

DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN *HARDINESS* DENGAN *PROBLEM FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA

Firda Amelia Prayogo*, Wiwik Sulistiani, Puri Aquarisnawati

Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah

*firda.prayogo@gmail.com

Abstract. *Currently the Covid-19 pandemic is causing many impacts and problems one of them is in the educational especially on students. Problem focused coping is more appropriate to resolve the problem. This study aims to determine the relationship between family social support and problem focused coping and the relationship between hardiness and problem focused coping in students. The samples in this study totaled 360 respondents. The sampling technique used quota sampling. The study used three scales, family social support, hardiness and focused coping problems. The approach used was by the survey method and using the product moment correlation test. The results of the first hypothesis test were rejected (significant standard $0.052 > 0.05$) meaning that there was no relationship between family social support and focused coping problems. The results of the second hypothesis test were accepted (significant standard $0.012 < 0.05$) meaning that there was a positive relationship between hardiness and focus-coping problems in students.*

Keywords: family social support, hardiness and problem focused coping

Abstrak. Saat ini pandemi Covid-19 menimbulkan berbagai dampak dan permasalahan salah satunya dalam dunia pendidikan khususnya pada mahasiswa. *Problem focused coping* lebih tepat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* dan hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 360 responden. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling kuota*. Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu dukungan sosial keluarga, *hardiness* dan *problem focused coping*. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survey dan menggunakan uji *korelasi product moment*. Hasil uji hipotesis pertama ditolak (taraf signifikan $0,052 > 0,05$) hal tersebut berarti tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping*. Hasil uji hipotesis kedua diterima (taraf signifikan $0,012 < 0,05$) hal tersebut berarti ada hubungan yang positif antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa.

Kata kunci: dukungan sosial keluarga, *hardiness* dan *problem focused coping*

PENDAHULUAN

China menemukan adanya jenis virus baru yang dikenal sebagai corona pada bulan-bulan awal tahun 2020. Covid-19 telah menyebar ke sejumlah negara dalam waktu singkat. Dampak dari virus ini sangat luas, mempengaruhi ekonomi, pendidikan, pekerjaan, politik, dan berbagai aspek kehidupan lainnya. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengumumkan bahwa sekolah atau wilayah pendidikan lainnya telah menerapkan sistem pembelajaran jarak jauh atau lingkungan belajar online (Maryati, 2021). Epidemii saat ini berdampak pada sistem pendidikan di seluruh dunia, dengan beberapa sekolah dan institusi terpaksa ditutup sebagai akibatnya. Menurut UNESCO sebanyak 1,7 miliar siswa terkena wabah Covid-19 pada 27 April 2020, menurut perkiraan (Ayu, 2020).

Stres merupakan salah satu dampak psikologis yang harus dihadapi siswa. *Coping stress strategi* merupakan sebuah cara guna meminimalisir stres dan meningkatkan kemampuan menangani stres melalui proses kognitif dan perilaku seseorang (Coon et al., 2010). Penelitian sebelumnya yang melibatkan 1.129 mahasiswa dari seluruh jurusan di 22 dari 34 provinsi di Indonesia, ada tujuh tema yang terkait dengan penyebab stres mahasiswa selama wabah Covid-19 yang teridentifikasi. Di masa pandemi Covid-19, sumber stres siswa yang paling umum adalah kebutuhan untuk menyelesaikan tugas belajar. Dalam perjalanan penelitian penyebab stres mahasiswa selama pandemi Covid-19, ditemukan 57,8 persen mahasiswa merasa bosan karena berada di rumah sendiri, 40,2 persen merasa stres karena tidak bisa bertemu dengan orang yang dicintai, termasuk kuliah, teman, dan 55,8 persen merasa stres karena proses belajar online. Karena kurangnya sumber daya yang tersedia, 35 persen responden menunjukkan bahwa penyebab stres siswa adalah ketidakmampuan siswa untuk menyesuaikan pembelajaran praktik laboratorium dengan situasi dunia nyata (Livana et al., 2020).

Orang-orang mencoba mengelola ruang antara apa yang diharapkan untuk mereka lakukan dan apa yang mereka miliki untuk mereka ketika menghadapi situasi

stres dengan menggunakan strategi koping (Folkman, 2013). Mengatasi masalah dengan cara yang berfokus pada masalah adalah cara yang paling efektif untuk membantu siswa karena berfokus langsung pada masalah yang dihadapi siswa dan kemudian mencari solusi yang bisa diterapkan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Ketika sedang menghadapi masalah yang dialami individu lebih tepat menggunakan *problem focused coping*. *Problem focused coping* akan berpengaruh pada sedikitnya gejala stres yang kemungkinan akan terjadi ataupun yang sudah terjadi. Individu yang menggunakan *problem focused coping* akan fokus dengan mencari alternatif untuk menyelesaikan pemecahan masalah sehingga dampak positif dari penggunaan *problem focused coping* adalah mengurangi stres yang dirasakan.

Upaya individu dalam menganalisis situasi yang dihadapi guna mengubah situasi dan memikirkan lebih dari satu solusi untuk memecahkan suatu masalah yang dialami individu tersebut terdapat tiga aspek *problem focused coping* yaitu; (a) *confrontative coping*; (b) *planful problem solving*; dan (c) *seeking social support* (Lazarus, 1966). Terkait dengan kondisi individu, bahwa variabel yang mempengaruhi *problem focused coping* meliputi faktor tahap kehidupan individu (usia), jenis kelamin (emosionalitas), faktor genetik (kecerdasan), pendidikan (etnis, budaya), ekonomi. status (pendapatan), dan kondisi fisik (kondisi fisik). *Introvert/ekstrovert*, stabilitas emosional secara keseluruhan dan kualitas kepribadian seperti ketangguhan, *locus-of-control*, kekebalan dan ketahanan dapat diidentifikasi (Smet, 1994).

Aspek penting yang mempengaruhi koping yang berfokus pada masalah adalah ketersediaan dukungan sosial dari orang yang dicintai dan kenalan. Dukungan sosial mengacu terutama pada emosi keamanan dan kesejahteraan yang diberikan orang atau kelompok orang ketika mereka berada di sekitar mereka. Bantuan sosial dari anggota keluarga merupakan salah satu pilihan yang ditawarkan kepada individu. Dukungan sosial bisa datang dalam berbagai bentuk (Sarafino & Smith, 2010).

Penelitian sebelumnya pada 286 mahasiswa semester akhir di lingkungan universitas. Berdasarkan temuan penelitian ini, tampak bahwa ada hubungan positif

antara faktor dukungan sosial dan metode *problem-focused coping*. Nilai koefisien korelasi untuk hubungan ini adalah 0,784, dan nilai signifikansi untuk hubungan ini adalah 0,005. Kemanjuran penelitian ini telah memberikan kontribusi 61 persen terhadap keberhasilan penelitian (Wati & Arifiana, 2021).

Setelah dukungan sosial keluarga dibutuhkan *hardiness*. Kepribadian *hardiness* individu berbeda sesuai dengan karakteristik yang dimiliki dan dibentuk berdasarkan kejadian stres yang diperoleh kemudian individu tersebut mampu membentuk perlindungan dari pengaruh negatif stres tersebut. Tipe kepribadian *hardiness* menawarkan seseorang dengan konstelasi kepribadian positif yang memungkinkan dia untuk mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari (Kobasa et al., 1982).

Pada penelitian sebelumnya menunjukkan ada hubungan yang kuat antara ketangguhan wanita karir dan kemampuan mereka untuk menangani masalah secara efektif (Sari, 2013). Berdasarkan hal tersebut di atas, peneliti bermaksud untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dan *hardiness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah yang saat ini sedang berjuang melawan pandemi Covid-19.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif karena menganalisis populasi atau sampel tertentu, dengan penekanan pada pemeriksaan data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan dengan prosedur pengukuran dan diproses menggunakan metode analitik statistik, berbeda dengan pendekatan kualitatif (Azwar, 2017).

Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah 360 mahasiswa aktif Universitas Hang Tuah. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling*. Jenis *nonprobability sampling* yang dipilih dalam penelitian ini adalah *sampling*

kuota untuk menentukan sampel dari suatu populasi yang memiliki ciri-ciri tertentu yang sesuai dengan jumlah target (*kuota*).

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu dukungan sosial keluarga, *hardiness*, dan *problem focused coping*. Skala dukungan sosial keluarga terdiri 24 item yang mengukur empat aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan. Seluruh item yang ada pada skala terdiri dari beberapa item-item yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* memiliki skor mulai dari 5 – 1. Contoh item *favorable* seperti : " Keluarga mendukung saya ketika sedang mengalami suatu masalah ". Item *unfavorable* memiliki skor mulai dari 1 – 5. Contoh item *unfavorable* seperti : " Keluarga saya tidak mau mendengarkan keluh kesah yang saya alami ". Uji reliabilitas pada skala dukungan sosial keluarga tahap akhir yang terdiri dari 20 item sah menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya adalah 0,910.

Skala *hardiness* terdiri 24 item yang mengukur tiga aspek, yaitu *control*, *commitment*, dan *challenge*. Seluruh item yang ada pada skala terdiri dari beberapa item-item yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* memiliki skor mulai dari 5 – 1. Contoh item *favorable* seperti : " Dengan kerja keras, saya bisa mencapai tujuan yang diharapkan ". Item *unfavorable* memiliki skor mulai dari 1 – 5. Contoh item *unfavorable* seperti : " Saat stress saya susah dalam mengambil keputusan ". Uji reliabilitas pada skala *hardiness* tahap akhir yang terdiri dari 23 item sah menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya adalah 0,893.

Skala *problem focused coping* terdiri 18 item yang mengukur tiga aspek, yaitu *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*. Seluruh item yang ada pada skala terdiri dari beberapa item-item yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* memiliki skor mulai dari 5 – 1. Contoh item *favorable* seperti : " Saya berusaha keras untuk memusatkan perhatian pada masalah yang sedang saya alami ". Item *unfavorable* memiliki skor mulai dari 1 – 5. Contoh item *unfavorable* seperti : " Saya suka

mengulur-ngulur waktu dalam menyelesaikan masalah ". Uji reliabilitas pada skala *problem focused coping* yang terdiri dari 18 aitem sahih menunjukkan bahwa koefisien reliabilitasnya adalah 0,901.

Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS (version 22). Uji asumsi menggunakan teknik korelasi berganda dan *product moment*. Sebelum melakukan uji asumsi, peneliti melakukan uji normalitas sebaran data dan uji linearitas terhadap variabel penelitian.

Normalitas variabel *problem focused coping* (Y) diperoleh dari nilai statistic *Kolmogorov-smirnov* yaitu dengan nilai signifikansi (Sig.) 0,187 yang berarti lebih besar dari 0,05 ($0,187 > 0,05$). Hal tersebut menandakan bahwa variabel *problem focused coping* berdistribusi normal.

HASIL

Uji hipotesis pertama menunjukkan hasil signifikansi yang diperoleh sebesar sig. $0,052 > 0,005$ yang menunjukkan bahwa hubungan antar variabel tidak signifikan secara statistik. Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara dukungan sosial keluarga dan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,102 yang berarti lebih kecil dari r_{tabel} pada $N=360$ dengan taraf signifikansi 5% yaitu $0,113$ ($0,102 < 0,113$).

Uji hipotesis kedua menunjukkan hasil signifikansi yang diperoleh sebesar sig. $0,012 > 0,005$ yang menunjukkan bahwa hubungan antar variabel signifikan. Artinya ada hubungan yang signifikan secara statistik antara *hardiness* dan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,133 yang menunjukkan lebih besar dari r_{tabel} pada $N = 360$ dengan taraf signifikan 5% yaitu $0,113$ ($0,133 > 0,113$) yang menunjukkan bahwa koefisien korelasi lebih besar dari r_{tabel} .

Berdasarkan hasil perhitungan rerata hipotetik, diperoleh kondisi responden dari setiap variabel, antara lain terdapat 18 mahasiswa Universitas Hang Tuah yang

memiliki kategori dukungan sosial keluarga yang sangat tinggi ditemukan persentase 5%, 108 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang tinggi dengan persentase 30% , 65 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang sedang dengan presentase 18%, 153 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang rendah dengan persentase 43% dan 16 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang sangat rendah dengan presentase 4%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa mahasiswa Universitas Hang Tuah lebih dominan memiliki tingkat dukungan sosial keluarga yang rendah.

Hasil lainnya menunjukkan terdapat 8 mahasiswa Universitas Hang Tuah yang memiliki kategori *hardiness* yang sangat tinggi ditemukan persentase 2%, 136 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi dengan persentase 38% , 61 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *hardiness* yang sedang dengan presentase 17%, 118 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *hardiness* yang rendah dengan persentase 33% dan 37 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *hardiness* yang sangat rendah dengan persentase 10%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa mahasiswa Universitas Hang Tuah lebih dominan memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi.

Selanjutnya diketahui bahwa terdapat 39 mahasiswa Universitas Hang Tuah yang memiliki kategori *problem focused coping* yang sangat tinggi ditemukan persentase 11%, 73 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *problem focused coping* yang tinggi dengan persentase 20% , 81 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *problem focused coping* yang sedang dengan persentase 23%, 137 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *problem focused coping* yang rendah dengan persentase 38% dan 30 mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki tingkat *problem focused coping* yang sangat rendah dengan presentase 8%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa mahasiswa Universitas Hang Tuah lebih dominan memiliki tingkat *problem focused coping* yang rendah.

DISKUSI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* dan hubungan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah di tengah pandemic covid-19.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* menunjukkan hubungan yang tidak signifikan. Arah hubungan negatif antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah. Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada salah satu responden yang mengatakan bahwa ketika responden tersebut sedang menghadapi sebuah persoalan orang-orang disekitarnya hanya diam saja dan sama sekali tidak membantu kesulitan yang dialami.

Penelitian terdahulu tentang hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada mahasiswa teknik informatika menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada mahasiswa teknik informatika (Kalintang, 2019).

Hasil lainnya menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah. Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya terkait hubungan antara *hardiness* dan *problem focused coping* pada wanita karir, dan hasil penelitian ini mengungkapkan hubungan yang sangat signifikan dan positif antara *hardiness* dan *problem focused coping* pada wanita karir (Sari, 2013)

Selanjutnya, hasil perhitungan rerata hipotetik variabel *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki nilai tertinggi pada kategori rendah sebanyak 38% yaitu 138 subyek. Dapat diartikan bahwa subjek kurang mampu melakukan *problem focused coping* ketika menghadapi suatu permasalahan yang dialami.

Berdasarkan hasil perhitungan rerata hipotetik pada variabel dukungan sosial keluarga pada mahasiswa Universitas Hang Tuah memiliki nilai tertinggi pada kategori rendah sebanyak 43% yaitu 153 subyek. Dapat diartikan bahwa subjek kurang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga ketika menghadapi situasi yang menekan.

Kemudian untuk hasil perhitungan rerata hipotetik pada variabel *hardiness* memiliki nilai tertinggi pada kategori tinggi sebanyak 38% yaitu 136 subyek. Ketika dihadapkan dengan situasi stres, orang-orang yang tangguh lebih mungkin untuk menawarkan penilaian positif dan kemudian menganggap situasi sebagai tantangan (Kobasa et al., 1982).

Berdasarkan hasil data deskripsi responden menyatakan bahwa tingkat tertinggi *problem focused coping* dimiliki oleh siswa berusia 21 tahun di kelompok rendah dan perempuan dalam kategori rendah. Kemampuan untuk mentoleransi stres dan jenis stresor yang paling menjengkelkan, keduanya terkait dengan usia seseorang. Semakin tinggi usia seseorang, *coping* yang digunakan terhadap masalah yang dihadapi akan lebih positif (Hurlock, 2003). Gender merupakan salah satu elemen yang dapat mempengaruhi penggunaan metode coping individu. Biling dan Moss melakukan penelitian dengan 200 pasangan menikah sebagai partisipan dan menemukan bahwa wanita lebih cenderung menggunakan *emotional focused coping* daripada pria ketika menghadapi masalah, sementara pria lebih mungkin daripada wanita menggunakan *problem focused coping* ketika menghadapi situasi stress (Sarafino & Smith, 2010).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Tidak ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dan *problem focused coping*. Dukungan sosial keluarga tidak berpengaruh terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah sebagai hasilnya hipotesis pertama ditolak. Ada hubungan antara *hardiness* dan *problem focused*

coping. hardiness berpengaruh terhadap *problem focused coping* pada mahasiswa Universitas Hang Tuah sebagai hasilnya hipotesis kedua diterima.

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan diatas maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut: Bagi mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan *problem focused coping* khususnya pada *seeking social support* dengan meminta saran dan dukungan mengenai masalah yang dihadapinya.

Bagi Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan yang cukup khususnya pada dukungan instrumental yaitu bantuan langsung berupa bantuan finansial, tenaga, dan waktu. Bagi peneliti selanjutnya disarankan menggali lebih jauh tentang *problem focused coping* pada mahasiswa yang ditinjau dari aspek-aspek yang lain pada variabel *problem focused coping*. Disarankan agar memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *problem focused coping* seperti faktor dalam kondisi individu umur, jenis kelamin, faktor genetic, mudah emosi, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi dan kondisi fisik. Karakteristik kepribadian yaitu mencakup *introvert*, *ekstrovert*, stabilitas emosi secara umum, kepribadian, *locus of control*, dan kekebalan. Faktor sosial kognitif, mencakup dukungan sosial yang dirasakan jaringan sosial kontrol pribadi yang dirasakan dan hubungan dengan lingkungan sosial. Disarankan untuk mengembangkan alat ukur yang dapat mengukur *problem focused coping* secara lebih dalam sehingga dapat memperoleh data penelitian yang lebih baik.

REFERENSI

- Ayu, E. D. (2020). *Analisis Kesulitan Mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi FKIP UMS Dalam Penulisan Skripsi Selama Pandemi Covid-19 Tahun Akademik 2019/2020* [Skripsi]. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Azwar, S. (2017). *Metodologi Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Coon, D., Mitterer, J. O., Talbot, S., & Vanchella, C. M. (2010). *Introduction to psychology: gateways to mind and behavior* (12th ed.). Wadsworth Cengage Learning.
- Folkman, S. (2013). Stress: Appraisal and Coping. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 1913–1915). Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Kalintang, V. W. (2019). *Problem focused coping pada mahasiswa teknik informatika ditinjau dari dukungan social keluarga* [Skripsi]. Universitas Semarang.

- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.
- Livana, P., Mubin, M. F., & Basthomi, Y. (2020). "Learning Task" Attributable to Students' Stress During the Pandemic Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Maryati. (2021, January 25). *Dampak Covid-19 Bagi Kehidupan*. <https://smk-akpelni.sch.id>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction* (7th ed.). Wiley: John Wiley & Sons, Inc.
- Sari, R. I. (2013). Hardiness dengan problem focused coping pada wanita karir. *Jurnal Online Psikologi*.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Grasindo.
- Wati, D. S. I., & Arifiana, I. Y. (2021). Dapatkah dukungan sosial menjadi prediktor strategi coping berfokus pada masalah pada Mahasiswa? . *INNER: Journal of Psychological Research*, 1(1), 42–51.