurusan Pendidikan Bahasa Arab, Jurusan Manajemen Pendidikan Islam, Jurusan Pendidikan Guru Raudhatul Athfal, Tadris Matematika serta Tadris Bahasa Inggris, 2) Fakultas Syariah, memiliki Jurusan Al-Ahwal Al-Syakhshiyah, Hukum Bisnis Syariah serta Hukum Tata Negara, 3) Fakultas Humaniora memiliki Jurusan Bahasa dan Sastra Arab serta Jurusan Sastra Inggris, 4) Fakultas Psikologi, 5) Fakultas Ekonomi, memiliki Jurusan Manajemen, Akuntansi, D-III Perbankan Syariah serta S-1 Perbankan Syariah, 6) Fakultas Sains dan Teknologi, memiliki Jurusan Matematika, Biologi, Kimia, Fisika, Teknik Informatika serta Teknik Arsitektur, 7) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, memiliki Jurusan Pendidikan Dokter serta Farmasi.

UIN Malang ialah implikasi dari model pengembangan keilmuan yang mempunyai ciri lain yakni seluruh civitas akademiknya wajib menguasai bahasa Arab dan bahasa Inggris sebab diharapkan melewati bahasa Arab ini bisa melaksanakan kajian Islam dengan sumber aslinya yakni Al-Qur'an dan Sunnah. Selain bisa berkomunikasi secara global, kamu juga bisa belajar ilmu umum dan modern dalam bahasa Inggris. Untuk universitas ini dikenal sebagai universitas bilingual, yang

mempunyai tradisi panjang antara universitas dan ma`had ataupun pesantren.

Program pendidikan yang dicanangkan oleh perguruan tinggi dirancang untuk menghasilkan lulusan yang dianggap intelektual dan/atau intelektual profesional. Ciri utama citra lulusan tidak hanya penguasaan ilmunya sendiri atas pilihannya sendiri, tetapi juga penguasaan Al-Qur'an dan Hadits sebagai sumber utama ajaran Islam. Selain itu, universitas ini juga telah mengadopsi semboyan "Ulul Albab", yang akan dilaksanakan melewati program pendidikan dengan kriteria utama kedalaman spiritual, komitmen dalam akhlak mulia, keluasan ilmu serta kedewasaan profesional.

dalam 27 Januari 2009, Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono dengan bangga menamai universitas ini sebagai Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang beralamat di Jalan Gajayana No. 50 Dinoyo Malang. UIN Malang memiliki tekad untuk menyediakan lulusan yang memenuhi syarat untuk mengatasi berbagai tantangan baik itu dari masalah ekonomi, etika, politik, budaya, dan sebagainya, disebabkan hanya lulusan yang memiliki kualitas yang bisa menciptakan peluang kerja sendiri dan/ataupun bisa bersaing di ranah kerja lokal, nasional serta internasional.

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam tanggal 15 Agustus 2021 hingga 1 September 2021 dalam seluruh mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang masih aktif perkuliahan.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Jumlah subjek penelitian ini ialah 275 mahasiswa dari keseluruhan jumlah populasi 24.224 mahasiswa yang masih aktif berkuliah di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

4. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dipergunakan dalam mengetahui keberagaman dari responden yang didasarkan pada umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan pekerjaan. Perihal ini diharapkan bisa memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi dari responden

a. Umur

Tabel 4. 1 responden Berdasarkan Umur

		Umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	8	2.9	2.9	2.9
	18	57	20.7	20.7	23.6
	19	48	17.5	17.5	41.1
	20	65	23.6	23.6	64.7
	21	62	22.5	22.5	87.3
	22	20	7.3	7.3	94.5
	23	11	4.0	4.0	98.5
	24	2	.7	.7	99.3
	25	2	.7	.7	100.0
	Total		275	100.0	100.0

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Dari hasil analisis pada table 4.1 menampilkan bahwa dari 275 responden yang merupakan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh usia 17 tahun dengan jumlah 8 responden (2,9%), usia 18 tahun dengan jumlah 57 responden (20,7%), usia 19 tahun dengan jumlah 48 responden (17,5%), usia 20 tahun dengan jumlah 65 responden (23,6%), usia 21 tahun dengan jumlah 62 responden (22,5%), usia 22 tahun dengan jumlah 20 responden (7,3%), usia 23 tahun dengan jumlah 11 responden (4%), serta usia 24 dan 25 tahun masing-masing dengan jumlah 2 responden (0,7%). Sehingga dapat disimpulkan dalam penelitian ini mayoritas responden mempunyai rentang usia dari 20 tahun.

b. Jenis Kelamin

Tabel 4. 2 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	110	40.0	40.0	40.0
	Perempuan	165	60.0	60.0	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Dari hasil analisis pada tabel 4.2 menampilkan bahwa dari 275 responden yang merupakan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh laki-laki dengan jumlah 110 responden (40%) dan perempuan dengan jumlah 165 responden (60%). Sehingga bisa

disimpulkan dalam penelitian ini mayoritas responden ialah perempuan.

c. Fakultas

Tabel 4. 3 Responden Berdasarkan Fakultas

		Fakultas			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Akademi Farmasi	1	.4	.4	.4
	Ekonomi	20	7.3	7.3	7.6
	FITK	98	35.6	35.6	43.3
	Humaniora	16	5.8	5.8	49.1
	Psikologi	93	33.8	33.8	82.9
	Saintek	22	8.0	8.0	90.9
	Syariah	25	9.1	9.1	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Dari hasil analisis pada tabel 4.3 menampilkan bahwa dari 275 responden yang merupakan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh fakultas Akademi Farmasi dengan jumlah 1 responden (0,4%), fakultas Ekonomi dengan jumlah 20 responden (7,3%), fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan dengan jumlah 98 responden (35,6%), fakultas Humaniora dengan jumlah 16 responden (5,8%), fakultas Psikologi dengan jumlah 93 responden (33,8%), fakultas Sains dan Teknologi dengan jumlah 22 responden (8%), dan

fakultas Syariah dengan jumlah 25 responden (9,1%). Sehingga bisa disimpulkan dalam penelitian ini mayoritas responden fakultasnya ialah fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan.

d. Jurusan

Tabel 4. 4 Responden Berdasarkan Jurusan

		Jurusan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Akuntansi	9	3.3	3.3	3.3
	Bahasa dan Sastra Arab	9	3.3	3.3	6.5
	Biologi	8	2.9	2.9	9.5
	Farmasi	2	.7	.7	10.2
	Fisika	3	1.1	1.1	11.3
	HBS	3	1.1	1.1	12.4
	Hukum Ekonomi Syariah	11	4.0	4.0	16.4
	Hukum Keluarga Islam	9	3.3	3.3	19.6
	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	2	.7	.7	20.4
	Kimia	4	1.5	1.5	21.8
	Manajemen	9	3.3	3.3	25.1
	Matematika	4	1.5	1.5	26.5
	MPI	10	3.6	3.6	30.2
	Pendidikan Agama Islam	15	5.5	5.5	35.6
	Pendidikan Bahasa Arab	19	6.9	6.9	42.5
	Pendidikan PIPS	10	3.6	3.6	46.2
	Pendidikan Teknik Elektro	1	.4	.4	46.5
	Perbankan Syariah	2	.7	.7	47.3
	PGMI	18	6.5	6.5	53.8
	PIAUD	5	1.8	1.8	55.6
Psikologi	93	33.8	33.8	89.5	
Sastra Inggris	7	2.5	2.5	92.0	

Tadris Bahasa Inggris	18	6.5	6.5	98.5
Tadris Matematika	1	.4	.4	98.9
Tarbiyah Islamiyah	1	.4	.4	99.3
Teknik Informatika	2	.7	.7	100.0
Total	275	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Dari hasil analisis pada tabel 4.4 menampilkan bahwa dari 275 responden yang merupakan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh bahwasanya mayoritas responden ialah mahasiswa di Jurusan Psikologi.

e. Semester

Tabel 4. 5 Responden Berdasarkan Semester

		Semester			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	73	26.5	26.5	26.5
	10	1	.4	.4	26.9
	11	3	1.1	1.1	28.0
	2	1	.4	.4	28.4
	3	47	17.1	17.1	45.5
	4	3	1.1	1.1	46.5
	5	56	20.4	20.4	66.9
	6	2	.7	.7	67.6
	7	76	27.6	27.6	95.3
	8	3	1.1	1.1	96.4
	9	10	3.6	3.6	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Dari hasil analisis pada tabel 4.5 menampilkan bahwa dari 275 responden yang merupakan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diperoleh mayoritas responden ialah berada pada semester 7.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Reliabilitas dan Validitas

a. Uji Reliabilitas

Reliabilitas sebenarnya merupakan alat ukur untuk mengukur kuesioner, yang merupakan indikator dari variabel atau struktur. bilamana jawaban seseorang terhadap pernyataan tersebut konsisten atau stabil dari waktu ke waktu, maka kuesioner dikatakan reliabel [45]. Teknik uji reliabilitas yang digunakan ialah teknik cronbach alpha > 0.70 . bilamana nilai cronbach alpha $> 0,70$ maka pernyataan variabel reliabel, dan sebaliknya bilamana nilai cronbach alpha $< 0,70$ maka pernyataan variabel tidak reliabel [45].

Tabel 4. 6 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Strategi Coping

Reliability Statistics	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.733	16

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.6 diatas, didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* yaitu 0.733, maka bisa disimpulkan bahwasanya pernyataan dalam variabel strategi coping dalam kuesioner penelitian reliabel karena memiliki *Cronbach's Alpha* $> 0,70$ sehingga bisa dilanjutkan untuk dilakukan penelitian.

Tabel 4. 7 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kecemasan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.783	35

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.7 diatas, didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* yaitu 0.783, maka bisa disimpulkan bahwasanya pernyataan dalam variabel kecemasan dalam kuesioner penelitian reliabel karena memiliki *Cronbach's Alpha* $> 0,70$ sehingga bisa dilanjutkan untuk dilakukan penelitian.

b. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur validitas suatu kuesioner. bilamana pernyataan pada kuisisioner dapat mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner, maka kuisisioner tersebut dikatakan valid [45]. Untuk menilai efektif tidaknya suatu item alat dengan melihat nilai probabilitas dari koefisien korelasi. Pengukuran

uji validitas dapat dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel dengan derajat kebebasan (df) = n-2, dimana n ialah jumlah responden. Keefektifan alat pembanding ditentukan dengan membandingkan hasil perhitungan koefisien dengan nilai tabel koefisien pada taraf signifikansi 5% atau taraf kepercayaan 95%. Suatu Pernyataan atau Indikator dikatakan Valid bilamana:

1. bilamana nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka alat ukur yang dipergunakan valid
2. bilamana nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka alat ukur yang dipergunakan tidak valid

Tabel 4. 8 Hasil Uji Validitas Strategi Coping

Item	r hitung	Keterangan
1	0,388**	Valid
2	0,618**	Valid
3	0,547**	Valid
4	0,481**	Valid
5	0,523**	Valid
6	-0,113	Tidak Valid
7	0,033	Tidak Valid
8	0,346**	Valid
9	0,525**	Valid
10	0,176**	Valid
11	0,613**	Valid
12	0,619**	Valid
13	0,293**	Valid
14	0,099	Tidak Valid
15	0,459**	Valid
16	0,294**	Valid
17	0,471**	Valid
18	0,498**	Valid
19	0,337**	Valid
20	0,578**	Valid

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.8 diatas, memperlihatkan bahwa beberapa pernyataan variabel strategi coping dalam kuesioner penelitian ialah *Valid*. Terdapat item pertanyaan yang tidak valid yakni di item no 6, 7 dan 14. r_{tabel} dapat diketahui dengan derajat kebebasan (df) = $n-2$, dimana n merupakan jumlah sampel. Dengan jumlah sampel 96 dan tingkat signifikan 5%, maka diketahui nilai r table adalah 0,0994. Karena untuk item pertanyaan selain dari yang tidak valid (item no 6, 7 dan 14) memiliki nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu 0.0994 (nilai dari tabel signifikan untuk uji dua arah dengan (df) = $n-2$ dan signifikan 5%). Dengan demikian dapat disimpulkan beberapa item pernyataan kuesioner dari variabel strategi coping yang dipergunakan ialah *Valid* serta untuk item yang tidak valid (item no 6, 7 dan 14) tidak bisa dipergunakan dalam penelitian. Maka dalam penelitian ini untuk variabel strategi coping hanya menggunakan 17 item pernyataan yang valid saja.

Tabel 4. 9 Hasil uji Validitas Kecemasan

Item	r hitung	Keterangan
1	0,456**	Valid
2	0,530**	Valid
3	0,329**	Valid
4	0,081	Tidak Valid
5	-0,02	Tidak Valid
6	0,210**	Valid
7	0,449**	Valid
8	0,252**	Valid
9	0,477**	Valid

Item	r hitung	Keterangan
10	0,249**	Valid
11	0,293**	Valid
12	0,102	Tidak Valid
13	0,386**	Valid
14	0,259**	Valid
15	0,475**	Valid
16	0,153**	Valid
17	0,253**	Valid
18	0,081	Tidak Valid
19	0,455**	Valid
20	0,264**	Valid
21	0,346**	Valid
22	0,037	Tidak Valid
23	0,143*	Valid
24	0,073	Tidak Valid
25	0,355**	Valid
26	0,511**	Valid
27	0,344**	Valid
28	0,102	Tidak Valid
29	0,233**	Valid
30	0,072	Tidak Valid
31	0,08	Tidak Valid
32	0,473**	Valid
33	0,211**	Valid
34	0,382**	Valid
35	0,348**	Valid
36	0,268**	Valid
37	0,532**	Valid
38	0,489**	Valid
39	0,289**	Valid
40	0,198**	Valid
41	0,495**	Valid
42	0,468**	Valid
43	0,166**	Valid
44	0,187**	Valid

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.9 diatas, memperlihatkan bahwa beberapa pernyataan variabel kecemasan dalam kuesioner penelitian ialah *Valid*. Terdapat item pertanyaan yang tidak valid yakni di item no 4,

5, 12, 18, 22, 24, 28, 30 dan 31. r_{tabel} dapat diketahui dengan derajat kebebasan (df) = $n-2$, dimana n merupakan jumlah sampel. Dengan jumlah sampel 96 dan tingkat signifikan 5%, maka diketahui nilai r_{table} adalah 0.1986. Karena untuk item pertanyaan selain dari yang tidak valid (item no 4, 5, 12, 18, 22, 24, 28, 30 dan 31) memiliki nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} yaitu 0.0994 (nilai dari tabel signifikan untuk uji dua arah dengan (df) = $n-2$ dan signifikan 5%). Dengan demikian dapat disimpulkan beberapa item pernyataan kuesioner dari variabel kecemasan yang dipergunakan ialah *Valid* serta untuk item yang tidak valid (item no 4, 5, 12, 18, 22, 24, 28, 30 dan 31) tidak bisa dipergunakan dalam penelitian. Maka dalam penelitian ini untuk variabel kecemasan hanya menggunakan 35 item pernyataan yang valid saja.

2. Uji Deskriptif

Analisis statistik deskriptif memiliki tujuan menggambarkan ataupun menerangkan deskripsi data dari variabel-variabel yang akan dimasukkan dalam model penelitian. Hasil dari tabulasi data adalah kecemasan (Y), dan strategi coping (X). Kemudian diinterpretasikan dalam nilai minimum, maksimum, rata-rata dan standar deviasi untuk masing-masing variabelnya.

a. Strategi coping (X)

Strategi coping merupakan suatu proses untuk mengatur berbagai permasalahan dan lingkungan, untuk mengurangi ketidakseimbangan persepsi antara tuntutan keadaan yang menekan

dengan keahlian seseorang untuk memenuhi tuntutan tersebut. Berdasarkan data yang sudah diolah dengan menggunakan bantuan software SPSS 25, maka hasil analisis deskriptif untuk variabel Strategi coping (X) disajikan dalam tabel 4.10.

Tabel 4. 10 Hasil Analisis Deskriptif Variabel Strategi coping (X)

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Strategi Coping	275	29.00	71.00	57.1818	5.23635
Valid N (listwise)	275				

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Sesudah diketahui nilai mean dan standar deviasinya, lalu dilanjutkan dengan membuat kategori tinggi, sedang, serta rendah.

Rumus yang dipergunakan adalah sebagai berikut.

Variabel Strategi coping (X)

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= Mx + 1.SDx \\ &= 57,1818 + 5,23635 \\ &= 62,41815 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= \text{Diantara nilai tinggi dan rendah} \\ &= \text{antara nilai } 53,34401 \text{ dan } 62,41815 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= Mx - 1.SDx \\ &= 57,1818 - 5,23635 \\ &= 51,94545 \end{aligned}$$

Berikut merupakan hasil dari pengkategorian untuk variabel Strategi coping (X).

Tabel 4. 11 Kategorisasi Variabel Strategi coping (X)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	8.4	8.4	8.4
	Sedang	212	77.1	77.1	85.5
	Tinggi	40	14.5	14.5	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.11 didapatkan frekuensi variabel Strategi coping (X) yang terkategori rendah sebanyak 23 orang (8,4%), kategori sedang sebanyak 212 orang (77,1%), serta kategori tinggi sebanyak 40 orang (14,5%). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel Strategi coping (X) tergolong ke dalam kategori yang sedang dengan presentase sebanyak 77,1% atau setara dengan 212 orang.

b. Kecemasan (Y)

Kecemasan (anxiety) merupakan perasaan takut di dalam hati dimana seseorang merasa tertekan akan sesuatu hal yang membahayakan kehidupannya, kecemasan itu sendiri biasanya ditandai dengan beberapa gejala, seperti tidakberdaya, takut, khawatir, keputusasaan, perasaan yang tidak bisa dijelaskan dan merasa dalam kondisi yang sulit. Berdasarkan data yang sudah diolah dengan menggunakan bantuan software SPSS 25, maka hasil analisis deskriptif untuk Kecemasan (Y) disajikan dalam tabel 4.12.

Tabel 4. 12 Hasil Analisis deskriptif Variabel Kecemasan (Y)

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan	275	50	165	112.44	8.790
Valid N (listwise)	275				

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Sesudah diketahui nilai mean dan standar deviasinya, lalu dilanjutkan dengan membuat kategori tinggi, sedang, serta rendah.

Rumus yang dipergunakan adalah sebagai berikut.

Variabel Karakteristik Kecemasan (Y)

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= Mx + 1.SDx \\ &= 112,44 + 8,790 \\ &= 121,23 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= \text{Diantara nilai tinggi dan rendah} \\ &= \text{antara nilai } 121,23 \text{ dan } 67,59939 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= Mx - 1.SDx \\ &= 112,44 - 8,790 \\ &= 103,65 \end{aligned}$$

Berikut merupakan hasil dari pengkategorian untuk variabel Kecemasan (Y).

Tabel 4. 13 Kategorisasi Variabel Kecemasan (Y)

		Kategori Kecemasan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	9.5	9.5	9.5
	Sedang	223	81.1	81.1	90.5
	Tinggi	26	9.5	9.5	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

e

r: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.13 didapatkan frekuensi variabel Kecemasan (Y) yang terkategori rendah sebanyak 26 orang (9,5%), kategori sedang sebanyak 223 orang (81,1%), serta kategori tinggi sebanyak 26 orang (9,5%). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel Kecemasan (Y) tergolong ke dalam kategori yang sedang dengan presentase sebanyak 81,1% atau setara dengan 223 orang.

3. Uji Linieritas

Uji linearitas adalah uji yang digunakan untuk menjadi syarat setelah menentukan uji normalitas, uji inearitas mengetahui linear atau tidaknya distribusi data penelitian. Pengujian data tersebut menggunakan bantuan IBM SPSS 25 for windows dengan syarat jika nilai F hitungnya lebih besar dari F tabel maka terdapat hubungan yang linear.

Tabel 4. 14 Hasil Uji Linieritas

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Strategi	Between	(Combined)	2509.246	41	61.201	2.850	.000
Coping	* Groups	Linearity	1229.969	1	1229.969	57.275	.000
Kecemasan		Deviation from Linearity	1279.277	40	31.982	1.489	.038
	Within Groups		5003.663	233	21.475		
	Total		7512.909	274			

Sumber: Diolah dari data primer peneliti

Berdasarkan tabel 4.14 didapatkan nilai F hitung adalah 1,489 lebih kecil dari f tabel yakni 0,0039. Karena nilai f hitung ini lebih besar dari f tabel maka dapat disimpulkan bahwasanya ada hubungan linear antara variabel Strategi Coping dan variabel kecemasan.

4. Uji Korelasi

a. Strategi Coping Terhadap Kecemasan Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Hipotesis yang hendak di uji kebenarannya pada penelitian ini ialah hubungan antara strategi coping dengan tingkat kecemasan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Dalam penelitian ini peneliti merumuskan satu macam hipotesis yaitu (H_a): Terdapat hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Uji hipotesis dalam penelitian ini mempergunakan korelasi product moment dengan bantuan dari program SPSS versi 25 dengan dua kriteria pengujian yaitu berdasarkan nilai signifikansi dan berdasarkan r hitung. Jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 dan r hitung lebih besar dari r tabel maka H_a diterima, yang memiliki arti terdapat hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Berikut ini merupakan hasil uji korelasi antara variabel strategi coping dan kecemasan.

Tabel 4. 15 Uji Korelasi Strategi Coping dan Kecemasan

		Kecemasan	Strategi Coping
Kecemasan	Pearson Correlation	1	.405**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	275	275
Strategi Coping	Pearson Correlation	.405**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	275	275

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan uji korelasi di atas, nilai koefisien korelasi antara variabel kecemasan dan strategi coping sebesar 0,405 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,405 >$ dari rtabel 0,0994 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Lalu untuk koefisien determinasi kecemasan terhadap strategi coping dapat diperoleh dengan rumus $r \times r \times 100\% = 0,405 \times 0,405 \times 100\% = 16,40\%$.

b. *Problem Focused Coping* Terhadap Kecemasan Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Peneliti melakukan uji korelasi antara *problem focused coping* dan kecemasan memperoleh hasil data dengan bantuan SPSS versi 25 *for Windows* sebagai berikut:

Tabel 4. 16 Uji Korelasi *Problem Focused Coping* dan Kecemasan

		Kecemasan	Problem Focused Coping
Kecemasan	Pearson Correlation	1	.345**
	Sig. (2-tailed)		.000

	N	274	274
Problem Focused	Pearson Correlation	.345**	1
Coping	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	274	274

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 4.16 diketahui bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel strategi coping *problem focused coping* dan kecemasan sebesar 0,345 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,345 > 0,0994$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *problem focused coping* (X) dengan kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

c. *Emotion Focused Coping* Terhadap Kecemasan Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Peneliti melakukan uji korelasi antara *emotion focused coping* dan kecemasan memperoleh hasil data dengan bantuan SPSS versi 25 *for Windows* sebagai berikut:

Tabel 4. 17 Uji Korelasi *Emotion Focused Coping* dan Kecemasan

		Kecemasan	<i>Emotion Focused Coping</i>
Kecemasan	Pearson Correlation	1	.340**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	274	274
<i>Emotion Focused Coping</i>	Pearson Correlation	.340**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	274	274

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel 4.17 diketahui bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel strategi coping *emotion focused coping* dan kecemasan sebesar 0,340 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,340 > 0,0994$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *problem focused coping* (X) dengan kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

5. Uji Tambahan

a. Aspek Pembentuk Utama

1) Strategi Coping

Strategi Coping disusun berdasarkan teori Lazarus & Folkman (University of California, San Fransisco) Carver *et al* (1989) yang terdiri dari 2 aspek yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Faktor pembentuk utama dari variabel strategi coping berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut

$$a) \textit{Problem focused Coping} = \frac{6716}{13734} = 0,49$$

$$b) \textit{Emotion focused coping} = \frac{7018}{13734} = 0,51$$

Tabel 4. 18 Faktor Pembentuk Utama Variabel Strategi Coping

Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Hasil
<i>Problem Focused Coping</i>	6716	13734	49 %
<i>Emotion focused coping</i>	7018		51 %

Berdasarkan tabel 4. 18 dapat diketahui bahwa faktor pembentuk utama dari variabel strategi coping adalah aspek *emotion focused coping* dengan persentase sebesar 51% dan *problem focused coping* memiliki persentase 49%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang lebih cenderung menggunakan strategi coping *emotion focused coping* atau berusaha meredam dan mengelola emosi.

2) Kecemasan

Kecemasan memiliki 3 aspek pembentuk yaitu respon perilaku, respon kognitif, dan respon afektif. Faktor pembentuk utama dari variabel kecemasan berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut

- a) Respon Perilaku $= \frac{8124}{24839} = 0,33$
- b) Respon Kognitif $= \frac{10501}{24839} = 0,42$
- c) Respon Afektif $= \frac{6214}{24839} = 0,25$

Tabel 4. 19 Faktor Pembentuk Utama Variabel Kecemasan

Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Hasil
Respon Perilaku	8124	24839	33 %
Respon Kognitif	10501		42 %
Respon Afektif	6214		25 %

Berdasarkan Tabel 4.19 diketahui bahwa aspek pembentuk utama kecemasan adalah respon kognitif dengan persentase sebesar 42% dan yang terendah pada aspek respon afektif dengan persentase 25%. Hal ini menunjukkan bahwa apabila mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kecemasan, maka reaksi yang sering muncul adalah respon kognitif dan tidak cenderung mengeluarkan respon afektif.

b. Analisis Perbedaan Berdasarkan Jenis kelamin

Analisis perbedaan dilakukan menggunakan uji pembeda atau independent sample T-Test dengan bantuan program SPSS versi 25 *for windows* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata sampel antara laki-laki dan perempuan

1) Perbedaan Strategi Coping Berdasarkan Jenis Kelamin

Analisis telah dilakukan menggunakan SPSS versi 25 *for windows* pada Strategi Coping mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memperoleh hasil sebagai berikut

Tabel 4. 20 Mean Skor Strategi Coping Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah responden	Mean Skor	Signifikansi	Keterangan
Laki Laki	110	49.05	t = -2.694 p = 0.008	Tidak Signifikan
Perempuan	165	50.84		

Berdasarkan tabel 4.20 diketahui bahwa strategi coping memiliki nilai sig (2-tailed) sebesar $0.008 > 0.005$ sehingga dikatakan bahwa tidak ditemukan perbedaan strategi coping yang signifikan antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

2) Perbedaan Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Analisis telah dilakukan menggunakan SPSS versi 25 *for windows* pada kecemasan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 21 Mean Skor Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah responden	Mean Skor	Signifikansi	Keterangan
Laki Laki	110	88,19	t = -3.853 p = 0.000	Signifikan
Perempuan	165	92,30		

Berdasarkan tabel 4.21 diketahui bahwa mean skor laki-laki ($M = 88,19$) dan perempuan ($M = 92,30$) dengan nilai sig. (2-tailed) $0.000 < 0.005$ sehingga dikatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang laki-laki dan perempuan.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penjelasan secara empiris mengenai hubungan antara strategi coping dengan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Subjek penelitian yang digunakan

adalah mahasiswa yang menjalani perkuliahan secara daring di masa pandemi.

1. Gambaran Strategi Coping pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Menghadapi Pandemi Covid Corona

Strategi coping merupakan cara yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri terhadap perubahan, dan respon terhadap situasi yang mengancam (Anggraini dan Yuniar 2012). Kemampuan coping diperlukan oleh mahasiswa untuk menghindari kecemasan dan bertahan dalam lingkungan baru. Strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menghadapi kecemasan sangat beragam tergantung dari masalah yang dihadapi (Eva & Erna 2017).

Hasil survey awal menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menggunakan strategi coping dengan jenis *problem focused coping*. *Problem focused coping* menurut (Lazarus dan Folkman, 1984) adalah strategi yang digunakan dalam menyelesaikan masalah, seperti mendefinisikan suatu masalah, menghasilkan solusi alternatif, mempertimbangkan alternatif secara efisien, memilih alternatif dan bertindak, strategi *problem focused coping* berorientasi pada penyelesaian masalah.

Berdasarkan tabel 4.11 didapatkan bahwa variabel Strategi Coping tergolong ke dalam kategori yang sedang dengan presentase sebanyak 81,1% atau setara dengan 223 orang. Hasil penelitian ini didukung oleh Fazmi (2021), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar

subjek memiliki strategi coping dalam kategori sedang dengan jumlah 136 orang dengan persentase sebesar 78,61%. Dan penelitian Hanifah dkk (2020) yang menunjukkan pula bahwa sebagian besar subjek memiliki strategi coping dalam kategori sedang dengan jumlah 43 orang dengan persentase sebesar 51,2%.

Aspek pembentuk utama dari strategi coping mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan strategi coping *emotion focused coping* dibandingkan dengan *problem focused coping*. *Emotion focused coping* diartikan sebagai suatu strategi untuk menghilangkan stres dengan cara pengalihan fokus. Sehingga mahasiswa akan melakukan suatu hal yang membuatnya sedikit melupakan masalah atau beban yang sedang dialami. Hal ini sejalan dengan hasil survey awal yang telah dilakukan dimana mahasiswa mengatakan bahwa ketika mengalami stres maka hal yang dilakukan untuk mengalihkan rasa kekhawatiran yaitu dengan menonton film, membantu orang tua, hingga melakukan segala bentuk aktivitas yang disukai.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara strategi coping laki-laki dan juga perempuan. Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang laki-laki dan perempuan cenderung menggunakan *emotion focused coping*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Thahir (2014) yang menyatakan bahwa tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara

strategi coping laki-laki dan perempuan di Fakultas Tarbiah IAIN Raden Intan Lampung. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan. Rahman, dkk (2019) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa laki-laki lebih cenderung menggunakan *problem focused coping* sedangkan perempuan *menggunakan emotion focused coping*.

Menurut Hamilton & Fagot (dalam Rahman, 2019) laki-laki cenderung menggunakan *problem focused coping* karena laki-laki memiliki lebih banyak berpikir menggunakan logika dibandingkan dengan emosional atau perasaan saat menyelesaikan suatu permasalahan. Sedangkan perempuan akan lebih mendahulukan perasaan emosional sehingga perempuan cenderung lebih mengatur atau mengelola emosi atau yang disebut sebagai *emotion focused coping*. Penelitian yang dilakukan oleh Permaityas (dalam Apneri, 2015) menyebutkan bahwa strategi *coping emotion focused coping* tidak dapat dipisahkan dari *problem focused coping*. Hal tersebut terjadi karena meskipun seseorang mengalihkan suatu masalah, tidak membuatnya mengabaikan masalah yang dihadapi dengan tetap mencari solusi dari permasalahan.

2. Gambaran Kecemasan pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Menghadapi Pandemi Covid Corona

Kecemasan (*anxiety*) merupakan perasaan takut di dalam hati dimana seseorang merasa tertekan akan sesuatu hal yang membahayakan kehidupannya, kecemasan itu sendiri biasanya ditandai dengan beberapa

gejala, seperti tidakberdaya, takut, khawatir, keputusasaan, perasaan yang tidak bisa dijelaskan dan merasa dalam kondisi yang sulit.

Kecemasan merupakan suatu tanda peringatan kepada individu. Hal ini menyebabkan tekanan pada individu dan menjadi dorongan pada individu termotivasi untuk memuaskan. Tekanan ini harus dikurangi. Kecemasan memberikan peringatan kepada individu bahwa ego sedang dalam ancaman dan oleh karena itu apabila tidak ada tindakan maka ego akan terbangun secara keseluruhan. Ada berbagai cara ego melindungi dan mempertahankan dirinya. Individu akan mencoba lari dari situasi yang mengancam serta berusaha untuk membatasi kebutuhan impuls yang merupakan sumber bahaya. Individu juga dapat mengikuti kata hatinya. Atau jika tidak ada teknik rasional yang bekerja, individu dapat memakai mekanisme pertahanan (*defence mechanism*) yang non-rasional untuk mempertahankan ego (Andri, 2007).

Menurut survey awal (20/06/2020) yang dilakukan peneliti pada 50 responden, mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang selama masa pandemi mengalami kecemasan terbesar pada aspek akademik dengan presentase sebanyak 27,5%, diikuti dengan kecemasan pada aspek ekonomi dengan presentase sama tingginya sebanyak 27,5%, kemudian kecemasan pada aspek Kesehatan sebanyak 23,5% dan yang terakhir kecemasan pada aspek sosial 15,7%. Dari hasil survey awal yang didapatkan, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa UIN Maulana

Malik Ibrahim Malang mengalami kecemasan terbanyak pada aspek akademik.

Berdasarkan tabel 4.13 didapatkan bahwa variabel Kecemasan tergolong ke dalam kategori yang sedang dengan presentase sebanyak 77,1% atau setara dengan 212 orang. Hasil penelitian ini didukung oleh Yulianti (2021), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar subjek memiliki kecemasan dalam kategori sedang dengan jumlah 74 orang dengan persentase sebesar 65,5%. Dan penelitian Fazmi (2021) yang menunjukkan pula bahwa sebagian besar subjek memiliki kecemasan dalam kategori sedang dengan jumlah 98 orang dengan persentase sebesar 56,65%.

Aspek yang menjadi pembentuk utama dari kecemasan merupakan respon kognitif dengan persentase sebesar 42% dan yang terendah yaitu aspek respon afektif dengan persentase 25%. Hal ini menunjukkan bahwa Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang akan cenderung mengeluarkan respon kognitif ketika sedang merasa cemas. Respon kognitif akan membuat mahasiswa tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, mudah lupa, kreativitas dan produktifitas menurun dan bahkan mengalami kesulitan untuk tidur. Sedangkan untuk aspek terendah yaitu respon afektif menunjukkan bahwa mahasiswa masih bisa mengurangi atau mengatasi rasa tegang, gelisah, dan gugup yang dialami ketika sedang mengalami kecemasan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan yang dialami oleh mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan mean skor laki-laki ($M = 88,19$) dan perempuan ($M = 92,30$) dengan nilai sig. (2-tailed) $0.000 < 0.005$. berdasarkan nilai mean skor tersebut diketahui bahwa perempuan memiliki kecenderungan kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputro (2007) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kecemasan laki-laki dan perempuan pada siswa SMA Negeri 1 Sewon. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa perempuan memiliki kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Burn (dalam Safaria & Saputra, 2009) menyatakan bahwa kecemasan yang dialami oleh seseorang terjadi karena adanya proses berpikir, bukan peristiwa yang dialami. Dengan begitu, kecemasan yang dialami oleh perempuan diakibatkan oleh banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi. Tuntutan tersebut meliputi diantaranya sebagai seorang pelajar, tuntutan menyelesaikan tugas perkembangan, maupun tuntutan lingkungan. Seorang perempuan muda mengalami kecemasan karena cenderung kesulitan dalam mengatasi permasalahan sehari-hari dan merasa takut untuk melakukan sesuatu. Kesiapan laki-laki dan perempuan ketika mengalami suatu permasalahan cenderung berbeda, sehingga kecemasan yang dihasilkan juga berbeda. Hal tersebut berpengaruh terhadap proses

berpikir yang mengacu pada kesulitan berkonsentrasi, sulit membuat keputusan, dan munculnya perasaan khawatir.

Kecemasan dengan batas normal memiliki fungsi yang bermanfaat. Dimana seseorang akan senantiasa mempersiapkan diri ketika hendak melakukan sesuatu atau mengambil sebuah keputusan. Akan tetapi jika kecemasan yang terjadi diluar batas normal atau berlebihan, justru akan menimbulkan efek depresi, merasa tidakpunya harapan, dan putus asa. Kecemasan merupakan suatu respon yang muncul akibat proses berpikir yang sangat membawa pengaruh terhadap keberlangsungan hidup. Untuk itu, diperlukan antisipasi atau penanganan sebagai upaya pengurangan kecemasan pada mahasiswa.

3. Hubungan Antara Strategi coping dengan kecemasan Menghadapi Pandemi Covid Corona

Berdasarkan hasil analisis hipotesis yang telah dilakukan, nilai koefisien korelasi antara variabel kecemasan dan strategi coping sebesar 0,405 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,405 >$ dari rtabel 0,0994 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Lalu untuk koefisien determinasi kecemasan terhadap strategi coping dapat diperoleh dengan rumus $r \times r \times 100\% = 0,405 \times 0,405 \times 100\% = 16,40\%$.

Hipotesis dalam penelitian ini diterima yang berarti adanya hubungan positif antara strategi coping dan kecemasan dilihat dari hasil

yang ditemukan adalah 0,405. Semakin tinggi strategi coping yang dimiliki oleh mahasiswa di masa pandemi ini maka, semakin tinggi tingkat kecemasan yang akan dialami oleh mahasiswa tersebut. Hal ini didukung oleh penelitian milik Astiti dkk (2020) yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara strategi coping dan kecemasan dengan nilai koefisien 0,302 nilai signifikasni 0,05.

Sebaliknya apabila strategi coping yang dimiliki oleh mahasiswa dimasa pandemi Covid-19 ini rendah maka, semakin rendah tingkat kecemasan yang akan dialami mahasiswa tersebut. Mahasiswa akan lebih sulit menemukan titik permasalahan yang sedang dihadapi, hal tersebut akan berpengaruh pada proses pengambilan keputusan untuk penyelesaian sebuah masalah dimana mahasiswa tidak memiliki keyakinan untuk kemampuannya dalam menghadapi atau menyelesaikan permasalahan tersebut. Hal ini akan menumbuhkan emosi negatif yang dapat memicu munculnya kecemasan pada diri mahasiswa. Penelitian milik Permana, Harahap, Astuti (2016) juga memperkuat penelitian ini dengan menyebutkan bahwa tingkat kecemasan seseorang hanya akan meningkat apabila individu tidak yakin atas kemampuan yang dimiliki.

Hasil penelitian menyebutkan terdapat hubungan antara *problem focused coping* terhadap kecemasan mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan nilai koefisien sebesar 0,345 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,345 > 0,0994$. Mahasiswa dengan kemampuan *problem*

focused coping yang baik akan memiliki kemampuan untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapi. Mahasiswa akan menganggap bahwa kondisi yang menekan dirinya dan membuat dirinya merasa cemas akan mudah untuk dilalui. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Pradana & Susilawati (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *problem focused coping* merupakan bagian penting yang dapat menurunkan kecemasan pada mahasiswa

Selain itu, *emotion focused coping* juga memiliki hubungan dengan kecemasan pada mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang dibuktikan dengan nilai koefisien sebesar 0,340 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Dikarenakan harga signifikansinya $0,000 < 0,05$ dan rhitungnya $0,340 > 0,0994$. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indra, S., dkk (2020) yang menyebutkan bahwa *emotion focused coping* dapat mereduksi keemasan di masa pandemi. *Emotion focused coping* merupakan strategi yang dilakukan untuk mengurangi emosi negatif yang memicu munculnya kecemasan. *Emotion focused coping* ini dapat dimanfaatkan dan difokuskan untuk melakukan pengembangan diri sehingga dapat menghasilkan tingkah laku yang positif dan terarah.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif diperoleh bahwa variabel strategi coping tergolong ke dalam kategori yang sedang sehingga dapat diartikan bahwa mahasiswa cenderung melakukan proses mengelola stress yang dihadapi
2. Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif diperoleh bahwa variabel kecemasan tergolong ke dalam kategori sedang yang menunjukkan mahasiswa cenderung mengalami perasaan secara campuran seperti ketakutan dan keprihatinan akan masa yang akan datang tanpa sebab
3. Berdasarkan hasil analisis hipotesis yang telah dilakukan, nilai koefisien korelasi antara variabel kecemasan dan strategi coping sebesar 0,405 dengan nilai sig. (2-tailed) sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara strategi coping (X) dengan tingkat kecemasan (Y) mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Saran

Adapun saran yang ingin disampaikan yaitu:

1. Mahasiswa di masa pandemi Covid-19
Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penting untuk mengatasi kecemasan mahasiswa di kelas selama pandemi melalui strategi coping

yang tepat. Hal ini dikarenakan kecemasan dan strategi coping memiliki hubungan yang penting, sehingga siswa akan belajar lebih baik di masa pandemi Covid-19. Selain itu, saya berharap agar mahasiswa dapat terus mengontrol emosinya, menjaga kondisi mentalnya tetap stabil, dan menghindari hambatan psikologis lainnya..

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Proses penyebaran data dengan menggunakan *google form* perlu dilakukan secara berhati-hati karena seringkali subjek melakukan pengisian kuisisioner berulang yang disebabkan kendala jaringan atau sistem. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu lebih teliti dalam menyusun data yang diperoleh serta memberikan kriteria subjek yang lebih detail mulai dari segi usia, jurusan dan angkatan

DAFTAR PUSTAKA

- Alloy, dkk. (2005). *Abnormal Psychology. Current perspective*. New York: McGraw-Hill.
- Anggraini & Yuniar. (2012). *Perbedaan Psychologica Well-Being Pada Penderita Diabetes Madya Ditinjau Dari Strategi Coping*. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*. 1 (2), 86-93.
- Annisa, D., & Ifdil. (2016) *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*. *Jurnal Konselor Universtas Padang*. 5 (2), 93-99.
- Ardi, T.A. (2012) *Kesehatan Mental Islami*. Bandung: Karya Putra Darwanti
- Arikunto, S. (2013). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Astiti, Eva., Ipak Rahmawati. Erna., Nur Aini. Siti,. (2015) *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Universitas Muhammadiyah Jember*. *Repository.unmuhjember*
- Astiti, Eva., Rahmawati, Erna Ipak., Nur'aini, Siti. *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Universitas Muhamadiyah Jember*
- Blackburn, I.M. & Davidson, K.M. (2006). *Cognitive Therapy For Depression And Anxiety*. Terjemahan. Semarang: IKIP Semarang Press
- Budiyanti, Eka. (2020). *Dampak Virus Corona Terhadap Sektor Perdagangan Dan Pariwisata Indonesia*. *Bidang ekonomi dan kebijakan publik*. 12(4/II/ Puslit). 19-24
- Bustaman, Djumhana. (2005). *Integrasi Psikologi dengan Islam: Menuju Psikologi Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Fazmi, Nozadinda. (2021). Hubungan Antara Problem Focused Coping Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX di MTS Al-Hikmah. *Jurnal Hisbah*, 13(1), 51-68. R
- Folkman & Lazarus, R.S. (1985). *If It Changes It Must Be A Process: A Study Of Emotion And Coping During Three Stages A Collage Examination*. Journal of Personality And Social Psychology. 48:150-170
- Folkman & Lazarus, R.S., Gruen, R.J., & Logis, A. (1986). *Appraisal, Coping, Health Status, And Psychological Symptoms*. Journal Of Personality And Social Psychology. 5(3): 571-579
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Schetter, C. D., DeLongis, A., Gruen, R.J. (2006). *Dynamics Of A Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, And Encounter Outcomes*. Journal Of Personality And Social Psychology.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM. SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hanifah, Nezha., dkk. (2020). Strategi Coping Stress Saat Kuliah Daring Pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. 15(1).29-43.
- Ibrahim A. (2007). *Panik Neurologis Gangguan Kecemasan*. Jakarta: Dua As
- Indirawati, Emma. (2006). *Hubungan Kematangan Beragama dengan Kecenderungan Strategi Coping*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro. Vol 3 no.2

- Indra, Syaiful, dkk. (2020). Emotion Focused Coping dalam Mereduksi Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*. 3(2) 99-102
- Jatman, Darmanto. (2000). *Psikologi Jawa*, Yogyakarta: Yogyakarta Bentang Budaya, cet ke-2.
- Keliat, Budu Anna. (2011). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas*. EGC, Jakarta.
- Lazarus, RS Folkman, S. (1984). *Stress. Appraisal And Coping*. New york: Springer
- Meichati, S. (1983). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UM
- Murzaeni, Ifa. (2018). *Hubungan Strategi Coping Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia*. Program Studi S1 Keperawatan. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang. Dipublikasi
- Musri, Amalia. (2020). *Hubungan Konsep Diri Dengan Kecemasan Dalam Mematuhi Aturan Pada Santri Dayah Insan Qurani Sibreh Aceh Besar*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Dipublikasi
- Nevid, J.S, Spencer A.R., dan Beverley G. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Pradana, I. G. N. A, Susilawati. (2018). Peran Problem Focuse Coping dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Kecemasan Remaja SMA yang Akan Menempuh Ujian Nasional. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1-11
- Pratama, Selly Resty. (2018). *Hubungan Strategi Koping Dengan Tingkat Kecemasan Pada Orang Tua Anak Penderita Acute Lymphoblastic*

Leukimia Di Ruang Hematologi Onkologi RSUD Ulin Banjarmasin.

Program Studi Ilmu Keperawatan Dan Profesi NERS Sekolah Tinggi Ilmu

Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin. Dipublikasi

Pusvitasari, Putri., Arini Mifti Jayanti. (2021). *Strategi Coping dan Kecemasan*

Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Sosial

Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta. Jurnal Ilmiah Psikomuda

Connectedness. 1(2): 21-31

Putriana, Angela. (2018). *Kecemasan Dan Strategi Coping Pada Wanita Korban*

Kekerasan Dalam Pacaran. Jurnal Psikoborneo. 6(3): 453-461

Rahardjo, W., Mulyani, I., Andriani, I., Qomariyah, N. (2020). *Factors*

Influencing Employee's Quality of life dring COVID-19 Pandemic.

Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi, 5 (2). 164-174.

Rahman, Alfika, dkk. (2019). *Perbedaan Strategi Coping pada Pedagang Laki-*

Laki dan Perempuan di Pasar Penampungan. Universitas Negeri Padang,

1-11

Robianto, Ahmad. (2017). *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan*

Menghadapi Ujian OSCE Pada Mahasiswa Semester 2 Prodi Ilmu

Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda 2017. Prodi Ilmu

Keperawatan Stikes Muhammadiyah Samarinda. Dipublikasi

Sabir, A., & Phil, M. (2016). *Gambaran Umum Persepsi Masyarakat terhadap*

Bencana di Indonesia. Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial. 5 (3) 304-326

Safaria, T, Saputra, N.E. (2009). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas*

Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda. Jakarta: Bumi

Aksara

- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Rajawali Pers
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja Jilid 2 edisi 11*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, Dewie Retno Eka. (2007). *Perbedaan Tingkat Kecemasan antara siswa Laki-Laki dan Siswa Perempuan SMA Negeri 1 Sewon – Bantul Yogyakarta (Skripsi)*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta
- Sejati, Nurmantika Wiji & Prihastuti Rahmawati. (2012). *Tingkat Kecemasan Sarjana Fresh Graduate Menghadapi Persaingan Kerja Dan Meningkatnya Pengangguran Intelektual*. *Jurnal Psikologi Ilmiah*. 4(3):1-5
- Sijangga, W. N. (2010). *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Hipertensi*.
- Sijangga, Wylistik Noerma. (2010). *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan Pada Hamil Hipertensi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dipublikasi
- Sri Yuni Yulianti. (2021). *Hubungan antara Religiusitas dengan Kecemasan dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin*. Banjarmasin: Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.
- Stuart. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sudijiono, Anas. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raha Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan RnD*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sujadi, E. (2015). Konseling Pancawaskita untuk membentuk problem focused coping. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 3 (1): 7-15
- Suryabarata. Sumadi. (2001). *Psikologi Kepribadian*. Cetakan Ke-4. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka.
- Sutardjo, W. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama.
- Syaifudin, Nur Kholidin. (2015). *Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas XII MA Ruhul Amin Yayasan SPMMA (Sumber Pendidikan Mental Agama Allah) Turi di Desa Turi Kecamatan Turi Kabupaten Lamongan*. *Jurnal STIKes Muhammadiyah Lamongan*.
- Syarifah, M & Erika S.K. (2014). *Hubungan Pengaturan Emosi Positif Dengan Keemasan Menjelang Menopause Pada Perempuan Pekerja*. *Jurnal Humanistik*. Vol. 11 (2). 143-151.
- Thahir, A. (2014). Perbedaan Mekanisme Koping Antara Mahasiswa Laki-Laki dan Perempuan dalam Menghadapi Ujian Semester pada Fakultas Tarbiyah IAIN Raden Intan Lampung. IAIN Raden Intan Lampung
- Utami & Pratitis. (2013). Peran kreativitas dalam membentuk strategi coping mahasiswa ditinjau dari tipe kepribadian dan gaya belajar. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 2(3): 232-247
- Yenjeli, Lusi. (2010). *Strategi Coping pada Single Mother yang Bercerai*. *Jurnal Psikologi*. Jakarta: Universitas Gunadarma.

Yudiati, Erna Agustina., & Rahayu, Esthi. (2016). *Hubungan Antara Coping Stres Dengan Kecemasan Pada Orang-Orang Pengidap HIV/ AIDS Yang Menjalani Tes Darah Dan VCT (Voluntary Counseling Testing)*. Jurnal Psikodimensia. 15(2): 337-350

Yuwono, Susaatyo. (2010). Mengelola Stres dalam Perspektif Islam dan Psikologi. *Psycho Idea*, Vol. 1 (2): 14 -26

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner

Skala Strategi Coping

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya berdiskusi dengan teman untuk menyelesaikan masalah yang sedang saya alami saat pandemi covid-19 ini				
2.	Keluarga saya tidak tahu tentang masalah yang sedang saya hadapi di masa pandemi				
3.	Saya merasa malas ketika teringat masalah covid-19				
4.	Saya berkeyakinan bahwa masalah saya sedang saya hadapi akan segera berakhir				
5.	Saya membaca buku mencari literatur di media massa				
6.	Saya membuat lelucon tentang masalah yang sedang saya hadapi saat masa pandemi ini				
7.	Saya menerima kenyataan bahwa masalah yang sedang saya hadapi telah terjadi dan itu nyata di masa pandemi				
8.	Saya meminta orang lain untuk menyelesaikan masalah saya				
9.	Saya berusaha mencari dukungan emosional dari seseorang (teman, sahabat)				
10.	Ketika menghadapi masalah di masa pandemi ini, saya bercerita dengan teman atau sahabat				
11.	Saya berolahraga/ yoga/ teknik relaksasi untuk menenangkan pikiran di masa pandemi covid-19				
12.	Saya biasanya merokok, terlebih saat menghadapi masalah berat di masa pandemi covid-19				
13.	Saya merasa “mengapa hal ini terjadi pada saya?”				
14.	Saya mengurung diri atau menyendiri saat menghadapi masalah di masa pandemi				
15.	Saya menyelesaikan masalah tanpa berfikir terlebih dahulu				

16.	Saya tidak merasa tertekan dengan masalah yang saya hadapi				
17.	Saya berdo'a kepada Tuhan dan saya yakin bahwa Tuhan akan selalu menolong saya				
18.	Saya berusaha sekuat tenaga agar masalah cepat selesai				
19.	Saya melamun atau tidur atau tidur berlebih ketika sedang menghadapi masalah				
20.	Saya bersenang-senang (jalan-jalan, shopping, nongkrong, dll) ketika sedang menghadapi masalah				

Skala Kecemasan

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa Jantung saya berdetak kencang ketika mendengar berita covid-19				
2.	Konsentrasi saya buruk ketika mengingat kejadian buruk tentang covid-19 yang mewabah				
3.	Saya merasa terganggu oleh nyeri pada bagian tubuh saya				
4.	Saya merasa rileks ketika teman saya bercerita tentang kasus covid-19				
5.	Konsentrasi saya tetap fokus meskipun ingat suatu kejadian menyeramkan di masa pandemi covid-19				
6.	Saya merasa tenang mendengar kabar keluarga di rumah baik-baik saja di masa pandemi covid-19 ini.				
7.	Tangan saya gemetar ketika teringat kejadian tentang pasien covid-19				
8.	Akhir-akhir ini saya malas mengikuti kuliah daring masa pandemi				
9.	Saya tidak sabar memantau perkembangan grafik pasien sembuh covid-19 di indonesia				
10.	Kaki saya gemetar ketika mendengar pasien covid-19 melonjak				

11.	Walaupun dalam keadaan cemas karena takut terkena covid-19, saya dapat menciptakan ide-ide yang bagus				
12.	Saya tetap tenang meskipun banyak kabar buruk covid-19 di media sosial				
13.	Saya terkejut mendengar teman kuliah saya terkena covid-19				
14.	Mengerjakan tugas kuliah daring di masa pandemi covid-19 bukan suatu hal yang penting				
15.	Saya merasa gelisah ketika keluar rumah di masa pandemi covid-19				
16.	Saya bersikap biasa saja ketika berada di keramaian dan mewabahnya covid-19				
17.	Menurut saya, tidak semua mahasiswa yang tidak mengikuti kuliah daring di masa pandemi mendapat hukuman				
18.	Saya biasa saja ketika berkumpul di cafe di masa pandemi covid-19				
19.	Saya akan berbicara cepat ketika saya sedang tertekan di masa pandemi covid-19				
20.	Saya lupa dosen memberi saya tugas di perkuliahan daring				
21.	Saya berhati-hati ketika bertemu dengan orang lain, agar tidak bersentuhan di masa pandemi covid-19				
22.	Saya merasa santai ketika saya dalam keadaan yang senang dan berkumpul dengan teman di luar rumah di masa pandemi				
23.	Saya ingat memiliki tugas dari dosen saya di perkuliahan daring				
24.	Saya santai ketika teman saya mengajak salaman di masa pandemi covid-19 ini				
25.	Saya lebih suka berada di rumah dibandingkan berkumpul di cafe di masa pandemi covid-19				
26.	Saya takut tidak dapat mengendalikan diri ketika				

	diajak teman melanggar protokol kesehatan				
27.	Saya merasa bersalah ketika saya tidak memakai masker				
28.	Saya senang berinteraksi di luar rumah dengan teman-teman di masa pandemi covid-19 ini				
29.	Saya dapat mengendalikan diri mematuhi <i>social distancing</i>				
30.	Saya tidak merasa bersalah ketika saya melanggar jam malam yang diberlakukan di masa pandemi				
31.	Saya menghindari keramaian karena pandemi covid-19 sedang mewabah				
32.	Saya takut melihat berita covid-19 di TV				
33.	Saya malu ketika dosen memanggil nama saya karena tidak memperhatikan kuliah daring				
34.	Saya mencari solusi yang baik untuk mencegah covid-19				
35.	Saya tidak takut melihat perkembangan covid-19				
36.	Saya santai dan tidak memperhatikan kuliah daring				
37.	Jari tangan saya menjadi kaku ketika mendengar ambulance covid-19				
38.	Saya merasa takut melihat berita kematian karna covid-19				
39.	Otot-otot badan saya rileks karena sering olahraga dan <i>caring</i> di masa pandemi				
40.	Saya berusaha tenang ketika mendengar saudara saya kurang sehat di masa pandemi				
41.	Nafas saya sesak ketika terlalu takut dengan covid-19				
42.	Gagal dalam ujian daring membuat saya mimpi buruk				
43.	Saya merasa rileks ketika saya berpikir positif mengenai covid-19				
44.	saya bersikap santai meskipun belum berhasil dalam ujian daring ini				

Lampiran 2 Rekapitulasi Hasil Kuisisioner

Strategi Coping

No.	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Total
1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	47
2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	52
3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	4	1	4	4	1	4	3	57
4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	4	49
5	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	1	4	1	1	4	47
6	4	4	3	4	4	4	1	3	4	1	4	4	4	4	4	2	3	57
7	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	4	2	3	49
8	3	4	2	3	4	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	4	3	52
9	3	4	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	1	3	1	43
10	4	4	4	4	3	2	2	1	4	4	3	4	3	4	4	4	4	58
11	4	4	4	4	4	2	4	3	3	4	4	1	2	3	3	2	4	55
12	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	45
13	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	4	3	3	2	3	4	4	58
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	47
15	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	2	4	2	2	3	3	4	55
16	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	48
17	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	38
18	2	3	3	2	4	4	1	4	2	2	1	4	2	4	4	4	4	50
19	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	48
20	3	4	3	3	4	3	2	2	2	4	3	3	2	2	4	3	3	50

21	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	47
22	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	63
23	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	48
24	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	47
25	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	48
26	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	50
27	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	2	4	61
28	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	44
29	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	4	3	47
30	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	2	46
31	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	61
32	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	61
33	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	3	4	2	3	54
34	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
35	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	64
36	2	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	45
37	3	3	3	4	4	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	50
38	4	4	4	4	2	2	3	1	3	4	3	3	4	2	2	4	3	52
39	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	47
40	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
41	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	50
42	4	4	4	2	2	1	1	1	4	4	4	3	1	1	4	1	3	44
43	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	44
44	3	3	3	2	3	1	2	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	46
45	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	3	2	4	4	2	4	58

46	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	46
47	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	57
48	4	3	4	2	1	1	1	2	3	3	3	4	3	1	4	1	1	41
49	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	37
50	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	3	4	2	4	57
51	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	2	2	3	4	2	3	52
52	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	3	51
53	4	4	4	2	4	1	3	2	4	3	1	1	1	3	4	2	3	46
54	1	3	3	2	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	56
55	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20
56	2	4	2	2	4	4	1	2	3	4	2	4	3	2	3	2	2	46
57	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	46
58	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	4	3	3	4	3	3	49
59	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	48
60	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	48
61	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	43
62	3	4	4	2	3	4	3	3	4	4	2	4	2	4	3	3	4	56
63	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	45
64	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	48
65	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	48
66	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	43
67	3	4	4	3	3	1	4	3	4	4	3	3	2	1	3	1	3	49
68	1	4	3	2	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	49
69	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	49
70	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	1	2	2	2	4	2	4	52

71	2	4	1	4	4	4		1	4	3	4	4	2	4	4	2	1	48
72	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	54
73	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	4	2	50
74	1	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	56
75	4	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	1	3	2	3	48
76	4	4	4	2	3	1	3	3	4	4	4	2	1	1	4	1	4	49
77	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	1	3	3	3	3	2	3	54
78	4	4	4	2	3	1	3	2	4	4	3	2	1	1	4	1	4	47
79	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
80	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	58
81	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	3	4	2	3	51
82	4	4	3	3	4	1	4	2	4	4	2	3	3	3	4	1	4	53
83	2	4	3	2	3	4	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3	46
84	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
85	4	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	4	3	4	4	3	2	54
86	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	65
87	3	4	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	53
88	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	35
89	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
90	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	47
91	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	46
92	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	46
93	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	56
94	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	49
95	4	3	3	3	3	3	1	2	4	4	3	4	2	2	4	4	4	53

96	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	4	55
97	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	47
98	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	50
99	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	48
100	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	47
101	3	2	2		3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	40
102	1	2	4	2	3	2	3	1	4	4	4	3	2	2	4	4	4	49
103	2	4	3		4	3	3	4	4		3	4	4	3	3	2	3	49
104	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	3	2	3	3	4	3	3	56
105	3	4	4	4	4	2	4	2	4	4	3	4	2	4	4	2	4	58
106	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	51
107	3	3	4	4	4	3	4	1	4	4	2	4	2	3	3	3	4	55
108	4	4	4	4	4	3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	4	4	56
109	4	3	4	4	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	3	3	4	55
110	3	3	3	3	3	1	3	4	4	1	1	2	3	1	4	1	1	41
111	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	48
112	2	3	3	2	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	48
113	3	3	2	2	4	3	4	3	4	2	1	2	1	2	4	4	2	46
114	4	4	4	1	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	4	50
115	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	65
116	4	4	4	1	3	1	3	3	3	4	4	4	2	2	3	2	4	51
117	4	4	4	4	4	1	3	3	3	4	4	4	2	2	4	2	4	56
118	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	46
119	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	45
120	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	48

121	3	3	3	3	4	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	48
122	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	49
123	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	47
124	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	2	4	2	4	4	3	2	51	
125	3	3	3	3	3	2	2	1	4	3	1	3	3	3	3	3	3	3	46
126	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	50
127	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	4	1	3	1	4	1	3	52	
128	3	3	3	3	4	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	47
129	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	50
130	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	48
131	4	4	3	1	4	2	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	54
132	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	3	3	1	4	4	1	4	4	56
133	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	47
134	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	4	2	3	3	4	3	52	
135	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	60
136	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	45
137	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	2	53	
138	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	50	
139	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	58	
140	3	3	3	3	4	1	3	2	3	3	2	4	2	2	4	3	2	47	
141	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	4	43	
142	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	46	
143	3	4	3	3	4	2	4	4	3	4	2	4	2	3	3	3	2	53	
144	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	50	
145	3	4	4	3	3	1	2	3	4	4	4	3	2	3	4	2	4	53	

146	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	43
147	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	51
148	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	47
149	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	44
150	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	46
151	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	4	53
152	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	61
153	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	48
154	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	49
155	1	3	3	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	42
156	3	1	3	2	3	3	3	4	1	1	1	4	3	4	3	2	3	44
157	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	1	4	4	2	4	59
158	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	50
159	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	49
160	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	45
161	4	4	4	4	3	2	3	3	4	4	2	2	3	4	4	2	4	56
162	3	3	3		3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	47
163	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	48
164	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
165	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3	2	3	52
166	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	46
167	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	47
168	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	49
169	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	2	2	51
170	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	47

196	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
197	4	4	3	3	4	2	4	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	56
198	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	49
199	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	61
200	3	4	3	2	4	2	3	3	4	4	1	4	2	3	3	4	2	51
201	1	3	1	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	2	4	4	4	52
202	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	51
203	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	1	2	4	3	3	4	4	57
204	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	2	3	1	4	56
205	4	4	3	1	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	57
206	3	4	3	4	4	2	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	4	54
207	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	45
208	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	4	3	3	48
209	2	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	47
210	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	4	52
211	3	4	3	3	4	2	3	3	4	4	1	4	3	2	3	3	4	53
212	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	4	2	3	2	3	50
213	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	1	4	4	3	2	2	2	51
214	4	4	4	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	2	4	49
215	2	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	2	4	50
216	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	4	4	62
217	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	52
218	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	1	3	4	2	52
219	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	2	2	2	1	2	4	53
220	4	4	3	2	3	2	1	2	4	3	2	4	2	3	4	2	4	49

221	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	46
222	3	4	4	2	3	2	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	49
223	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50
224	4	4	4	4	4	3	2	2	3	4	4	3	2	3	4	2	3	55
225	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	4	54
226	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	2	2	4	4	3	57
227	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	50
228	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	1	2	3	3	3	4	4	48
229	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
230	3	4	4	4	4	2	4	2	3	4	3	3	2	1	3	4	4	54
231	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	45
232	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
233	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	45
234	3	3	3	3	1	4	2	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	51
235	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	48
236	3	4	3	2	4	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	51
237	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	2	3	50
238	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	46
239	4	4	4	4	3	1	4	2	4	4	3	4	1	4	4	4	4	58
240	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	44
241	2	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	50
242	4	4	4	2	4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	4	1	3	53
243	3	4	4	2	3	3	4	2	3	4	3	3	2	3	4	2	4	53
244	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	48
245	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	62

246	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	53
247	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	48	
248	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	42	
249	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	4	3	51	
250	3	3	2	3	4	4	4	2	4	4	3	4	2	2	3	2	4	53	
251	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	48	
252	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	1	2	4	2	4	57	
253	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	4	47	
254	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	51	
255	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2	3	3	3	2	46	
256	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	50	
257	3	3	3	2	1	1	2	2	3	4	4	1	1	2	3	2	4	41	
258	4	4	4	1	3	1	4	2	4	4	4	4	1	1	4	1	4	50	
259	3	4	3	3	4	3	4	2	4	4	1	3	2	2	4	1	4	51	
260	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	62	
261	3	4	4	4	4	2	3	2	3	4	2	4	2	3	4	1	3	52	
262	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3	3	2	1	3	4	3	4	51	
263	4	4	2	1	3	4	1	1	4	3	1	3	3	3	3	4	3	47	
264	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	46	
265	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	50	
266	3	1	3	3	3	1	1	4	1	1	1	1	1	1	3	1	1	30	
267	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	48	
268	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	4	2	2	4	2	3	49	
269	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	48	
270	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	45	

271	4	4	3	2	4	1	4	1	4	4	2	4	2	3	4	4	4	54
272	4	4	3	2	3	1	2	2	4	4	4	3	2	2	4	3	4	51
273	4	2	3	4	2	4	4	1	4	4	2	3	4	2	2	3	3	51
274	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	2	4	3	4	3	57
275	4	2	3	4	2	4	4	1	4	4	2	3	4	2	2	3	3	51

Kecemasan

No.	x1	x2	x3	x6	x7	x8	x9	x10	x11	x13	x14	x15	x16	x17	x19	x20	x21	x23	x25
1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	2	3	1	3	3	3	3	3	3
2	3	3	4	2	4	4	2	2	4	4	2	3	3	2	2	3	3	2	4
3	4	4	3	1	3	4	3	1	3	4	1	4	1	3	3	3	3	2	4
4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
5	1	2	3	4	1	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
6	1	1	4	4	1	4	3	4	4	3	1	2	3	2	1	2	3	4	3
7	3	3	3	4	2	4	3	2	3	4	1	3	3	2	2	4	4	2	3
8	3	2	1	4	2	3	3	2	3	4	1	3	1	3	2	3	4	3	4
9	2	3	2	4	1	4	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	3	3
10	2	2	2	4	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	2	1	3
11	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3
12	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3
13	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3
14	3	3	2	4	2	3	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	4

15	2	2	3	4	2	2	3	2	4	3	1	2	2	4	2	4	3	3	4
16	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3
17	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3
18	3	3	3	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	1	4	4	1	4
19	2	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	4
20	1	2	4	4	1	3	3	2	2	3	2	3	3	3	1	4	3	3	4
21	2	2	2	3	1	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	4
22	2	2	3	4	2	3	4	3	4	3	2	4	1	4	4	3	4	4	4
23	2	2	3	3	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3
24	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3
25	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3
26	2	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	3	1	3	1	3	3	3	4
27	3	4	3	4	3	2	3	1	4	4	2	4	1	3	1	3	3	4	4
28	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4
29	2	2	4	4	2	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	3	4
30	3	3	3	4	1	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	4
31	1	1	1	4	1	4	1	2	4	4	1	1	1	1	1	4	2	2	3
32	2	3	3	4	2	3	2	2	4	3	1	3	3	4	2	3	3	3	4
33	1	2	3	4	2	3	2	3	3	2	1	2	3	3	1	2	2	3	3
34	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	2	2
35	1	2	3	4	2	4	4	2	3	3	2	3	2	4	3	4	4	3	4
36	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3
37	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	4	1	3	2	2	3	3	4
38	1	1	2	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3
39	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3

40	3	3	2	4	2	4	3	1	4	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2
41	1	2	3	3	2	4	1	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3
42	2	2	2	4	3	4	4	1	4	3	1	3	1	2	1	2	3	3	4
43	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3
44	1	2	2	4	1	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3
45	2	3	4	4	3	2	3	1	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	4
46	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3
47	1	2	3	4	1	4	4	2	4	3	4	2	2	4	1	4	3	2	3
48	1	1	2	3	1	2	1	3	3	1	3	2	2	3	1	2	4	3	4
49	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
50	3	3	1	4	4	4	3	1	3	3	1	4	3	2	2	4	4	2	4
51	3	3	2	4	2	4	3	1	4	3	2	2	2	2	3	2	4	3	3
52	1	2	3	4	2	3	2	3	4	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3
53	2	3	4	4	4	1	3	1	3	3	1	3	2	3	3	3	4	4	4
54	1	2	4	4	1	2	3	1	4	2	1	3	2	1	1	4	1	1	4
55	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
56	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	4
57	2	3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
58	4	4	3	2	4	3	3	2	1	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3
59	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3
60	2	2	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3
61	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3
62	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	3	2	2	4	3	2	3
63	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3
64	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4

65	2	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2
66	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	3	4	2	4
67	2	4	2	4	2	4	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3
68	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	4	3	2
69	2	3	3	4	1	4	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	2	3	4
70	2	4	3	4	2	4	3	4	3	3	1	3	3	2	2	4	3	4	3
71	2	3	3	4	3	4	2	2	3	2	1	2	2	4	2	3	2	2	2
72	2	3	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	1	2	2	4	3	2	4
73	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	4
74	3	4	3	1	3	2	3	1	3	4	1	3	1	3	3	3	4	3	4
75	1	2	4	3	2	4	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3
76	2	2	1	4	2	3	3	2	3	3	1	3	1	3	2	1	3	4	4
77	2	4	4	4	2	3	4	3	3	2	2	2	3	3	2	4	4	2	4
78	2	2	1	4	2	1	3	1	4	3	1	3	1	3	1	1	4	4	4
79	1	2	1	4	4	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4
80	2	2	2	4	2	4	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3
81	2	3	3	4	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3
82	4	3	4	4	4	2	4	1	3	4	1	4	1	3	3	3	4	3	4
83	3	4	4	4	3	2	3	4	1	4	1	3	1	1	1	3	4	2	4
84	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
85	2	3	3	4	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3
86	4	4	3	4	2	4	3	2	4	4	2	2	1	3	2	2	4	4	4
87	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	1	3	1	2	3	3	3	2	4
88	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
89	3	2	2	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3

90	1	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3
91	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
92	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
93	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	4
94	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
95	3	3	2	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	4	1	4	4	2	4
96	2	2	3	4	2	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	4	3	4
97	3	2	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3
98	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	3	3	3
99	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4
100	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3
101	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3
102	1	1	3	4	1	3	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
103	3	3	3	4	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4
104	1	2	2	4	1	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2
105	3	3	4	4	3	4	3	2	3	4	1	4	1	2	3	2	3	3	4
106	3	3	4	4	3	4	4	2	2	3	1	3	3	2	3	3	4	2	4
107	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	4	4
108	2	2	3	4	2	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	4	4
109	1	2	3	4	2	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	4
110	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	2	3	2	3	3	3	3
111	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
112	2	2	1	4	1	4	1	2	3	3	3	1	3	3	1	4	1	1	1
113	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	4	3	2	3
114	1	2	2	4	2	4	3	1	3	3	1	3	1	3	1	2	3	3	4

115	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4
116	2	2	2	4	3	4	2	2	4	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2
117	2	2	2	4	3	1	2	2	4	2	1	2	3	3	2	4	3	3	4
118	1	2	2	4	2	2	2	3	3	1	1	1	3	4	1	2	2	3	4
119	3	1	1	4	2	3	2	1	3	3	2	3	3	4	2	2	3	3	4
120	1	3	2	4	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3
121	2	3	4	4	3	3	2	3	2	2	2	3	1	4	2	3	3	3	3
122	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3
123	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
124	1	1	3	4	3	4	3	3	3	2	1	2	2	4	3	3	3	2	3
125	2	2	3	4	2	4	3	3	3	3	1	3	3	2	2	4	3	2	3
126	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3
127	1	1	1	4	1	4	2	1	2	1	4	1	1	2	1	1	1	4	1
128	3	2	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	1	2
129	3	2	2	2	3	4	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3
130	3	3	4	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3
131	2	1	4	4	2	4	2	3	2	4	1	3	1	1	1	1	3	3	4
132	2	3	2	4	2	4	3	1	4	3	1	2	1	2	1	2	4	2	2
133	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	4
134	1	1	3	4	2	4	3	2	2	4	1	3	2	3	2	2	3	4	4
135	1	1	4	4	2	4	3	3	2	3	3	3	1	3	2	4	3	3	4
136	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4
137	2	2	3	4	2	2	3	3	2	3	2	1	2	4	1	3	3	3	3
138	2	2	2	4	2	3	3	1	3	4	2	3	3	2	2	4	4	2	4
139	3	4	2	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4

140	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	1	4	4	4
141	2	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2
142	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
143	1	1	1	4	1	4	2	3	2	4	1	1	2	3	1	3	3	2	4
144	1	1	1	4	1	4	1	2	3	1	2	1	3	3	2	4	3	2	3
145	2	3	1	4	1	3	3	3	3	4	1	2	3	3	1	3	4	3	2
146	2	2	2	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
147	2	3	2	4	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3
148	2	2	3	4	2	4	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	2	3
149	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3
150	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3
151	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	2	3
152	3	2	2	4	2	4	3	2	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	4
153	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3
154	1	1	3	4	2	4	1	3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2
155	2	2	3	4	2	4	3	3	4	2	1	2	3	4	2	3	3	1	3
156	2	1	1	3	2	4	2	2	2	2	1	1	1	2	4	3	4	3	2
157	3	4	3	4	2	4	3	2	3	4	2	4	1	3	2	1	4	4	4
158	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3
159	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
160	2	2	3	4	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	4
161	4	2	3	4	4	3	4	2	3	4	1	3	1	2	3	3	3	3	3
162	2	2	2	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	3	3	2	3
163	3	2	2	4	2	4	3	3	4	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3
164	1	4	1	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4	3	2	2

165	3	3	4	4	2	4	3	1	3	4	1	2	1	4	2	1	4	4	4
166	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3
167	1	2	2	4	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	4	3	4
168	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3
169	1	1	3	4	1	2	1	4	2	2	2	1	2	3	1	2	2	3	3
170	2	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3
171	2	2	2	3	2	4	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3
172	2	2	1	4	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3
173	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2
174	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3
175	3	3	2	4	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	4
176	2	2	3	4	3	4	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3
177	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
178	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	2	2	3	3	3
179	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	1	3	4
180	2	2	2	4	1	4	1	3	3	2	1	3	1	1	2	3	4	2	4
181	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4
182	2	2	4	4	2	1	2	1	3	4	1	1	1	3	3	1	4	4	4
183	3	3	1	4	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	1	3	3	4
184	2	2	1	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	3
185	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
186	3	3	2	4	3	4	3	1	4	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2
187	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2
188	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3
189	1	1	1	4	1	3	1	3	3	1	1	1	1	3	1	4	2	2	2

190	2	2	2	4	2	4	3	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3
191	1	1	1	4	1	1	2	3	3	4	1	4	1	2	2	4	4	2	4
192	1	1	2	4	1	4	1	4	1	1	1	1	1	3	1	4	1	1	2
193	3	3	2	3	2	4	3	3	4	2	2	4	3	3	2	2	3	3	4
194	2	2	2	4	2	3	2	1	3	2	1	4	1	4	1	3	4	2	4
195	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	2	4	3	2	3	3	3	2	4
196	2	2	2	4	1	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	2	3
197	2	4	3	4	1	4	3	3	2	3	2	1	3	3	2	4	2	1	3
198	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	4
199	4	4	2	4	3	4	4	2	4	4	1	4	3	2	3	4	4	3	4
200	2	2	2	4	2	4	4	1	2	4	1	3	1	3	2	2	3	3	4
201	4	2	1	4	1	4	4	4	2	4	3	1	1	1	1	1	2	4	2
202	2	2	3	4	2	3	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3
203	3	3	4	4	3	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	4	2	2	1
204	2	2	1	4	2	4	2	3	3	2	1	1	3	3	2	2	2	3	2
205	2	2	3	4	2	4	3	3	2	2	1	2	3	1	2	4	3	1	3
206	3	2	2	4	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	4
207	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3
208	2	2	1	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4
209	2	3	3	3	2	4	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4
210	1	2	2	4	2	1	2	2	3	3	1	2	3	2	1	2	3	3	2
211	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	1	3	2	2	3	2	4	3	4
212	4	3	3	3	2	4	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3
213	2	2	3	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3
214	1	1	2	4	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	3	4

215	1	2	1	4	1	3	2	3	3	3	1	2	2	1	2	3	2	1	3
216	3	2	4	4	2	4	3	2	2	4	1	3	3	1	3	2	3	4	2
217	2	2	2	4	2	1	3	2	3	3	1	3	1	2	2	2	3	4	3
218	1	1	1	4	3	2	2	2	3	3	1	2	3	3	2	3	4	3	4
219	3	3	3	4	2	4	3	1	3	1	3	3	2	2	2	4	4	1	4
220	2	2	3	4	2	2	2	2	3	2	1	2	3	3	2	2	3	3	4
221	2	2	2	4	2	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2	3	4	3	3
222	1	1	1	4	1	2	1	2	3	2	1	2	2	3	1	1	3	4	3
223	2	2	1	4	3	4	2	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	1	4
224	1	1	1	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3
225	2	2	3	4	3	4	4	2	3	4	1	3	1	3	2	3	3	2	3
226	1	1	1	3	1	3	4	3	4	1	2	1	1	2	3	2	2	2	2
227	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	4
228	2	2	2	4	2	3	3	4	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3
229	1	2	2	4	1	1	3	1	3	3	1	3	1	3	2	3	4	4	3
230	1	2	4	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	1	4	1	1	2
231	2	2	3	3	1	3	2	3	3	3	1	3	1	2	3	2	3	2	3
232	3	3	3	4	1	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2	4	3	4
233	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3
234	1	2	1	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	4
235	2	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3
236	4	4	4	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2
237	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	4	3	4
238	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	4
239	1	3	3	4	2	2	2	2	3	1	4	1	1	4	2	4	3	3	2

240	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3
241	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
242	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	4
243	2	3	3	4	1	2	3	3	3	4	1	2	3	3	2	2	3	3	4
244	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	4	3	3	3
245	2	2	4	4	2	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4
246	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	4
247	3	3	2	4	2	3	3	1	2	3	2	3	1	1	3	3	4	2	4
248	2	2	1	4	2	4	2	3	2	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3
249	2	2	4	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4
250	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3
251	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	4
252	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	3
253	1	2	1	4	1	4	2	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3
254	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3
255	2	3	2	4	1	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	3	3
256	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	3
257	1	2	2	4	1	4	2	1	4	3	1	2	2	2	2	3	3	2	4
258	3	2	2	4	2	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	2	1
259	3	3	4	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4
260	1	1	4	4	1	4	4	1	4	1	1	4	1	4	1	4	4	1	4
261	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	4
262	2	2	1	4	2	4	2	2	4	2	1	3	2	2	1	4	3	2	1
263	2	3	2	4	2	4	3	2	4	4	1	2	3	3	3	3	4	2	4
264	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3

2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	91
2	4	4	2	3	3	4	1	2	3	3	3	2	2	3	2	92
2	3	3	3	4	3	3	1	3	3	3	3	1	1	3	2	90
3	4	3	2	4	3	3	2	2	3	4	3	1	1	4	2	96
3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	92
2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	82
1	4	3	3	4	4	1	2	2	3	3	3	2	1	3	1	95
3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	95
2	4	3	2	3	4	2	2	1	3	4	2	1	2	2	2	90
2	3	3	1	2	3	3	2	1	2	3	3	1	1	3	3	83
4	4	4	2	3	4	3	1	2	3	2	3	2	2	3	1	103
3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	1	3	3	86
2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	87
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	92
3	4	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	89
3	3	3	3	4	4	4	1	3	3	4	2	4	3	2	1	103
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	94
2	4	4	2	2	3	3	2	1	2	3	3	1	2	3	1	86
3	3	3	2	3	4	3	2	1	3	3	2	2	1	3	2	96
2	2	2	1	4	2	3	1	1	1	4	4	1	1	4	4	76
2	4	3	3	4	3	3	1	2	2	4	3	2	3	2	1	96
2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	1	2	1	80
2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	87
3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	2	3	1	2	3	4	104
3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	95

4	4	4	3	3	4	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	98
2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	84
3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	87
3	2	3	3	3	2	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	94
2	3	3	1	3	2	3	3	1	1	2	3	1	1	3	3	79
2	1	4	1	4	4	4	2	1	1	4	3	1	1	3	3	88
2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	85
2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	1	1	3	2	78
3	4	3	2	4	3	2	1	2	2	3	3	2	1	4	1	98
3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	91
3	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	96
2	3	3	1	2	3	3	3	1	1	2	3	1	1	3	3	77
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	101
3	4	3	4	4	4	3	1	4	4	4	1	2	2	3	1	102
3	1	4	2	4	3	3	1	2	3	4	3	1	1	3	4	94
2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	3	3	86
1	4	4	3	4	4	3	1	1	3	4	3	1	1	3	1	96
2	4	4	1	4	4	4	3	1	1	4	4	1	1	4	4	88
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	38
3	4	4	2	4	4	3	2	2	2	3	3	1	2	3	1	97
3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	95
3	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	3	109
2	3	3	1	3	3	3	2	1	2	2	3	1	1	3	2	81
2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	84
3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	85

4	4	4	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	1	104
3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	89
3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	96
3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	1	3	1	1	90
2	3	4	3	3	3	4	2	1	2	3	3	2	1	3	1	85
4	4	4	2	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	97
2	4	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	92
2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	90
3	4	2	3	4	3	3	2	2	4	2	1	2	3	3	2	100
4	4	3	2	3	3	3	2	1	1	3	2	2	4	4	1	90
3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	1	1	2	1	91
3	4	3	2	4	3	4	1	2	3	3	3	1	3	3	2	98
3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	4	2	3	3	1	1	98
2	3	3	1	3	2	2	2	1	2	2	3	2	1	3	3	80
2	4	4	2	4	4	3	1	2	2	4	3	1	1	3	1	88
2	4	3	1	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	4	1	90
2	4	4	2	3	4	3	1	1	2	4	3	1	1	3	1	84
3	3	3	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	94
4	3	3	2	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	93
3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	1	1	3	2	90
4	3	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	3	2	1	1	106
4	4	3	3	4	4	2	2	2	3	1	1	2	3	3	1	94
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	103
3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	1	1	3	2	93
3	4	4	2	4	4	4	1	4	3	4	4	2	1	3	4	109

3	3	3	2	2	4	3	1	1	2	3	3	3	2	4	4	91
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99
2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	87
3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	83
2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	95
3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	93
3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	4	4	2	109
3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	87
4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	97
1	4	3	1	4	3	4	2	1	2	4	3	1	1	4	2	92
2	3	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	91
3	4	3	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	91
2	4	3	3	3	4	2	1	2	3	3	3	1	2	3	3	94
3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	92
2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	90
2	1	4	2	3	2	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	94
2	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	94
3	4	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	1	2	3	3	89
2	4	4	4	4	4	3	1	3	3	3	1	2	2	3	1	100
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	1	2	101
4	4	4	2	4	3	2	1	2	2	3	4	2	2	3	4	97
4	4	4	2	4	2	3	1	2	2	3	4	2	2	3	4	95
3	4	4	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	90
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	94
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	94

1	4	3	1	4	1	1	1	1	1	4	3	1	1	4	1	73
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	92
4	4	3	2	4	4	3	1	2	2	4	2	1	2	4	1	89
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	134
2	4	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	4	92
4	4	4	2	4	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	93
2	2	3	1	3	3	1	1	1	1	3	3	1	1	2	2	73
3	4	4	3	1	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	92
3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	91
2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	89
3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	2	91
3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	92
4	3	2	2	4	2	3	2	1	2	3	2	2	1	4	2	89
3	3	2	2	4	2	3	1	2	3	2	3	1	1	3	2	89
3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	92
2	1	4	1	4	1	4	1	1	1	4	4	1	1	4	2	70
3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	2	91
4	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	95
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	2	97
4	4	4	4	4	3	4	1	1	1	2	1	1	1	4	1	86
2	4	4	2	4	3	4	1	2	3	4	4	1	1	4	1	89
2	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	1	2	2	1	2	86
4	4	3	3	4	4	3	1	2	3	3	3	2	1	4	2	96
2	4	3	1	3	3	3	2	1	2	3	3	1	1	3	2	90
3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	96

3	4	4	2	4	3	4	2	1	3	2	2	1	1	1	2	87
4	1	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	2	2	95
3	4	4	3	4	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	105
2	3	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	1	4	2	89
3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	90
2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	88
1	4	4	1	3	4	3	2	1	1	3	2	1	1	3	3	80
4	4	3	1	3	3	3	2	1	1	3	3	1	1	3	3	81
2	3	3	1	3	4	3	1	1	2	1	3	1	1	4	3	85
3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	87
2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	92
2	4	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	92
2	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	90
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
3	3	3	2	2	3	4	2	2	3	4	3	2	3	3	2	100
3	4	4	1	4	4	2	1	2	2	4	1	4	1	3	1	90
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	98
2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	3	2	76
4	4	2	1	3	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	92
1	3	3	3	3	1	3	1	3	2	2	2	2	1	2	3	77
4	4	4	3	4	4	4	2	2	4	4	3	2	2	3	2	108
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	99
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	99
2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	1	3	2	88
3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	4	3	1	1	1	2	95

2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	88
2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	4	2	91
2	3	3	1	3	2	4	2	1	1	2	3	2	2	3	3	87
4	4	4	2	3	4	3	1	3	2	4	2	2	2	1	1	96
3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	98
3	4	4	3	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	95
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	91
2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	1	1	4	2	76
2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	83
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92
3	3	3	2	2	3	1	2	3	2	3	3	3	3	2	3	90
2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	85
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	90
3	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	1	2	2	2	1	90
2	3	3	2	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	2	90
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	103
3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	3	2	2	2	3	1	90
4	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	2	2	1	4	3	90
4	4	4	2	4	4	4	1	2	2	2	4	2	2	4	4	94
3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	4	4	2	1	4	3	97
4	4	2	2	4	4	4	1	1	4	4	3	3	1	4	1	93
3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	3	1	85
3	3	3	1	1	2	4	2	2	2	3	4	2	2	4	2	84
2	4	3	2	4	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	94
3	4	4	2	4	3	3	2	2	2	4	3	2	3	2	2	97

2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	83
3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	91
2	1	1	1	3	2	3	2	1	4	3	4	1	1	3	2	70
3	4	4	2	3	3	3	1	2	2	4	3	2	2	3	3	89
2	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	4	1	4	1	86
1	4	3	1	4	1	1	2	1	1	2	3	1	1	3	2	66
4	3	4	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	97
2	4	4	2	3	4	3	2	2	3	4	1	2	1	2	2	88
3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	100
2	3	3	2	4	3	3	2	1	2	3	3	1	2	3	4	88
4	4	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	2	1	3	3	94
3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	103
4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	3	4	2	1	114
3	4	3	3	3	4	3	2	2	3	3	4	2	2	2	2	94
1	1	4	1	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	75
4	4	4	2	4	3	3	1	2	2	3	3	2	1	3	2	92
2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	2	91
2	3	3	2	4	2	3	1	1	2	2	3	1	2	4	3	82
3	4	2	1	4	3	2	1	2	2	1	1	1	1	4	1	80
3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	4	3	96
2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	93
3	4	3	2	3	3	4	1	2	3	3	3	4	2	3	2	90
3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	3	2	2	2	2	1	93
2	2	3	1	3	3	3	1	1	2	4	2	1	2	3	1	75
3	4	4	4	4	4	4	1	2	4	3	3	2	3	3	2	106

2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	89
2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	88
3	4	4	2	4	3	3	1	2	2	2	3	1	1	3	2	88
3	3	4	2	4	3	2	1	1	2	3	2	1	1	2	2	76
2	4	4	2	4	2	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	86
2	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	1	82
2	4	4	1	4	4	3	1	1	1	4	3	1	1	3	1	85
2	4	4	2	4	4	4	2	2	2	4	2	2	2	4	3	99
3	4	3	2	3	3	2	1	2	2	3	4	2	2	3	1	87
2	4	3	2	2	4	4	2	2	2	3	3	2	2	1	2	89
1	4	4	1	3	3	4	1	1	1	3	3	1	1	3	3	75
3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	95
2	3	3	2	3	3	2	2	1	1	3	3	1	1	3	3	85
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	94
2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	2	2	1	1	3	3	67
3	4	3	2	4	4	3	2	2	2	2	3	1	1	2	1	88
4	4	4	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	3	2	92
3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	4	4	1	1	4	3	86
2	3	2	3	4	2	1	1	1	2	3	3	2	2	3	2	80
3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	85
2	4	3	2	4	3	2	1	2	3	2	3	1	1	3	1	88
3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	91
2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	1	4	4	86
3	4	3	2	4	3	3	1	2	2	3	3	2	2	2	2	94
3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	106

3	4	4	2	4	4	3	1	2	1	2	4	2	1	4	2	93
3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	96
3	4	3	1	4	3	4	1	2	4	3	4	3	1	4	1	92
2	4	4	2	4	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	89
2	4	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	88
4	1	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	4	2	97
2	3	4	2	4	3	2	1	1	2	3	4	1	1	4	4	92
3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	92
3	4	4	2	4	3	4	1	2	2	4	4	2	2	4	1	95
2	4	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	1	1	1	1	90
2	4	4	3	4	4	2	1	3	3	3	3	4	4	3	1	97
2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	1	3	2	84
2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	85
3	3	3	2	4	2	3	2	2	2	2	3	2	1	3	3	90
3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	90
3	4	4	2	4	3	3	1	3	3	3	1	2	1	4	1	93
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	88
2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	88
3	4	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	94
3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	1	1	86
2	2	4	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	1	3	1	84
2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	1	4	3	79
3	4	3	2	4	4	3	1	4	3	3	3	3	3	3	2	105
4	4	4	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	1	4	4	95
3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	4	4	2	2	4	3	95

3	3	3	2	4	2	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	84
3	3	3	2	4	4	3	1	1	4	3	3	1	1	3	1	95
2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	88
2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	3	2	84
1	1	3	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	50
3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	97
3	3	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	88
2	3	2	2	3	2	4	2	1	2	3	3	1	1	3	3	80
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	95
3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	3	2	1	1	3	1	87
2	4	3	1	3	3	4	1	1	1	3	3	1	1	4	3	85
3	1	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	1	91
4	4	4	2	4	3	1	1	2	2	4	2	1	1	3	2	88
3	1	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	1	91

Lampiran 3 Analisis Deskriptif

Kecemasan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan	275	50	165	112.44	8.790
Valid N (listwise)	275				

Kategori Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	9.5	9.5	9.5
	Sedang	223	81.1	81.1	90.5
	Tinggi	26	9.5	9.5	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Strategi Coping

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Strategi Coping	275	29.00	71.00	57.1818	5.23635
Valid N (listwise)	275				

Kategori Strategi Coping

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	8.4	8.4	8.4
	Sedang	212	77.1	77.1	85.5
	Tinggi	40	14.5	14.5	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Karakteristik Responden

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	110	40.0	40.0	40.0
	Perempuan	165	60.0	60.0	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	8	2.9	2.9	2.9
	18	57	20.7	20.7	23.6
	19	48	17.5	17.5	41.1
	20	65	23.6	23.6	64.7
	21	62	22.5	22.5	87.3
	22	20	7.3	7.3	94.5
	23	11	4.0	4.0	98.5
	24	2	.7	.7	99.3
	25	2	.7	.7	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Fakultas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Akademi Farmasi	1	.4	.4	.4
	Ekonomi	20	7.3	7.3	7.6
	FITK	98	35.6	35.6	43.3
	Humaniora	16	5.8	5.8	49.1
	Psikologi	93	33.8	33.8	82.9
	Saintek	22	8.0	8.0	90.9
	Syariah	25	9.1	9.1	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Jurusan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Akuntansi	9	3.3	3.3	3.3
	Bahasa dan Sastra Arab	9	3.3	3.3	6.5
	Biologi	8	2.9	2.9	9.5
	Farmasi	2	.7	.7	10.2
	Fisika	3	1.1	1.1	11.3
	HBS	3	1.1	1.1	12.4
	Hukum Ekonomi Syariah	11	4.0	4.0	16.4
	Hukum Keluarga Islam	9	3.3	3.3	19.6
	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	2	.7	.7	20.4
	Kimia	4	1.5	1.5	21.8

Manajemen	9	3.3	3.3	25.1
Matematika	4	1.5	1.5	26.5
MPI	10	3.6	3.6	30.2
Pendidikan Agama Islam	15	5.5	5.5	35.6
Pendidikan Bahasa Arab	19	6.9	6.9	42.5
Pendidikan PIPS	10	3.6	3.6	46.2
Pendidikan Teknik Elektro	1	.4	.4	46.5
Perbankan Syariah	2	.7	.7	47.3
PGMI	18	6.5	6.5	53.8
PIAUD	5	1.8	1.8	55.6
Psikologi	93	33.8	33.8	89.5
Sastra Inggris	7	2.5	2.5	92.0
Tadris Bahasa Inggris	18	6.5	6.5	98.5
Tadris Matematika	1	.4	.4	98.9
Tarbiyah Islamiyah	1	.4	.4	99.3
Teknik Informatika	2	.7	.7	100.0
Total	275	100.0	100.0	

Semester

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	73	26.5	26.5	26.5
	10	1	.4	.4	26.9
	11	3	1.1	1.1	28.0
	2	1	.4	.4	28.4
	3	47	17.1	17.1	45.5
	4	3	1.1	1.1	46.5
	5	56	20.4	20.4	66.9
	6	2	.7	.7	67.6
	7	76	27.6	27.6	95.3
	8	3	1.1	1.1	96.4
	9	10	3.6	3.6	100.0
	Total	275	100.0	100.0	

Lampiran 4 Uji validitas dan Reliabilitas

Strategi Coping

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.733	16

Correlations

		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Strategi Coping	
Y1	Pearson Correlation	1	.333**	.402**	.225**	.079	-.179**	-.080	-.100	.128*	-.377**	.274**	.345**	.208**	-.074	.077	-.094	.074	.195**	-.041	.214**	.388**	
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.189	.003	.185	.099	.034	.000	.000	.000	.001	.222	.202	.120	.224	.001	.495	.000	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y2	Pearson Correlation	.333**	1	.417**	.199**	.417**	-.038	-.173**	.158**	.327**	-.136*	.537**	.541**	.167**	-.120*	.271**	.073	.136*	.357**	.071	.360**	.618**	
	Sig. (2-tailed)			.000	.001	.000	.537	.003	.008	.000	.024	.000	.000	.006	.047	.000	.226	.024	.000	.240	.000	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y3	Pearson Correlation	.402**	.417**	1	.311**	.135*	.066	.023	-.117	.220**	-.213**	.310**	.469**	.368**	-.067	.083	-.032	.056	.409**	-.042	.449**	.547**	
	Sig. (2-tailed)				.000	.025	.275	.702	.052	.000	.000	.000	.000	.000	.271	.170	.599	.354	.000	.491	.000	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y4	Pearson Correlation	.225**	.199**	.311**	1	.312**	-.149*	-.173**	.201**	.267**	-.193**	.239**	.228**	.132*	.013	.137*	.166**	.167**	.180**	.117	.167**	.481**	
	Sig. (2-tailed)					.000	.014	.004	.001	.000	.001	.000	.000	.029	.830	.024	.006	.006	.003	.054	.006	.000	
	N	272	272	272	272	272	271	272	272	271	272	272	272	272	272	272	272	272	272	272	272	272	272
Y5	Pearson Correlation	.079	.417**	.135*	.312**	1	-.269**	-.169**	.252**	.418**	.072	.357**	.242**	-.103	-.072	.240**	.178*	.233**	.316**	.220**	.202**	.523**	
	Sig. (2-tailed)						.000	.005	.000	.000	.234	.000	.000	.088	.235	.000	.003	.000	.000	.001	.000	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y6	Pearson Correlation	.179**	-.038	.066	-.149*	-.269**	1	.163**	-.380**	-.209**	.059	-.089	-.088	.126*	-.226**	-.086	-.424**	-.144*	.009	-.242**	.003	-.113	
	Sig. (2-tailed)		.003	.537	.275	.014	.000		.007	.000	.001	.329	.145	.149	.038	.000	.157	.000	.017	.888	.000	.555	.061
	N	273	273	273	271	273	273	273	273	272	273	273	273	273	273	273	273	273	273	273	273	273	273
Y7	Pearson Correlation	-.080	-.177**	.023	-.173**	-.169**	.163**	1	-.191**	-.156**	.137*	-.139*	-.067	.059	-.031	-.066	-.197**	-.029	.001	-.139*	-.076	-.033	
	Sig. (2-tailed)		.185	.003	.702	.004	.005	.007		.001	.010	.023	.035	.270	.328	.696	.277	.001	.635	.982	.021	.210	.581
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y8	Pearson Correlation	-.100	.158**	-.117	.201**	.252**	-.380**	-.191**	1	.187**	-.075	.119*	.051	-.137*	.183**	.262**	.380**	.259**	-.038	.384**	.105	.384**	
	Sig. (2-tailed)		.099	.008	.052	.001	.000	.001		.002	.213	.049	.399	.023	.002	.000	.000	.000	.526	.000	.883	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y9	Pearson Correlation	.125*	.327**	.220**	.267**	.418**	-.205**	-.156**	.187**	1	.012	.385**	.308**	.006	.012	.096	.190**	.165**	.176**	.070	.271**	.525**	
	Sig. (2-tailed)		.034	.000	.000	.000	.000	.001	.010	.002		.840	.000	.000	.927	.844	.111	.002	.002	.004	.248	.000	
	N	274	274	274	271	274	272	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274
Y10	Pearson Correlation	-.377**	-.136*	-.213**	-.193**	.072	.059	.137*	-.075	.012	1	-.187**	-.306**	-.220**	-.154*	-.157**	-.029	-.039	-.155**	-.194**	-.156**	-.176**	
	Sig. (2-tailed)		.000	.024	.000	.001	.234	.329	.023	.213	.840		.002	.000	.000	.011	.009	.628	.523	.010	.001	.010	.003
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y11	Pearson Correlation	.274**	.537**	.310**	.238**	.357**	-.089	-.139*	.119*	.385**	-.187**	1	.561**	.162**	-.143*	.231**	.093	.170**	.450**	.113	.386**	.613**	
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.145	.035	.049	.000	.002		.000	.007	.018	.000	.126	.005	.000	.061	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y12	Pearson Correlation	.345**	.541**	.469**	.228**	.242**	-.088	-.067	.051	.388**	-.306**	.561**	1	.322**	-.061	.258**	.013	.197**	.335**	.005	.439**	.619**	
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.149	.270	.389	.000	.000	.000	.000		.000	.314	.000	.825	.001	.000	.931	.000	
	N	274	274	274	272	274	273	274	274	274	273	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274	274
Y13	Pearson Correlation	.208**	.167**	.368**	.132*	-.103	.126*	.059	-.137*	.006	-.220**	.162**	.322**	1	-.043	-.080	-.099	.034	.193**	-.134*	.270**	.293**	
	Sig. (2-tailed)		.001	.006	.000	.029	.088	.038	.328	.023	.927	.000	.007	.000		.483	.320	.101	.569	.001	.026	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y14	Pearson Correlation	-.074	-.120*	-.067	.013	-.072	-.226**	-.031	.183**	.012	-.194*	-.143*	-.061	-.043	1	.006	.147*	.136*	-.230**	.197**	.024	.099	
	Sig. (2-tailed)		.222	.047	.271	.830	.235	.000	.606	.002	.844	.011	.018	.314	.483		.919	.015	.024	.000	.001	.691	.101
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y15	Pearson Correlation	.077	.271**	.083	.137*	.240**	-.086	-.066	.262**	.066	-.157**	.231**	.258**	-.060	.006	1	.174**	.213**	.306**	.261**	.141*	.459**	
	Sig. (2-tailed)		.202	.000	.170	.024	.000	.157	.277	.000	.111	.009	.000	.000	.320	.919		.004	.000	.000	.000	.019	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y16	Pearson Correlation	-.094	.073	-.032	.166**	.178**	-.424**	-.197**	.380**	.190**	-.029	.093	.013	-.099	.147*	.174**	1	.210**	-.038	.346**	.017	.294**	
	Sig. (2-tailed)		.120	.226	.599	.006	.003	.000	.001	.000	.002	.628	.126	.826	.101	.015	.004		.000	.525	.000	.777	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y17	Pearson Correlation	.074	.136*	.056	.167**	.233**	-.144*	-.029	.259**	.185**	-.039	.170**	.197**	.034	.136*	.213**	.210**	1	.176**	.172**	.192**	.471**	
	Sig. (2-tailed)		.224	.024	.354	.006	.000	.017	.635	.000	.002	.523	.005	.001	.569	.024	.000	.000		.003	.004	.001	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y18	Pearson Correlation	.195**	.357**	.409**	.180**	.316**	.009	.001	-.038	.176**	-.155**	.450**	.335**	.193**	-.230**	.306**	-.038	.176**	1	.037	.320**	.498**	
	Sig. (2-tailed)		.001	.000	.000	.003	.000	.888	.982	.526	.004	.010	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000		.538	.000	
	N	275	275	275	272	275	273	275	275	274	275	275	274	275	275	275	275	275	275	275	275	275	275
Y19	Pearson Correlation	-.041	.071	-.042	.117	.220**	-.242**	-.139*	.364**	.070	-.194*	.113	.005	-.134*	.197**	.261**	.346**	.172**					

Keccemasan

Reliability Statistics

Cronbach's

Alpha

N of Items

.783

35

Item	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35				
Item 1	1																																						
Item 2	.852	1																																					
Item 3	.728	.275	1																																				
Item 4	.801	.462	.441	1																																			
Item 5	.782	.482	.467	.484	1																																		
Item 6	.782	.482	.467	.484	.782	1																																	
Item 7	.782	.482	.467	.484	.782	.782	1																																
Item 8	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	1																															
Item 9	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	1																														
Item 10	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	1																													
Item 11	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																												
Item 12	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																											
Item 13	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																										
Item 14	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																									
Item 15	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																								
Item 16	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																							
Item 17	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																						
Item 18	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																					
Item 19	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																				
Item 20	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																			
Item 21	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																		
Item 22	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																	
Item 23	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1																
Item 24	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1															
Item 25	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1														
Item 26	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1													
Item 27	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1												
Item 28	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1											
Item 29	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1										
Item 30	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1									
Item 31	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1								
Item 32	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1							
Item 33	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1						
Item 34	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1					
Item 35	.782	.482	.467	.484	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	.782	1				

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 5 Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Strategi Coping * Kecemasan	Between Groups	(Combined)	2509.246	41	61.201	2.850	.000
		Linearity	1229.969	1	1229.969	57.275	.000
		Deviation from Linearity	1279.277	40	31.982	1.489	.038
	Within Groups		5003.663	233	21.475		
Total			7512.909	274			

Lampiran 6 Uji Korelasi

Correlations

		Kecemasan	Strategi Coping
Kecemasan	Pearson Correlation	1	.405**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	275	275
Strategi Coping	Pearson Correlation	.405**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	275	275

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		Problem Focused Coping	Emotion Focused Coping	Kecemasan
Problem Coping	Focused Pearson Correlation	1	.571**	.345**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	274	274	274
Emotion Coping	Focused Pearson Correlation	.571**	1	.340**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	274	274	274
Kecemasan	Pearson Correlation	.345**	.340**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	274	274	274

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 7 Uji Tambahan

UJI ASPEK PEMBENTUK UTAMA

Faktor utama pembentuk variabel coping stress berdasarkan aspek yang telah ada sebagai berikut:

- a) *Problem focused Coping* $= \frac{6716}{13734} = 0,49$
- b) *Emotion focused coping* $= \frac{7018}{13734} = 0,51$

Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Hasil
<i>Problem Focused Coping</i>	6716	13734	49 %
<i>Emotion focused coping</i>	7018		51 %

Jadi, responden lebih banyak pake cara coping EFC

- a) *Respon Pelaku* $= \frac{8124}{24839} = 0,33$
- b) *Respon Kognitif* $= \frac{10501}{24839} = 0,42$
- c) *Respon Afektif* $= \frac{6214}{24839} = 0,25$

Aspek	Skor Total Aspek	Skor Total Variabel	Hasil
Respon Pelaku	8124	24839	33 %
Respon Kognitif	10501		42 %
Respon Afektif	6214		25 %

UJI BEDA ATAU UJI T

Strategi Coping

Group Statistics

JK	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Coping Stress Laki Laki	110	49.0545	6.02721	.57467
Perempuan	165	50.8415	4.90391	.38293

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Coping Stress	Equal variances assumed	.330	.566	-2.694	272	.008	-1.78692	.66332	-3.09281	-.48102
	Equal variances not assumed			-2.588	200.811	.010	-1.78692	.69057	-3.14861	-.42522

Kecemasan

Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error
					Mean
Kecemasan	Laki Laki	110	88,1909	11,38686	1,08569
	Perempuan	165	92,3049	6,20842	,48480

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kecemasan	Equal variances assumed	17,407	.000	-3,853	272	.000	-4,11397	1,06771	-6,21600	-2,01193
	Equal variances not assumed			-3,460	152,740	.001	-4,11397	1,18902	-6,46301	-1,76493