

ABSTRAK

Maulinawati, Amalia, 2010 :Pengaruh Tipe-tipe Stresor terhadap Proaktif Koping Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Angkatan 2013 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Dosen pembimbing : Dr. Yulia Solichatun, M. Si

Kata kunci : tipe stresor, proaktif koping

Mahasiswa merupakan akademisi yang memiliki beragam tuntutan dan permasalahan yang harus dihadapi. Hal tersebut dapat memunculkan tekanan tersendiri bagi mahasiswa sehingga timbul respon stres. Beragam permasalahan yang ada bisa diakibatkan oleh banyak hal diantaranya individu, benda dan situasi tertentu. Ketiga hal tersebut dapat menciptakan tuntutan tidak biasa atau berlebihan pada individu, perasaan tertekan dan tidak bisa untuk menyesuaikan diri, sehingga disebut sebagai stresor (*Encyclopedia of Social Problem*, 2008:2). Stresor bisa berkaitan pula dengan tugas perkembangan mahasiswa sebagai seorang remaja. Stresor yang beragam mengharuskan mahasiswa untuk mampu mengatasinya secara proaktif atau melakukan koping proaktif. Proaktif koping merupakan suatu proses dimana individu mengantisipasi stresor potensial dan bertindak terlebih dulu untuk mencegah stresor terjadi (Greenglass, 2009:30). Tipe-tipe stresor yang dikaitkan dengan proaktif koping adalah tuntutan yang membuat frustrasi, menjengkelkan serta mencirikan transaksi sehari-hari dengan lingkungan Berdasarkan hal tersebut penelitian ini bertujuan mengetahui pemetaan tipe-tipe stressor, tingkat proaktif koping dan pengaruh tipe-tipe stresor terhadap proaktif koping pada mahasiswa baru fakultas psikologi angkatan 2013.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling* pada mahasiswa baru fakultas psikologi sejumlah 71 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode kuesioner dengan skala tipe stresor yang berjumlah 25 item dengan reliabilitas $\alpha=0,762$ dan skala proaktif koping yang berjumlah 45 item dengan reliabilitas $\alpha=0,931$. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan nilai *R Square* sebesar 0,480 artinya variabel tipe-tipe stresor mampu mempengaruhi variabel terikat (proaktif koping) sebesar 48% serta nilai $F = 12,014$ dengan $p = 0,000$. Hasil penelitian menunjukkan secara parsial terdapat pengaruh tipe-tipe stresor terhadap proaktif koping. Semakin tinggi stresor terkait perubahan fisiologis dan perubahan identitas diri maka semakin tinggi proaktif koping. Sedangkan pada stresor akademik dan stresor beragama, semakin tinggi stresor tersebut maka semakin rendah proaktif koping.