

**STRATEGI KOPING DAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
DALAM MELAKSANAKAN KULIAH DARING SAAT PANDEMI
COVID-19**

Mia Amalia

Nanum Sofia

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta,
Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi koping dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menjalani pembelajaran daring pandemi Covid-19. Responden dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang berjumlah 150 orang yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan yang sedang menjalani pembelajaran daring. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner melalui *google form*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi dan regresi linier sederhana untuk mengetahui hubungan serta pengaruh antara strategi koping dengan stres akademik. Hipotesis dari penelitian ini ialah adanya hubungan negatif signifikan antara strategi koping dengan stres akademik pada mahasiswa yang sedang menjalani pembelajaran daring pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan skala strategi koping yaitu skala *Brief COPE* yang dikembangkan oleh Carver, Scheier, dan Weintraub serta skala stres akademik yang telah diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia, yaitu skala *Perception of Academic Stress (PAS)* oleh Bedewy dan Gabriel (2015). Hasil penelitian ini menunjukkan strategi koping berkorelasi dengan stres akademik. Semakin tepat strategi koping yang diterapkan, maka semakin rendah tingkat stres akademik seseorang. Selain itu, strategi koping memiliki pengaruh sebesar 5,6% terhadap stres akademik.

Kata Kunci: Strategi Koping, Stres Akademik, Mahasiswa, Pembelajaran Daring dan Luring, Pandemi Covid 19