

Hubungan Antara Tipe Kepribadian Dengan Strategi Coping Pada Mahasiswa

Nesya Luthfi Azahra, Fajar Rosyidi

IAIN Kudus, Indonesia, IAIN Kudus, Indonesia

azahranesya296@gmail.com, fajarroseyidi@iainkudus.ac.id

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk. Mengetahui tipe kepribadian yang dimiliki oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus. Selanjutnya mengetahui strategi coping yang dimiliki oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus. Dan mengetahui adakah hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan kolerasi pearson. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan bantuan tabel krejcie dengan jumlah sampel sebanyak 97 responden. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner yang di sebarakan melalui, direct mesengger dan whatsapp dengan bantuan google form. Teknik analisis data yang digunakan yaitu, uji instrumen berupa uji validitas, uji reabilitas, uji asumsi klasik yang berupa uji normalitas dan linearitas, serta teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah uji kolerasi Pearson dan uji koefisien kolerasi dengan bantuan SPSS versi 26.0

Hasil penelitian ini menunjukkan: (1) terdapat 50 (51,5%) mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert, dan 47 (48,5%) mahasiswa memiliki kecenderungan tipe kepribadian introvert. (2) terdapat 42 (43%) mahasiswa yang memiliki strategi coping yang berbentuk problem focussed coping (PFC), 51 mahasiswa (52,6%) mahasiswa yang memiliki strategi coping yang berbentuk emotion focussed coping (EFC), dan 4 (4,1%) mahasiswa yang memiliki strategi coping keduanya (PFC dan EFC). (3) hasil analisis uji kolerasi Pearson menunjukkan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ yang artinya H_0 dalam penelitian ini ditolak dan H_a diterima sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus dan uji koefisien kolerasi (r^2) untuk mengetahui besar hubungan dari variabel tipe kepribadian dan strategi coping didapatkan nilai sebesar 79,7%.

Keywords: tipe kepribadian, strategi coping, mahasiswa.

Pendahuluan

Mahasiswa didominasi oleh individu fase dewasa awal, yang merupakan transisi dari masa remaja menuju masa dewasa dengan rentang usia antara 18 hingga 25 tahun. (Mulyadi, 2017) Pada masa ini dianggap badai topan, karena adanya keinginan untuk menentukan pilihan ataupun keinginan masing-masing. Jika hal ini dapat berjalan dengan lancar dan terarah sesuai rencana yang telah ditentukan akan membuat individu menjadi seseorang yang bertanggung jawab, tetapi jika hal tersebut tidak berjalan serta tidak terarah dengan baik bisa menyebabkan konflik atau tekanan tersendiri bagi individu. Beberapa tekanan atau masalah yang dihadapi mahasiswa ketika mengerjakan tugas perkuliahan ataupun skripsi, seperti kesulitan dalam menentukan judul, kurangnya referensi serta rendahnya motivasi dalam pengerjaan tugas ataupun skripsi, dan bagi mahasiswa yang bekerja akan menimbulkan kelelahan juga sulitnya membagi waktu antara perkuliahan dan pekerjaan (Etika, Hasibuan 2016).

Apabila mahasiswa tingkat akhir tidak mampu menghadapi ataupun mengatasi berbagai tekanan tersebut akan mudah mengalami kecemasan hingga stres. Mahasiswa yang dapat mengatasi stres akan lebih mudah dalam proses belajar. (Risky, Zulharman, dkk, 2014) Mahasiswa yang mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi menunjukkan rendahnya rasa cemas, kepuasan hidup yang lebih besar, dan prestasi akademik yang lebih baik. Untuk mengatasi hal tersebut, mahasiswa perlu memiliki strategi coping. Strategi coping sendiri merupakan upaya yang dilakukan individu secara sadar dan terencana untuk mengatasi stres yang dihadapi. Dan setiap individu memiliki caranya masing-masing dalam melakukan strategi coping untuk menghadapi tekanan ataupun konflik.

Kasus yang terjadi dalam masyarakat seperti pada kasus mahasiswa di Samarinda (12/7) tahun 2020 Mahasiswa diduga gantung diri karena depresi kuliah 7 tahun tak kunjung lulus dan skripsi selalu ditolak dosen pembimbing (Kompas, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut menggunakan strategi coping berpusat emosi yang cenderung negatif dengan melakukan penghindaran dalam menghadapi masalah.

Strategi coping memiliki faktor yang berbeda antar individu, karena salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah tipe kepribadian. Pada penelitian ini, tipe kepribadian difokuskan pada dua tipe kepribadian yaitu tipe kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Kepribadian menurut Eysenck merupakan keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme yang ditentukan oleh keturunan dan lingkungan Tipe kepribadian ekstrovert merupakan individu yang dipengaruhi oleh dunia objektif atau dunia di luar dirinya yang orientasinya tertuju pada pemikiran, perasaan, serta tindakannya dipengaruhi oleh dunia luar atau lingkungan. Sedangkan tipe kepribadian introvert merupakan individu yang dipengaruhi oleh dunia subjektif atau dunia di dalam dirinya sendiri yang memiliki orientasi tertuju ke dalam baik pikiran, perasaan, ataupun penyesuaian diri dengan lingkungan luar yang kurang baik, cenderung memiliki jiwa tertutup, kesulitan dalam bergaul serta tidak terlalu pandai untuk berkomunikasi dengan orang lain (Ika, Irawan, 2019).

Mahasiswa memiliki strategi coping yang berbeda antara satu dengan yang lainnya, dimana mahasiswa yang mencari dukungan sosial termasuk dalam strategi coping berfokus pada masalah, sedangkan yang melakukan penghindaran dengan cara berpergian ke tempat yang disukai termasuk dalam strategi coping yang berpusat pada emosi. Hal ini sesuai dengan pendapat Lazarus dan Folkman (Safitri, Arianti, 2019) strategi coping dibedakan menjadi dua yaitu strategi yang berpusat pada masalah (problem focussed coping), atau yang biasa disebut dengan strategi kognitif, yakni dimana individu mengambil tindakan untuk mengatasi masalahnya melalui berpikir logis serta berusaha memecahkan masalah dengan curhat dan mengambil pelajaran dari proses perenungan. Sedangkan strategi coping yang berpusat pada emosi (emotion focussed coping) merupakan strategi pemberian respon secara emosional. Individu dengan strategi ini merupakan bentuk usaha yang dilakukan untuk mengurangi emosi negatif dengan cara menghindari masalah, penyalahan diri (self blaming), dan penyesalan diri.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi yang memiliki tujuan untuk mengetahui ada tidaknya suatu hubungan antar variabel satu dengan variabel yang lain. Hubungan antar variabel dinyatakan dalam bentuk besarnya koefisien korelasi (bivariat) dan keberartian (signifikan) secara statistik. Populasinya adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi pada mahasiswa BKI IAIN Kudus

angkatan 2018 berjumlah 128 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan tabel krejcie sebagai acuan. Jadi, jika populasi penelitian adalah 128 mahasiswa dengan tingkat kesalahan 5% maka sampel yang akan digunakan sebanyak 97 mahasiswa. Metode pengumpulan data merupakan cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data secara objektif menggunakan angket (questioner). Teknik analisis data dengan berbagai tahap, dengan bantuan SPSS 26.0.

Kajian Teori

Tipe Kepribadian

Kata kepribadian atau personality berasal dari bahasa latin yaitu persona, yang berarti topeng yang dipakai oleh pemain sandiwarra dalam pertunjukan teater. (Sobur, 2013) mengatakan bahwa konsep awal kepribadian (pada masyarakat awam) merupakan tingkah laku yang ditunjukkan pada lingkungan sosial, kesan mengenai diri yang diinginkan agar dapat ditangkap oleh lingkungan sosial.

Aldof (Kuntjojo, 2009) mendefinisikan kepribadian merupakan pola kemampuan yang menyeluruh, yang terwujud dalam tingkah laku serta usaha untuk menjadi manusia sebagaimana dikehendaknya, seperti perbuatan serta kebiasaan seseorang baik jasmani maupun rohani, emosional, maupun sosial, pola ini telah tertata dalam cara yang khas dibawah beragam pengaruh dari luar. Sedangkan menurut Krech and Crutchfield (1948) "Personality is the integration of all of an individual's characteristics into a unique organization that determine, and is modified by, his attempts at adaption to his continually changing environment" yang berarti, kepribadian merupakan integrasi dari semua karakteristik individu yang menjadi satu kesatuan yang unik serta ditentukan dan di modifikasi oleh usaha dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang berubah terus menerus. Kepribadian juga merupakan kualitas tingkah laku individu yang terlihat dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan secara unik.

Jung (1971) mengemukakan bahwa tipe kepribadian di bagi menjadi dua yaitu (1) Tipe Kepribadian Ekstrovert. tipe ekstrovert merupakan pribadi yang lebih mengarahkan ke pengalaman serta memusatkan perhatiannya ke dunia luar tanpa memikirkan mengenai persepsinya, memiliki kecenderungan untuk berinteraksi dengan orang sekitar, aktif dan ramah. Ekstrovert sangat terpengaruh dengan dunia luar, hal ini terlihat orang ekstravertif sangat menaruh perhatian mengenai orang lain dan dunia luar, aktif, santai dan tertarik dengan dunia luar. (2) Tipe Kepribadian Introvert. Tipe kepribadian introvert merupakan individu yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya, pada "aku-nya". Individu dengan tipe introvert lebih mengarahkan ke arah pengalaman subjektif, memusatkan dirinya kedalam dunia privat yang dimana kehidupan realita berasal dari hasil pengamatan, lebih suka sendiri, pendiam atau tidak ramah, antisosial dan umumnya suka berindak introspektif. Individu bertipe introvert selalu dipengaruhi oleh dunia subjektif, yaitu dunia dalam dirinya sendiri. Orientasi utamanya lebih tertuju kedalam, pikiran, perasaan, serta tindakan tindakan yang terutama ditentukan oleh faktor subjektif.

Strategi Coping

Coping adalah respon dari tingkah laku dan pikiran individu yang dilakukan secara sadar serta bertujuan untuk meningkatkan perkembangan individu dalam menghadapi stres, seperti pengembangan kontrol pribadi individu (Pratitis, 2013). Selain itu coping juga di artikan sebagai perilaku yang dilakukan seseorang baik terlihat maupun tersembunyi dalam mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stres. Strategi coping merupakan

suatu proses yang mengatasi kesenjangan antara tuntutan-tuntutan yang dirasakan dalam suatu situasi yang menekan, mengancam, atau menimbulkan stress.

(Maryam, 2017) Strategi coping dibagi menjadi dua jenis. (1) Strategi coping berfokus pada masalah. Strategi coping berfokus pada masalah merupakan bentuk tindakan yang diarahkan untuk menghadapi atau memecahkan masalah. Individu yang menggunakan strategi coping ini cenderung menilai masalah yang sedang dihadapi masih bisa dikontrol dan bisa diselesaikan. (2) Strategi coping berfokus pada emosi merupakan bentuk usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi yang diharapkan dapat melakukan usaha tanpa mengubah stresor secara langsung. Perilaku coping ini individu merasa tidak bisa mengubah kondisi yang menekan dan hanya bisa menerima kondisi yang dikarenakan kemampuan atau sumber daya yang dimiliki tidak mampu mengatasi kondisi tersebut.

Secara umum strategi coping dibagi menjadi dua macam yaitu problem focussed coping merupakan strategi coping dalam menghadapi permasalahannya berorientasi pada masalah dalam hal ini individu melakukan penyelesaian masalah atau situasi secara langsung ke sumber penyebab permasalahan. Sedangkan emotion focussed coping merupakan strategi coping dalam menghadapi masalah yang berorientasikan pada emosi yang tingkah laku individunya diarahkan pada usaha untuk mengatasi ataupun menghadapi tekanan-tekanan emosi atau stres yang ditimbulkan oleh asalah tersebut. Perilaku strategi coping yang dilakukan tiap individu berbeda karena latar belakang yang dimiliki tiap individu tersebut. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku strategi coping yang dilakukan tiap individu antara lain, jenis kelamin, tingkat pendidikan, konteks lingkungan, dan sumber individual, status sosial-ekonomi, dukungan social, dan kepribadian. Faktor strategi coping yang digunakan dalam penelitian ini difokuskan pada tipe kepribadian. Tipe kepribadian ini akan mempengaruhi strategi coping mahasiswa dalam menghadapi permasalahan atau situasi yang penuh dengan tekanan. Individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert merupakan individu yang cenderung ekspresif, ramah, dapat menyesuaikan dengan lingkungan baru. Sedangkan individu yang memiliki tipe kepribadian introvert merupakan individu yang cenderung tertutup dan jarang berinisiatif untuk memulai komunikasi dengan lingkungan yang baru. Hal bahwa tipe kepribadian ekstrovert lebih mengarahkan pribadi ke dalam pengalaman obyektif, lebih memusatkan perhatiannya ke dunia luar daripada berpikir mengenai persepsinya, yang memiliki orientasinya tertuju kedalam pikiran dan perasaannya yang ditentukan oleh lingkungan. Sedangkan tipe kepribadian introvert lebih dipengaruhi dunia subjektif yang orientasi utamanya terletak kedalam pikiran dan perasaan serta tindakan yang utama di tentukan oleh faktor subjektif.

Pembahasan

Hasil analisis penelitian mengungkapkan bahwa tipe kepribadian pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus, yaitu tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. Pada kategori ekstrovert terdapat 50 (51,5%) mahasiswa, dan pada kategori introvert terdapat 47 (48,5%). Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus didominasi oleh tipe kepribadian ekstrovert 50 (51,5%) mahasiswa. Tipe kepribadian ekstrovert merupakan individu yang dapat mengarahkan dirinya ke lingkungan sekitar, bersikap ramah, hangat, suka berteman, dan memiliki banyak teman. Mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung menikmati berbagai kegiatan, suka mempelajari hal baru, tidak bisa berdiam diri, dan lebih mementingkan tindakan dibandingkan resiko yang terjadi. Kondisi ini akan dengan perilaku yang berhubungan dengan banyak orang seperti berbicara di depan umum.

Sebaliknya untuk tipe kepribadian introvert pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus, yaitu sebanyak 47 (48,5%) mahasiswa. Tipe kepribadian introvert memiliki karakteristik yang berlawanan dengan ekstrovert yaitu individu cenderung pendiam, tidak mudah berteman, teliti, pesimis, tenang, pasif, dan terkontrol. 9 Mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert merupakan seseorang yang kesulitan dalam mengambil, lebih suka menyendiri, bersikap hati-hati dan pendiam. Mengetahui tipe kepribadian sangatlah dibutuhkan bagi setiap mahasiswa dalam menghadapi permasalahan baik secara pribadi maupun perkuliahan. Oleh sebab itu kepribadian merupakan kesatuan ruang lingkup yang dapat membimbing individu dalam menyesuaikan diri pada lingkungan fisik yang mencakup baik pikiran, perasaan, dan perilaku dalam keadaan dasar ataupun tidak sadar, serta lingkungan sosial. Kondisi lingkungan sosial yang berbeda, berbeda pula pengalaman dan pengamatan yang diterima oleh tiap mahasiswa. Tidak heran bila ada perbedaan kepribadian pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus.

Tingkat strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus, bahwasanya dari 97 responden sebagai subjek penelitian terdapat 42 (43,3%) mahasiswa yang memiliki strategi coping yang berbentuk problem focussed coping (PFC), 52,6% atau 51 mahasiswa yang memiliki strategi coping emotion focussed coping (EFC), dan 4,1% atau 4 mahasiswa yang memiliki strategi coping keduanya (PFC dan EFC).

Hal ini menunjukkan bahwa adanya indikasi yang positif terhadap mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus, karena tingkat kemampuan strategi coping yang diperoleh dari hasil penelitian ini menunjukkan dominan pada kategori strategi emotion focussed coping (EFC) dengan persentase 52,6% atau sebanyak 51 mahasiswa. Dapat disimpulkan bahwa strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengatasi atau menanggulangi tekanan dari permasalahan skripsi yang dihadapi dengan mengendalikan respon emosinya.

Hal ini sesuai dengan pendapat Baron dan Byrne yang menyatakan bahwa strategi coping merupakan kemampuan respon individu dalam mengatasi masalah yang dirasakan dan dipikirkan oleh individu, yang bertujuan untuk mengontrol, mentolerir, dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi.

Sedangkan 42 (43,3%) mahasiswa yang memiliki strategi coping yang berbentuk problem focussed coping (PFC), artinya bahwa strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengatasi atau menanggulangi tekanan dari permasalahan skripsi yang dihadapi cenderung berusaha untuk menghadapi tekanan atau tuntutan yang dialami dengan cara mencari alternatif pemecahan masalah yang dialami. Dan 4,1% atau 4 mahasiswa yang memiliki strategi coping keduanya (PFC dan EFC) artinya bahwa strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengatasi atau menanggulangi tekanan dari permasalahan skripsi yang dihadapi cenderung menyelesaikan masalah dengan aktif mencari penyelesaian masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stres, serta mampu mengendalikan respon emosi dengan baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat (Aldwin dan Revenson, 1987) bahwa strategi coping merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu dalam menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapi. Bentuk strategi coping dibagi menjadi dua yaitu problem focussed coping (strategi coping yang berpusat pada masalah) yang merupakan strategi yang dilakukan oleh individu secara aktif menangani situasi stres yang dialami oleh individu agar terbebas dari masalah dan emotion problem coping (strategi coping yang berpusat pada emosi), strategi ini mengikutsertakan usaha mengubah emosi berdasarkan pengalaman yang disebabkan oleh peristiwa yang menimbulkan stres.

Hasil analisis uji kolerasi dilakukan dengan menggunakan teknik kolerasi Pearson yang dibantu dengan program SPSS versi 26.0. Berdasarkan data yang terkumpul dan dianalisis didapatkan nilai sig sebesar 0,00 dimana nilai tersebut $< 0,05$ yang berarti hipotesis H_0 dalam penelitian ini ditolak dan hipotesis H_a diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa bimbingan konseling islam angkatan 2018 IAIN Kudus yang sedang mengerjakan skripsi.

Kemudian dalam pengujian koefisien determinasi untuk mengetahui besarnya hubungan variabel independent terhadap dependen didapatkan nilai 0,797 atau 79,7%. Dapat dikatakan bahwa tipe kepribadian berhubungan dengan strategi coping sebesar 79,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain atau variabel lain. Diketahui juga nilai koefisien determinasi (r^2) yaitu 0,893. Dapat disimpulkan bahwa variabel independen (tipe kepribadian) berhubungan dengan variabel dependen (strategi coping) dalam kategori kuat.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa tipe kepribadian memiliki hubungan yang positif dengan strategi coping pada mahasiswa prodi Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jika mahasiswa memiliki tipe kepribadian pada kategori tinggi (tipe kepribadian ekstrovert), maka ia cenderung memiliki strategi coping yang tinggi juga (problem focussed coping) dalam mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dianggap sebagai hambatan atau ancaman yang bersifat merugikan selama pengerjaan skripsi.

Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa hasil penelitian sesuai dengan teori yang ada. Taylor (2012) mengemukakan bahwa yang mempengaruhi strategi coping salah satunya adalah tipe kepribadian. Selain tipe kepribadian juga terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi strategi coping yaitu, faktor yang berasal dari luar individu, yang berupa waktu, uang, pendidikan, kualitas hidup, dukungan sosial dan keluarga, teman serta tenaga professional yang dapat membantu mempermudah individu dalam melakukan strategi coping yang tepat dalam membantu menghadapi serta memecahkan masalah. Menurut Taylor (2012), tipe kepribadian mempengaruhi respon seseorang dalam menghadapi stres dan strategi coping. Individu yang biasanya cenderung menggunakan strategi coping berfokus pada masalah (problem focussed coping) merupakan individu yang memiliki sifat optimis, karena mereka cenderung yakin bahwa setiap masalah pasti ada solusinya, jika mau mencoba untuk berpikir dan berusaha menghadapi, bukan hanya sekedar pasrah dengan keadaan yang terjadi. Sifat optimis ini dapat dijumpai pada orang yang berkepribadian ekstrovert. Menurut Eysenck, individu dengan berkepribadian ekstrovert memiliki ciri-ciri, mudah bergaul, suka dengan keramaian, mengambil tantangan, memiliki banyak teman, sering bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu, selalu siap menjawab, tidak banyak pertimbangan, memiliki sikap optimis dan cenderung agresif. Sedangkan tipe introvert adalah kebalikan dari trait ekstravertif yaitu, tidak sosial, pendiam, pasif, penakut, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis dan ragu.

Individu dengan tipe kepribadian introvert, merupakan individu lebih dipengaruhi dunia subjektif yang orientasi utamanya terletak kedalam pikiran dan perasaan serta tindakan yang utama ditentukan oleh faktor subjektif. Sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh (Metia 2012), seseorang dengan kepribadian yang cemas atau takut akan dirinya sendiri, atau seseorang yang puas akan dirinya sendiri, memiliki kecenderungan menghindari dari tekanan yang sedang dihadapi. Sehingga tipe kepribadian introvert memiliki cenderung menggunakan emotional focussed coping, karena individu dengan tipe ini memiliki trait yang kebalikan dari ekstraversi, yakni tidak sosial, pendiam, pasif, ragu, banyak pikiran, sedih, penurut, pesimis dan penakut, serta jarang berinisiatif untuk memulai

komunikasi dengan lingkungan baru yang sesuai dengan bentuk emotional focussed coping yaitu beranganangan, mengkritik diri sendiri, serta menolak, melupakan, bahkan menghindari masalah.

Simpulan

Hasil analisis persentase tipe kepribadian, diketahui dari 97 mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert berjumlah sebanyak 50 (51,5%), dan 47 (48,5%) mahasiswa memiliki tipe kepribadian introvert. Dimana tipe kepribadian ekstrovert merupakan tipe kepribadian yang lebih mengutamakan luar dirinya dan cenderung membuka diri terhadap dunia luar, menyukai keramaian dengan banyak interaksi dan aktivitas sosial. Sedangkan introvert merupakan tipe kepribadian yang lebih mementingkan dalam dirinya dan memiliki kecenderungan menutup diri dari dunia luar, tipe kepribadian ini lebih memilih berada di tempat sepi dan suka menyendiri.

Hasil analisis distribusi frekuensi dari 97 responden sebagai subjek penelitian terdapat 42 (43,3%) mahasiswa yang memiliki strategi coping yang berbentuk problem focussed coping (PFC), 52,6% atau 51 mahasiswa yang memiliki strategi coping emotion focussed coping (EFC), dan 4,1% tau 4 mahasiswa yang memiliki strategi coping keduanya (PFC dan EFC). Hasil analisis uji kolerasi dilakukan dengan menggunakan teknik kolerasi Pearson, didapatkan nilai sig sebesar 0,00 dimana nilai tersebut $< 0,05$ yang berarti H_0 dalam penelitian ini ditolak, maka H_a diterima. Sehingga terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus yang sedang mengerjakan skripsi. Kemudian dalam pengujian koefisien determinasi (nilai R square) sebesar 0,797 yang artinya variabel tipe kepribadian (variabel independen) memberikan kontribusi sebesar 79,7% terhadap variabel strategi coping (variabel dependen), sedangkan sisanya disebabkan faktor lain. Diketahui juga nilai koefisien kolerasi (r^2) sebesar 0,983. Dapat disimpulkan bahwa variabel tipe kepribadian (variabel independen) berhubungan dengan variabel strategi coping (variabel dependen) dalam kategori sangat kuat.

Daftar Pustaka

- Aldwin, C.M. & Revenson, T.A. 1987. Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 53, No. 2, 337-348
- Cut Metia. 2012. Strategi Coping terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau dari Tipe Kepribadian pada Remaja Wanita. *PERSONIFIKASI*. Vol. 3, no. 2, (2012): 47.
- Elsavina Rizky, Zulharman, dan Devi Risma. 2014. Hubungan Efikasi Diri Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *JOM FK*, no. 2 (2014): 2
- Feist, J., Feist J. G., & Roberts, T. 2017. *Theories of Personality*. Edisi ke-9. McGraw-Hill. New York. USA.
- Jung, C.G. 1971. *Psychological Types*. New Jersey : Princeton University Press
- Krech, David dan Richard S. Crutchfield. 1948. *Theory and Problems of Social Psychology*. McGraw Hill.
- Taylor, S. E. 2012. *Health Psychology*. Eighth Edition. New York: Mc Graw Hill.
- Kuntjojo. 2009. *Psikologi Kepribadian. Pendidikan Bimbingan dan Konseling*: Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Maryam, Siti. 2017. Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*. Vol 1 No 2 Agustus 2017.
- Mulyadi, dkk. 2017. Penerapan Teknik Manajemen Diri dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa STKIP Muhammadiyah Enrekang. *EDUMASPUL: Jurnal Pendidikan*. Vol. 1, No. 2 Oktober 2017, hlm 93.
- Niken Titi Pratitis. 2013. Peran Kreativitas dalam Membentuk Strategi Coping Mahasiswa Ditinjau dari Tipe Kepribadian Gaya Belajar. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 24, no. 2
- Nur Etika dan Wilda Fasim Hasibuan. 2016. Deskripsi Masalah Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal KOPASTA*, no. 1, 2016, hlm 42-44.
- Putri Puspitasari Ika dan Sapto Irawan. 2019. Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Interaksi Sosial Karang Taruna Dukuh Klarisan Kelurahan Tanduk Kecamatan Ampel Kabupaten Boyolali. *Jurnal Mimbar Ilmu* no. 1 (2019): 90
- Rosyidi, F., Suprpto, R., & Saputri, N. 2021. Islamic Group Counseling using Socratic Dialogue To Develop Emotional Intelligence. *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 12(2), 297-310.