



GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN
KONSELING
Volume 09, Nomor 01
Tahun 2026
E-ISSN: 2614-3585

DOI: 1033627

Strategi *Coping* Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Angkatan Tahun 2022 Dalam Menyelesaikan Skripsi

Coping Strategies Of 2022 Classification Of Guidance And Counseling Study Program Student In Completing Their Thesis

Lansiana Muna¹, Gracianus Edwin Tue P. Lejap², Dhiu Margaretha³

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

Email: lestinmuna02@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2022 di Universitas Katolik Widya Mandira Kupang dalam menghadapi tekanan dan hambatan selama proses penyelesaian skripsi. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2022 yang sedang mengerjakan tugas akhir yang berjumlah 20 orang dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara. Wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur. Analisis data meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data dilakukan dengan teknik triangulasi untuk memastikan kredibilitas hasil penelitian. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa semester VII (Angkatan 2022) Program Studi Bimbingan dan Konseling memiliki strategi *coping* yang bervariasi dalam menyelesaikan skripsi. Secara umum mahasiswa menggunakan strategi *Problem-focused* dan *Emotion-focused*. Pada strategi *coping Problem-focused* terbagi menjadi tiga bagian yaitu *Planful Problem Solving*, *Confrontative coping* dan *Seeking Social Support*. Sedangkan dalam strategi *coping Emotion-focused* terbagi menjadi lima bagian yakni *Positive Reappraisal*, *Accepting Responsibility*, *Self-Controlling*, *Distancing* dan *Escape avoidance*
Kata Kunci: *Strategi Coping, Mahasiswa, Penyusunan Skripsi*

Abstract: *This study aims to obtain an overview of the coping strategies used by students of the Guidance and Counseling Study Program, Class of 2022, at Widya Mandira Catholic University of Kupang in dealing with pressures and obstacles during the thesis completion process. The research employed a qualitative descriptive*

design. The subjects of this study were 20 active students of the Guidance and Counseling Study Program, Class of 2022, who were currently working on their undergraduate thesis, selected using purposive sampling techniques. Data collection techniques included observation and interviews, with semi-structured interviews being used. Data analysis consisted of data collection, data reduction, data display, and conclusion drawing. Data validity was ensured through triangulation techniques to maintain the credibility of the research findings. The results of the study indicate that seventh-semester students (Class of 2022) of the Guidance and Counseling Study Program employ a variety of coping strategies in completing their thesis. In general, students use both problem-focused and emotion-focused coping strategies. Problem-focused coping strategies are divided into three types: Planful Problem Solving, Confrontative Coping, and Seeking Social Support. Meanwhile, emotion-focused coping strategies consist of five types: Positive Reappraisal, Accepting Responsibility, Self-Controlling, Distancing, and Escape Avoidance.

Keywords: *Coping Strategies, Students, Thesis Writing*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi, baik di perguruan tinggi negeri maupun swasta ataupun lembaga yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa akan selalu dihadapkan dengan suatu tantangan, pekerjaan, dan hambatan seperti mengerjakan tugas kuliah, membuat laporan, sampai dengan membuat skripsi Suyanto et al., (2022). Skripsi menjadi sebuah syarat yang harus diselesaikan oleh mahasiswa di setiap perguruan tinggi untuk memperoleh gelar kesarjanaan semua individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi wajib menyusun skripsi (Ismiati, 2015).

Rahman (Usraleli et al., 2020) menjelaskan menjelaskan bahwa skripsi sering sekali dipersepsikan sebagai pekerjaan yang tidak menyenangkan, sebagai tugas yang sulit, rumit, menyebalkan, dan membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan. Menurut Maritaspika (Rafikasari & Purwandari, 2015), mahasiswa dalam menyusun skripsi biasanya memiliki masalah yang timbul yang berawal dari dalam diri mahasiswa yaitu perencanaan, seperti kesulitan dalam menentukan tema atau masalah yang akan diangkat, menentukan judul, sampel, dan alat ukur skripsi, mendapatkan referensi, proses revisi yang berulang-ulang, kesalahan dalam menentukan tata tulis dan kurangnya konsultasi dengan dosen pembimbing. Sedangkan yang berasal dari luar diri seperti, kesulitan mencari dosen pembimbing yang akan membimbing skripsi, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui dan lamanya umpan balik dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi menjadi kendala yang selama ini terjadi. Hal ini juga disampaikan oleh Broto (Sofia & Kamarullah, 2022), kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa selama proses

menyusun skripsi akan menjadi tekanan bagi mahasiswa sehingga bisa mengalami stres. Ismiati, (2015) menjelaskan stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan yang membuat individu merasa tertekan akibat adanya suatu tuntutan yang melebihi batas kemampuan individu bersangkutan untuk menghadapinya dan memberikan respon, baik fisik maupun psikis terhadap tuntutan yang dipersepsi. Seseorang dikatakan stres, karena adanya kondisi tekanan dalam diri akibat tuntutan- tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan dan mempengaruhi aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional.

Berbagai masalah atau kendala tersebut berakibat negatif pada aspek psikis mahasiswa atau mahasiswi seperti cemas, gelisah, frustrasi, dan stres yang selanjutnya berdampak pada kondisi fisik seperti kelelahan, pusing, lesu yang menyebabkan mahasiswa menjadi kehilangan gairah dan motivasi sehingga mengalami kecemasan-kecemasan dalam diri individu yang berakibat pada keterlambatan dalam penyusunan tugas akhir atau skripsi (Lio & Sembiring, 2019).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada mahasiswa Angkatan 2022 dari bulan September sampai bulan November Tahun 2025, menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kendala dalam penyelesaian tugas akhir seperti sulit bertemu dengan dosen pembimbing karena jadwal yang bertabrakan, kurangnya konsultasi dengan dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi, kesulitan mencari literatur, sulit menentukan judul skripsi, takut untuk bertemu dosen pembimbing, kontrol diri lemah dan belum ada perencanaan yang matang. Sehingga tidak heran proses ini seringkali menimbulkan tekanan bagi mahasiswa yang menyebabkan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling tidak dapat menyelesaikan tugas akhir tepat waktu. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memiliki strategi coping yang tepat untuk membantu mengurangi tekanan yang berpotensi menimbulkan stres.

Strategi *coping* adalah usaha yang dilakukan individu untuk mencari jalan keluar dari masalah agar dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi Safaria & Saputra, (Usraleli1 et al., 2020).

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Menurut Sugiyono (2022: 9) metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme atau interpretif, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan observasi, wawancara, dokumentasi), data yang diperoleh cenderung data kualitatif, analisis datapersifat Induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif bersifat untuk memahami makna, memahami keunikan, mengkonstruksi fenomena, dan menemukan hipotesis. Penelitian ini dilaksanakan di Prodi Bimbingan & Konseling Universitas Katolik Widya Mandira Kupang, yang berlokasi di Jalan Prof. Dr. Herman Johannes, Penfui Timur, Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. Instrumen penelitian adalah peneliti itu sendiri. Dalam hal ini, manusia sebagai peneliti, bertindak sebagai alat bantu itu sendiri untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian Charismana et al., (2023). Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2022 yang berjumlah 20 orang. Pemilihan subjek penelitian dilakukan secara *purposive sampling*. Suardi Wekke et al.,

2019 mengatakan “purposive sampling adalah teknik penentuan sumber data berdasarkan pertimbangan tertentu. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data dilakukan menggunakan teknik triangulasi teknik, Dalam hal ini peneliti membandingkan data hasil observasi dengan data hasil wawancara. Creswell (2019:121) menjelaskan bahwa uji keabsahan data dalam penelitian ditentukan dengan menggunakan kriteria kredibilitas. Untuk mendapatkan data yang relevan, maka peneliti melakukan pengecekan validitas data hasil penelitian dengan cara triangulasi. Triangulasi dalam pengujian kredibilitas ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, triangulasi waktu dan triangulasi teori

HASIL DAN PEMBAHASAN

Strategi *coping* mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2022 dalam menyelesaikan skripsi bervariasi, secara umum mahasiswa menggunakan strategi *Problem-focused* dan *Emotion-focused*. Pada strategi *coping Problem-focused* terbagi menjadi tiga bagian yaitu *Planful Problem Solving*, *Confrontative coping* dan *Seeking Social Support*. Sedangkan dalam strategi *coping Emotion-focused* terbagi menjadi lima bagian yakni *Positive Reappraisal*, *Accepting Responsibility*, *Self-Controlling*, *Distancing* dan *Escape avoidance*. Berikut adalah gambaran strategi *coping* yang digunakan oleh mahasiswa program studi bimbingan dan konseling angkatan tahun 2022.

1) *Problem-focused* (fokus pada masalah)

a. *Planful Problem Solving* (penyelesaian masalah secara terencana)

Dari total 20 subjek penelitian dalam hal ini mahasiswa, sebanyak 18 mahasiswa (ST, AL, DK, LS, US, AT, LT, BJ, PA, SD, AW, NA, SB, MN, EK, EB, EL dan BP) menunjukkan adanya perencanaan yang relatif terstruktur dalam proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa tersebut telah menyusun rencana kerja, menetapkan target atau jadwal khusus, secara aktif mencari serta memanfaatkan informasi atau referensi terutama ketika menerima revisi dari dosen, dan melakukan evaluasi terhadap langkah-langkah yang telah dijalankan. Sebaliknya, terdapat tiga mahasiswa (ET dan NK) yang belum memiliki perencanaan dan penjadwalan khusus, hanya sesekali mencari referensi, serta tidak melakukan evaluasi terhadap proses yang telah dilakukan.

b. *Confrontative coping* (mengatasi masalah secara langsung)

Sebanyak 12 subjek (EL, AL, ST, DK, LS, US, AT, LT, BJ, NA, SB, dan MN) menunjukkan kecenderungan untuk menghadapi permasalahan skripsi secara langsung. Mereka mengambil langkah-langkah aktif dengan melakukan tindakan yang tegas, seperti berdiskusi dengan dosen pembimbing maupun teman sebaya untuk membahas dan berbagi pengalaman terkait kendala skripsi, serta menetapkan sikap yang lebih berani agar proses penyelesaian skripsi dapat segera diselesaikan. Sementara itu, delapan subjek (ET, NK, PA, SD, AW, EK, EB, dan BP) belum menunjukkan upaya untuk menghadapi permasalahan skripsi secara langsung dan saat ini belum melakukan

tindakan yang dianggap berani atau tegas dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.

c. **Seeking Social Support** (mencari dukungan sosial)

Semua mahasiswa semester VII sebanyak 20 orang (ET, EL, NK, ST, AL, LS, DK, US, AT, LT, BJ, PA, EB, SD, AW, NA, SB, MN, EK, BP) menunjukkan kecenderungan untuk mencari dukungan sosial dalam menghadapi kesulitan selama proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa pernah meminta bantuan kepada dosen, teman sebaya, maupun orang tua, baik dalam bentuk dukungan emosional, informasi, maupun bantuan praktis. Selain itu, mahasiswa secara aktif menjalin komunikasi dengan pihak-pihak tersebut serta bersedia menerima masukan dan saran yang dinilai dapat membantu memperlancar proses penyelesaian skripsi.

2) **Emotion-focused** (fokus pada emosi)

a. **Positive Reappraisal** (penilaian positif)

Sebanyak 19 mahasiswa semester VII (ET, EL, NK, ST, AL, LS, US, AT, LT, BJ, PA, EB, SD, AW, NA, SB, MN, EK, BP) menerapkan strategi coping *positive reappraisal* dalam menghadapi permasalahan selama proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa cenderung menafsirkan situasi sulit dengan melihat sisi positif yang dapat diambil, serta memaknai hambatan yang dihadapi sebagai sumber pembelajaran dan pengembangan diri. Meskipun menghadapi berbagai kesulitan, mereka tetap berupaya bertahan dan memandang pengalaman tersebut sebagai bagian dari proses pertumbuhan. Selain itu, sebagian mahasiswa memanfaatkan aspek religius atau spiritual sebagai sarana untuk menenangkan diri dan memperkuat keyakinan bahwa situasi sulit dapat dihadapi serta memiliki tujuan tertentu. Sebaliknya, 1 subjek (DK) tidak menunjukkan kecenderungan untuk melihat sisi positif dari permasalahan yang dialami dan relatif tidak menggunakan pendekatan religius atau spiritual dalam menghadapi situasi tersebut.

b. **Accepting Responsibility** (menerima tanggung jawab)

Sebanyak 19 subjek (ET, EL, NK, ST, AL, LS, DK, US, AT, LT, BJ, PA, EB, AW, NA, SB, MN, EK, BP) menunjukkan sikap tanggung jawab pribadi dengan mengakui bahwa situasi sulit yang mereka hadapi berkaitan dengan tindakan atau keputusan yang diambil sendiri. Para mahasiswa tersebut menyadari kesalahan maupun keterbatasan diri dalam proses penyelesaian skripsi, bersedia bertanggung jawab secara langsung atas permasalahan yang muncul, serta membangun komitmen untuk melakukan perubahan dan menghindari kesalahan yang sama di masa mendatang. Sementara itu, satu subjek (SD) belum sepenuhnya berani mengaitkan situasi sulit yang dialami dengan tindakan atau keputusan pribadi. Namun demikian, subjek tersebut tetap menunjukkan kesadaran terhadap kekurangan diri, khususnya terkait ketidaksesuaian penulisan skripsi dengan topik penelitian yang direncanakan, yang mengakibatkan perlunya banyak revisi. Subjek juga melakukan refleksi diri, berupaya mencari solusi setelah menyadari kesalahan, serta pernah menunjukkan tanggung jawab langsung terhadap permasalahan yang dihadapi.

c. **Self-Controlling** (pengendalian diri)

Sebanyak 17 mahasiswa (**ET, EL, EB, ST, AL, DK, LS, US, AT, LT, BJ, PA, SD, AW, NA, SB, dan MN**) menunjukkan kemampuan dalam mengelola emosi secara sadar. Mereka cenderung menjaga kestabilan emosi dengan menahan diri sebelum memberikan respons terhadap situasi yang memicu kemarahan atau kekecewaan. Ketika emosi mulai meningkat, mahasiswa berupaya menenangkan diri melalui berbagai cara, seperti mengambil jarak dari situasi, tetap bersikap tenang, berdoa, melakukan aktivitas penyegaran, serta terlibat dalam kegiatan yang disukai. Selain itu, mereka menerapkan strategi pengendalian diri, seperti menarik napas dalam, berdiam sejenak, dan mengalihkan perhatian, dengan tujuan memastikan bahwa tindakan yang diambil tidak memperburuk keadaan serta memungkinkan pengambilan keputusan dilakukan dalam kondisi yang lebih tenang. Sementara itu subjek (**NK, EP dan BP**) mengambil keputusan dalam keadaan yang belum tenang, tetapi mereka memiliki upaya menenangkan diri saat emosi mulai memuncak, ketika menghadapi tekanan atau stres dalam proses penyelesaian skripsi, mereka menjaga emosi agar tetap stabil dengan bercerita kepada teman dan mengalihkan diri dengan aktivitas lain seperti olahraga.

d. **Distancing** (menjaga jarak)

Sebanyak 15 subjek (**ET, EL, AL, LS, NK, US, AT, LT, BJ, SD, NA, SB, MN, EB, BP**) menyatakan bahwa mereka pernah mengabaikan permasalahan skripsi untuk sementara waktu dengan tujuan mengurangi beban emosional. Meskipun demikian, mahasiswa tetap memandang permasalahan skripsi sebagai hal yang penting untuk dipikirkan dan diselesaikan. Upaya menciptakan jarak emosional dengan permasalahan selama proses penyelesaian skripsi dianggap membantu dalam meredakan emosi, sehingga mahasiswa merasa lebih tenang dan mampu kembali menghadapi masalah secara lebih terkendali. Sementara itu, lima subjek lainnya (**ST, DK, PA, AW dan EK**) mengungkapkan bahwa meskipun mereka juga pernah menjaga jarak dari permasalahan skripsi untuk sementara waktu, strategi tersebut tidak dirasakan efektif atau membantu dalam mengatasi kesulitan yang dihadapi.

e. **Escape avoidance** (penghindaran / melarikan diri)

Pada strategi coping ini, terdapat empat subjek (**NK, SB, EK, EB**) yang menilai bahwa perilaku menghindar dapat membantu mereka dalam menghadapi permasalahan skripsi. Mahasiswa tersebut memilih untuk menjauh sementara dari masalah dengan alasan agar tidak merasa terbebani, mengurangi tingkat stres, serta menghindari tekanan berlebih yang dapat muncul apabila masalah dipaksakan untuk segera diselesaikan. Bentuk penghindaran dilakukan dengan mengalihkan perhatian dari proses penyelesaian skripsi dan secara sadar menjaga jarak dari permasalahan yang dihadapi. Sebaliknya, sebanyak 16 subjek lainnya (**ET, EL, ST, AL, DK, LS, US, AT, LT, BJ, PA, SD, AW, NA, MN, BP**) berpendapat bahwa strategi menghindar justru dapat meningkatkan beban, mempersulit keadaan, dan menyebabkan permasalahan skripsi tidak terselesaikan.

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa semester VII (Angkatan 2022) Program Studi Bimbingan dan Konseling cenderung menggunakan strategi coping yang adaptif dalam menghadapi stres dan tekanan selama proses penyelesaian skripsi. Dominasi strategi *problem-focused coping*, khususnya *planful problem solving*, *confrontative coping*, dan *seeking social support*, mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa mampu mengelola permasalahan akademik secara aktif dan terarah. Temuan ini memperlihatkan bahwa mahasiswa tidak hanya berfokus pada pengurangan tekanan emosional, tetapi juga berupaya menyelesaikan sumber masalah melalui perencanaan, pengambilan keputusan cepat, serta pemanfaatan sumber daya sosial dan akademik, menyelesaikan masalah secara langsung dengan berdiskusi bersama dosen dan teman, serta bersikap tegas untuk mempercepat penyelesaian skripsi. Selain itu, mahasiswa mencari dukungan emosional, informasi, dan bantuan praktis dari dosen, teman, dan orang tua.

Selain itu, strategi *emotion-focused coping* juga digunakan secara luas, terutama dalam bentuk *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, dan *self-controlling*. Mahasiswa cenderung memaknai revisi dan hambatan skripsi sebagai proses pembelajaran dan pengembangan diri, yang diperkuat dengan refleksi diri serta pendekatan religius atau spiritual. Temuan ini menunjukkan adanya keseimbangan antara pengelolaan masalah secara rasional dan pengendalian emosi secara adaptif, sehingga mahasiswa tetap mampu menjaga kestabilan psikologis selama menghadapi tuntutan akademik yang tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori coping dari Lazarus dan Folkman (1984) yang menyatakan bahwa individu cenderung menggunakan kombinasi strategi *problem-focused* dan *emotion-focused coping* dalam menghadapi stres (Tabet, 2017). Temuan ini juga mendukung penelitian sebelumnya oleh Uy et al., (2025), yang menemukan bahwa mahasiswa dengan strategi coping aktif dan dukungan sosial yang baik memiliki tingkat stres akademik yang lebih rendah. Penelitian oleh Immanuel et al., (2025) serta Humaidah et al., (2024) turut menguatkan bahwa *positive reappraisal* dan *seeking social support* berperan penting dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa. Selain itu, hasil ini konsisten dengan studi Kurniawati & Astrella, (2023) yang menunjukkan bahwa kemampuan perencanaan dan pengendalian diri berkontribusi positif terhadap keberhasilan penyelesaian skripsi.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling menggunakan strategi *coping* yang bervariasi dan bersifat adaptif. Hal ini dikarenakan mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan situasi stres, dan mampu mengurangi beban yang dimiliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Charismana, D. S., Retnawati, H., & Dhewantoro, H. N. S. (2023). Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Ppkn Di Indonesia: Kajian Analisis Meta. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik PendidikanPKn*, 7(1), 2896–2910.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design: Pendekatan Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Broto, H.D.F.C (2026). Stres pada mahasiswa penulis skripsi. (studi kasus pada salah satu mahasiswa Program Stidu Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma). Skripsi. Diakses dari: https://repository.usd.ac.id/6189/2/091114024_full.pdf
- Humaidah, A., Nihayah, Z., & Sumiati, N. T. (2024). Scoping Review: Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa. *Edukatif*, 6(5), 5931–5938.
- Ismiati. (2025). Problematika dan Coping Stress Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Al-Bayan*, 21(32), 15–27.
- Immanuel, A. S., Marheni, A., Indrawati, K. R., Swandi, N. L. I. D., & Bajirani, M. P. D. (2022). Kajian Stres pada Mahasiswa: Sumber Stress dan Kontribusi Strategi Koping. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 5(2), 138–158.
- Kurniawati, P. D., & Astrella, N. B. . (2023). Self-Control Dan Grit Mahasiswa Semester Akhir Di Universitas Yudharta Pasuruan. *Psikologi Prima*, 6(2), 115- 124.
- Lio, S., & Sembiring, K. (2023). Strategi Coping Mahasiswa Tugas Akhir Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(1), 52–61.
- Rafikasari, M. W. N., & Purwandari, E. (2025). Hubungan antara efikasi diri dengan strategi coping pada mahasiswa yang menyusun skripsi. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Richard S. Lazarus, R. S., & Susan Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Sofia, M., & Kamarullah. (2022). Coping Stress Pada Mahasiswa Menyusun Skripsi (Studi Kasus). *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 2615–109.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. In *Klabat Journal of Nursing*.
- SuardiWekke, I., Aris, R. K., Habe, S., Stambol A. Mappasere, N. S., Harum, A., Sitti Aisyah, A., Ahmar, Y., Agus Salim, R. dan I. A. N., Anis G, N., Suparman, Amin Kadir, dan H. K., M. Adhar Lebaran R, S., & Pancaitana, A. M. akib dan A. (2019). *Metode Penelitian Sosial*.
- Sunyoto, D., Saksono, Y., & Intan Syahrah Febiantika, S. (2022). strategi coping stresor beda karekteristik. 4–5.
- Usralelil, Melly, & Deliana, R. (2020). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau yang Menyusun Skripsi Usralelil,. 20(3), 967–970.
- Uy, H. F. B., Narsico, P. G., Estudillo, J. L., Delantar, J. R., & Narsico, L. O. (2025) — Psychological Well-Being and Social Support as Moderators of the Stress Coping–Performance Relationship Among University Students. *International Journal of Multidisciplinary: Applied Business and Education Research*, 6(9), 4520–4533.