

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KECEMASAN DENGAN STRATEGI KOPING  
DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS AL-IRSYAD  
CILACAP**

*Relationship Between Stress Level And Anxiety With Coping Strategy*

*In Preparing Thesis For Students Al-Irsyad University Cilacap*

**Ikhsan Kurniawan<sup>1</sup>, Trimeilia Suprihatiningsih<sup>2</sup>, Sarwa<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Al-Irsyad Cilacap

Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

**ABSTRAK**

Strategi koping merupakan cara mengatasi masalah dengan memperdayakan diri, dalam menyusun skripsi mahasiswa rentan mengalami stres yang disebabkan oleh tuntutan, serta permasalahan yang membebani sehingga menimbulkan kecemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kecemasan dengan strategi koping dalam menyusun skripsi pada mahasiswa di Universitas Al-Irsyad Cilacap. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*, analisis bivariat menggunakan uji statistik korelasi *spearman rank*. Hasil analisis univariat sebagian besar mahasiswa stres (59.0%), mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan ringan (90.2%), dan sebagian besar mahasiswa yang menggunakan strategi koping adaptif (94.3%). Analisa bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan strategi koping ( $p \text{ value } 0.023 < 0.05$ ), tidak terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan strategi koping ( $p \text{ value } 0.372 > 0.05$ ).

**Kata Kunci :** tingkat stres, kecemasan, strategi koping.

**ABSTRACT**

*Coping strategies are a way to overcome problems by deceiving themselves, in compiling a thesis students are prone to experience stress caused by demands, as well as problems that burden so as to cause anxiety. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and anxiety levels with coping strategies in compiling a thesis on students at Al-Irsyad University Cilacap. This type of research is quantitative with a Cross Sectional approach. This type of research is total sampling techniques, bivariate analysis using spearman rank correlation statistics test. The results of univariate analysis, most of the students were stressed (59.0%), the majority of students experienced mild anxiety (90.2%), and most of students who used adaptive coping strategies (94.3%). Bivariate analysis showed that there was a relationship between stress levels and coping strategies ( $p \text{ value } 0.023 < 0.05$ ), there was no relationship between the level of anxiety and coping strategies ( $p \text{ value } 0.372 > 0.05$ ).*

**Keywords:** stress level ,anxiety, coping strategy