

## ANALISIS COPING STRATEGY PADA MAHASISWA SALAH JURUSAN

Arini Khimaya Alaa<sup>\*</sup>

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang, Indonesia  
[arinikhimaya09@gmail.com](mailto:arinikhimaya09@gmail.com)

**Abstrak:** Choosing a college major is important based on interests so that a person can be more active and confident in developing their potential. Conversely, if a choice is not based on interest, it will lead to various problems including psychological, academic and relational. These problems can lead to stress in students. When students are stressed, there is one way called a coping strategy that can be useful in overcoming these conditions. This study aims to determine the level of use of coping strategies in students with the wrong major. The method used is descriptive quantitative with purposive sample technique. The sample amounted to 70 students of Sharia Banking at Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang class of 2021 who felt they had the wrong major. The data collection technique uses an adaptation scale instrument from Lazarus and Folkman's "Ways of Coping". The scale consists of 50 valid statements with a reliability of 0.995. Based on descriptive tests of the use of coping strategies in students with the wrong major, Sharia Banking students class of 2021 are in the moderate category, with a value of 79%. The type of coping strategy that has the highest average score is the problem-focused coping type, with a score of 248 on the aspect of planful problem solving. Then, in the type of emotional-focused coping, the highest is the self-controlling aspect, with an average score of 243.

**Keywords:** Wrong Major, Stress, Coping Strategy Salah Jurusan, Stres, Coping Strategy

**Abstrak:** Memilih jurusan kuliah penting dipilih berdasarkan minat agar seseorang dapat lebih aktif dan percaya diri dalam mengembangkan potensi dirinya. Sebaliknya, jika menjalani suatu pilihan tidak berdasarkan minat akan memunculkan berbagai masalah antara lain psikologis, akademis serta relasional. Berbagai masalah tersebut dapat mengarah pada timbulnya stres pada mahasiswa. Ketika mahasiswa stres, terdapat salah satu cara yang disebut dengan *coping strategy* yang dapat berguna dalam mengatasi kondisi tersebut. Penelitian ini bertujuan mengetahui tingkat penggunaan *coping strategy* pada mahasiswa salah jurusan. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif deskriptif dengan teknik sampel *purposive*. Sampel berjumlah 70 orang mahasiswa Perbankan Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021 yang merasa salah jurusan. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen skala adaptasi dari "Ways of Coping" milik Lazarus dan Folkman. Skala terdiri dari 50 pernyataan yang valid dengan reliabilitas 0.995. Berdasarkan uji deskriptif terhadap penggunaan *coping strategy* pada mahasiswa salah jurusan, mahasiswa Perbankan Syariah angkatan 2021 termasuk dalam kategori sedang, dengan nilai 79%. Jenis *coping strategy* yang memiliki skor rata-rata tertinggi adalah jenis *problem-focused coping*, dengan skor 248 pada aspek *planful problem solving*. Kemudian, pada jenis *emotional-focused coping*, yang tertinggi adalah aspek *self-controlling*, dengan skor rata-rata 243.

**Kata Kunci:** Salah Jurusan, Stres, Coping Strategy

## PENDAHULUAN

Memilih jurusan kuliah berdasarkan minat sangatlah penting. Sebab, minat memberi dorongan kepada seseorang untuk lebih aktif dan tertarik, serta lebih percaya diri dalam mengembangkan potensi (Saragih & Simbolon, 2022). Sebaliknya, jika suatu pilihan atau aktivitas yang tidak dilandasi dengan minat akan menyebabkan

timbulnya rasa jemuhan, maka dapat menurunkan hasil dari sebuah pencapaian kegiatan tersebut, seperti halnya problematika salah jurusan. Mahasiswa terkategori salah jurusan apabila: *pertama*, mahasiswa telah memahami minat dan bakatnya sebelum masuk perguruan tinggi. *Kedua*, ketika memasuki perguruan tinggi, mahasiswa telah masuk pada jurusan yang tidak sesuai dengan

minatnya. *Ketiga*, pemilihan jurusan berdasarkan pertimbangan rendahnya *passing grade*, kurangnya informasi yang memadai mengenai dengan pilihan jurusan yang dituju pengaruh dari *significant person* (Endang R. & Intani, 2010).

Putri (2018) dalam penelitiannya yang dilakukan selama dua tahun terhadap lebih dari 400.000 mahasiswa di seluruh Indonesia, menyatakan bahwa 45% mahasiswa merasa salah mengambil jurusan. Bahkan hasil *survey* pada tahun 2020 terhadap mahasiswa jurusan teknik informatika juga membuktikan bahwa hampir 50% mahasiswa merasa tidak cocok dengan jurusannya (Primayasa et al., 2020). Kesalahan dalam memilih jurusan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya orang terdekat, kurang persiapan menghadapi ujian masuk perguruan tinggi, kurang memahami dan mengenal jurusan yang dituju, pertimbangan prospek kerja, serta menghindari kejemuhan setelah lulus SMA (Saragih & Simbolon, 2022).

Selain masalah tersebut, beberapa masalah lain turut muncul akibat salah jurusan pada mahasiswa antara lain masalah psikologis, akademis, dan relasional (Mustofa, 2015). Dari sisi psikologis permasalahan yang sering muncul berupa rasa ketidaknyamanan, kegelisahan, marah, dan tidak bahagia. Hal ini mengakibatkan hilangnya motivasi, dan menghambat produktivitas mahasiswa. Pada sisi akademis ditunjukkan dengan kurang optimalnya prestasi belajar. Kemudian dari sisi relasional, permasalahan yang sering terjadi adalah mahasiswa menarik diri dari lingkungannya, karena timbul rasa tidak nyaman dengan situasi perkuliahan (Wulandari et al., 2022).

Oleh karenanya, salah jurusan sangat tidak menutup kemungkinan berdampak pada timbulnya perasaan-perasaan negatif seperti kesal, kecewa, dan sedih. Jika tidak dapat dikelola dengan baik, maka hal ini dapat memicu stres dan akan berdampak kepada produktivitas di bangku kuliah. Menurut Rahmawati (2017) dalam penelitiannya juga mengafirmasi hal tersebut bahwa penentuan jurusan yang salah dapat menjadi *academic stressor* bagi mahasiswa yang dapat memicu reaksi

terhadap pikiran, perilaku, gerak tubuh dan perasaan mahasiswa seperti cemas, murung dan putus asa. Oleh karenanya, setiap individu membutuhkan *coping strategy* untuk mengatasi kondisi demikian, agar tidak melakukan tindakan yang merugikan bagi sendiri, maupun kepada orang lain. Kesesuaian antara minat dengan keputusan memilih jurusan di perguruan tinggi menjadi hal yang sangat mempengaruhi mahasiswa dalam menjalani proses akademik (Hasanah, 2023).

Pada pra-penelitian kepada 16 mahasiswa jurusan Perbankan Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021 terkait salah jurusan. Survey dilakukan pada tanggal 28 Mei 2024. Survey dilakukan dengan cara menyebarkan google formulir, yang mana didalamnya memuat pertanyaan mengenai sesuai atau tidak sesuaikah jurusan yang ditempuh responden dengan minat dan bakat mereka. Selain itu pernyataan mengenai stres mahasiswa dan *coping strategy* yang digunakan. Dari survey didapatkan hasil 62,5% merasakan jurusan yang ditempuh saat ini tidak sesuai dengan minat dan bakat mereka. Kemudian terkait dengan stres mahasiswa, 52,5% setuju ketika salah jurusan menjadi kurang bersemangat dalam menjalani perkuliahan, 55% merasa kesulitan memahami materi dan 65% khawatir dengan masa depannya. Kemudian mengenai strategi coping, 62,5% mencoba menerima diri berada diri di jurusan saat ini dan 58% berkonsentrasi pada apa yang bisa dia lakukan selanjutnya ketika merasa salah jurusan. Dari hasil survey tersebut menunjukkan bahwa meskipun beberapa mahasiswa banyak yang merasa stres, di samping itu mereka juga memiliki *coping strategy* untuk kondisi tersebut akibat berada pada jurusan yang salah.

Mustofa (2015) melakukan penelitian studi deskriptif untuk mengetahui *coping strategy* apa yang digunakan oleh mahasiswa salah jurusan. Penelitian tersebut dilakukan terhadap 33 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran angkatan 2011-2014 yang mengalami salah jurusan. Mayoritas mahasiswa menggunakan *coping strategy* jenis *emotion focused coping*. Artinya, dominan mahasiswa cenderung mengatasi

permasalahan dengan cara meregulasi respon emosi terhadap masalah, dibandingkan melakukan penanggulangan yang berfokus pada penyelesaian masalah. Adapun mahasiswa yang menggunakan *problem-focused coping*, cara yang sering dilakukan adalah *planful problem solving* dan *confrontative coping*. Perilaku tersebut meliputi mahasiswa mengetahui apa yang harus dilakukan, meningkatkan usaha, fokus terhadap masalah, merubah cara pandang, membuat rencana kegiatan kemudian menganalisis hambatan yang muncul selama menjalani perkuliahan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik mengangkat penelitian mengenai gambaran *coping strategy* ketika menghadapi stres bagi mahasiswa yang salah jurusan. Sehingga peneliti ingin mengetahui "Sejauh mana tingkat penggunaan *coping strategy* mahasiswa Perbankan Syariah Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang salah jurusan?". Peneliti melakukan penelitian kepada mahasiswa jurusan Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021, sebab belum ada penelitian yang mengupas *coping strategy* yang digunakan pada mahasiswa salah jurusan di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Peneliti juga melakukan observasi awal dan didapatkan bahwa jurusan Perbankan Syariah menjadi salah satu jurusan pilihan dari Beasiswa Santri Berprestasi, ketika mereka melakukan pendaftaran beasiswa, mereka memilih jurusan tertentu yang telah ditetapkan bagi penerima beasiswa. Rata-rata mahasiswa memilih jurusan yang telah ditentukan bukan berdasarkan kesesuaian minat mereka terhadap jurusan yang dituju, namun karena adanya kesempatan mendapatkan beasiswa tersebut. Angkatan 2021 dipilih karena merupakan angkatan yang telah melewati masa tahun kedua perkuliahan, dimana masa tersebut terbilang *ideal* untuk pindah jurusan atau mengikuti tes ulang masuk perguruan tinggi. Kemudian penelitian ini bertujuan ingin melihat sejauh mana tingkat penggunaan *coping strategy* yang digunakan pada mahasiswa salah jurusan.

*Coping* sendiri merupakan upaya konstan kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dinilai berat atau

melebihi sumber daya individu (Lazarus & Folkman, 1984). Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Andriyani, 2019) terdapat dua jenis *coping strategy* yakni: *pertama, problem focused-coping* (*coping* terpusat masalah) di mana individu secara langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah. *Kedua, Emotional focused-coping* (*coping* terpusat emosi) di mana individu lebih menekankan pada usaha menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan.

Setelah mengemukakan terkait dimensi *coping strategy*, Lazarus & Folkman (1984) melakukan studi lanjutan terkait variasi dari kedua jenis. Hasil studi menunjukkan adanya total delapan aspek *coping strategy* yang muncul, yakni:

a. *Problem focused coping*

1. *Confrontative coping* merupakan usaha mengubah situasi yang dianggap menekan dengan cara agresif, tingginya tingkat kemarahan, dan pengambilan resiko.
2. *Seeking social support* merupakan usaha mendapatkan bantuan informasi dan kenyamanan emosional dari orang lain.
3. *Planful problem solving* merupakan upaya mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara berhati-hati, bertahap, dan analitis.

b. *Emotional focused coping*

1. *Self-control* merupakan upaya untuk mengatur perasaan ketika menghadapi keadaan yang menekan.
2. *Distancing* merupakan upaya tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindar dari permasalahan seakan-akan tidak terjadi apa-apa.
3. *Positive reappraisal* merupakan upaya mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri.
4. *Accepting responsibility* merupakan upaya sadar akan tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi serta mencoba menerima agar keadaan menjadi lebih baik.

5. *Escape avoidance* merupakan upaya mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain.

## METODE PENELITIAN

### Analisis Data

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental dengan metode deskriptif dan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang memiliki tujuan mendeskripsikan fenomena yang ada, yakni fenomena alam atau fenomena buatan manusia, atau yang digunakan untuk menganalisis atau mendeskripsikan hasil subjek (Adiputra, 2021). Namun tidak dimaksudkan untuk memberikan implikasi yang lebih luas.

### Populasi dan *Sampling*

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 jurusan Perbankan Syariah tahun angkatan 2021 yang berjumlah 120 orang. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan teknik yang diambil yaitu *sampling purposive*. *Non-probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan yang sama bagi setiap bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2019). Sedangkan *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel yang menggunakan pertimbangan tertentu. Peneliti menggunakan *sampling purposive* sebab untuk mendapatkan sumber data yang sesuai dengan tema penelitian mengenai *coping strategy* mahasiswa yang salah jurusan. Peneliti menetapkan beberapa kriteria agar tepat sasaran. Beberapa kriterianya antara lain: *pertama*, mahasiswa/i aktif jurusan Perbankan Syariah UIN Malang. *Kedua*, mahasiswa/i jurusan Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021. *Ketiga*, merasa salah jurusan. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 70 orang.

### Alat Ukur

Skala *coping strategy* dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari alat ukur *“Ways of Coping”*. Item dalam alat ukur ini berjumlah 50 pernyataan. Dimensi *coping* stres terbagi menjadi dua yakni *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping* (Folkman et al., 1986). Selanjutnya, dimensi ini dipecah menjadi beberapa subdimensi yang menggambarkan kecenderungan tipe strategi *coping* yang digunakan oleh subjek penelitian dan dijabarkan ke dalam berbagai indikator perilaku. Data disajikan dalam bentuk ordinal menggunakan skala Likert dengan pilihan jawaban mulai dari Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), hingga Sangat Sesuai (SS). Empat skala ini dipilih agar jawaban tidak terpusat di titik tengah.

### Validitas dan Reliabilitas

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan korelasi Pearson, yaitu dengan menghitung korelasi antara nilai-nilai yang diperoleh dari berbagai pernyataan. Apabila nilai signifikansi dari korelasi Pearson (*p-value*) yang dihasilkan kurang dari 0,05 (sig. < 0,05), maka data tersebut dianggap valid. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 (sig. > 0,05), maka data tersebut dianggap tidak valid (Ghozali, 2011). Adapun nilai *p-value* dari item nomor 1-50 adalah 0.01, yang mana kurang dari 0,05 (<0,05), sehingga semua item dikatakan valid.

**Tabel 1.** Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur

Estimate	Cronbach's $\alpha$
Point estimate	0.995

Pada pengujian reliabilitas alat ukur adaptasi *“Ways of Coping”*, peneliti memilih metode *cronbach's alpha* dengan kriteria yang digunakan untuk menyatakan item reliabel yakni di atas 0,7 (Chadha, 2009). Adapun besarnya reliabilitas alat ukur adaptasi *“Ways of Coping”* dengan *alpha* sebesar 0.995. Sehingga alat ukur

dikatakan reliabel karena nilai *alpha* lebih besar dari 0,7 (>0,7).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti menggunakan dua aplikasi dalam analisis deskriptif, yakni dengan JASP Ver.0.17.2.0 dan Microsoft Excel. Berdasarkan hasil deskriptif dengan menggunakan JASP Ver. 0.17.2.0 ditemukan data deskriptif sebagai berikut.

**Tabel 2.** Statistik Deskriptif

Mo de	Me dian	Mea n	Std. Dev	Var
1	1	1		7
6	6	6		6.
3.	3.	3.	75	6
0	0	0	2	0
0	0	8		
0	0	6		1

(Sumber: Data Primer)

Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa, gambaran *coping strategy* berdasarkan data kuesioner pada 70 mahasiswa aktif jurusan Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021 yang merasa salah jurusan memiliki mean (skor rata-rata) sebesar 163,086. Selanjutnya nilai *standard deviation* (simpangan baku) sebesar 8,752, variasi sebesar 76,601, mode dan median sebesar 163,000.

Penentuan kategorisasi dilakukan berdasarkan mean dengan tujuan untuk menyeimbangkan subjek dibagi tiga yakni rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2021). Formulasi pengkategorian ke dalam tiga kategori interval sebagai berikut

**Tabel 3.** Rumus Kategorisasi

Rumus	Kategori
$X \geq (\sigma.1) + \mu$	Tinggi
$\mu - (1. \sigma) \leq X < \mu + (1. \sigma)$	Sedang
$X < \mu - (\sigma.1)$	Rendah

(Sumber: Data Primer)

Ket:  $\mu = \text{mean}$

$\sigma = \text{standart deviation}$

**Tabel 4.** Kategorisasi Tingkat Variabel *Coping Strategy*

Kategori	Rentang Skor	f	Percentase
Tinggi	$X \geq 172$	9	13%
Sedang	$154 \leq X < 172$	55	79%
Rendah	$X < 154$	6	9%
<b>Jumlah</b>		<b>70</b>	<b>100%</b>

(Sumber: Data Primer)

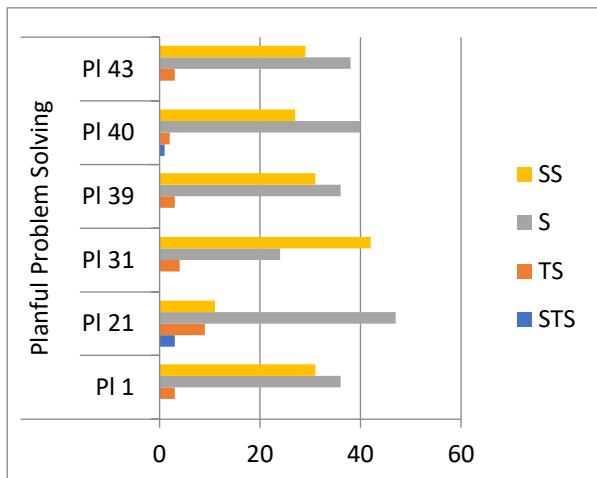
Berdasarkan hasil perhitungan tabel 3 dengan menggunakan Microsoft Excel, dapat diketahui bahwa pada kategori tinggi sebanyak 9 (13%) responden menggunakan *coping strategy* dalam mengatasi masalah salah jurusan, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 55 (79%) responden yang menggunakan *coping strategy*, dan sebanyak 6 (9%) responden berada di kategori rendah dalam menggunakan *coping strategy* untuk mengatasi masalah salah jurusan. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa *coping strategy* telah digunakan bagi sebagian besar mahasiswa angkatan 2021 jurusan Perbankan Syariah yang merasa salah jurusan.

**Tabel 5.** Sebaran Data Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah	Percentase
Laki-laki	37	52,9%
Perempuan	33	47,1%

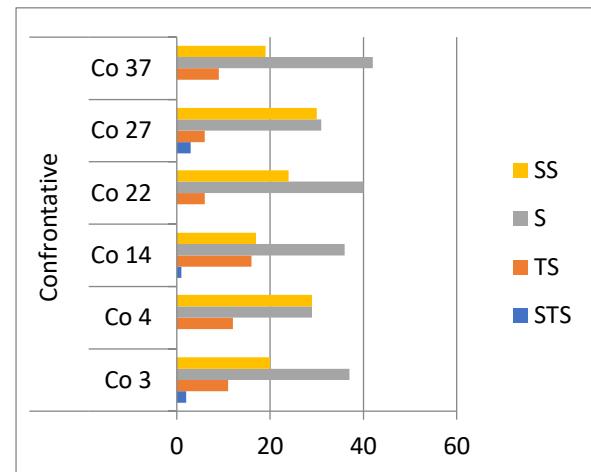
(Sumber: Data Primer)

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa proporsi responden hampir sama. Laki-laki berjumlah 52,9% dan perempuan berjumlah 47,1%. Pada penelitian ini perbedaan antara laki-laki dan perempuan juga tidak berpengaruh pada jenis *coping strategy* yang dilakukan responden.



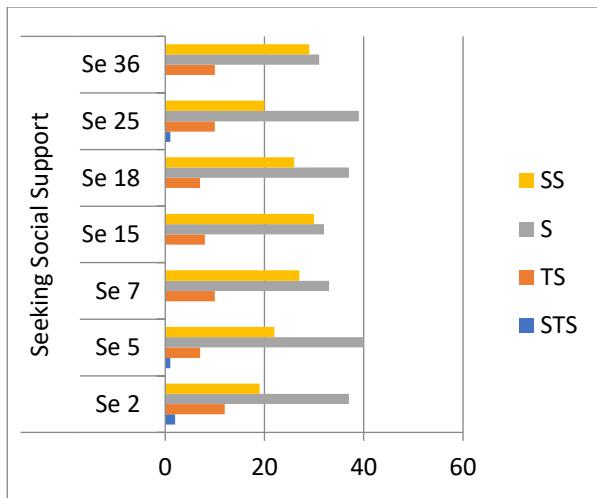
**Gambar 1.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Planful Problem Solving*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 21 dengan 47 (67,14%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya menyiapkan rencana terlebih dahulu untuk pindah ke jurusan yang saya minati sebelum melakukan sesuatu dan mengikutinya.”



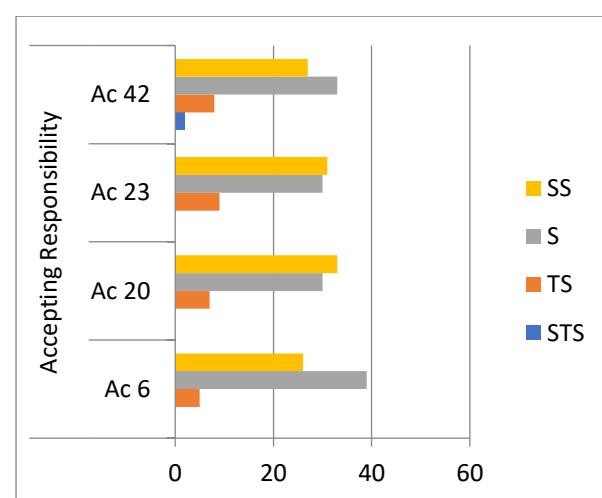
**Gambar 3.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Confrontative*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 37 dengan 42 (60%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya berbicara dengan seseorang untuk mencari tahu bagaimana cara menghadapi situasi ketika berada di jurusan yang salah.”



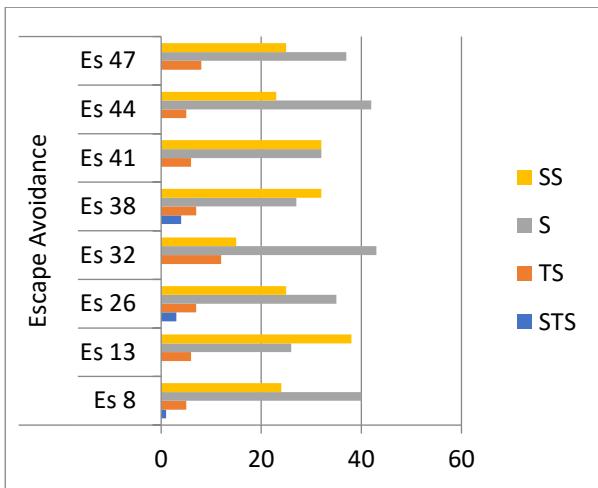
**Gambar 2.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Seeking Social Support*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 5 dengan 40 (57,14%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya berbicara dengan seseorang untuk mencari tahu bagaimana cara menghadapi situasi ketika berada di jurusan yang salah.”



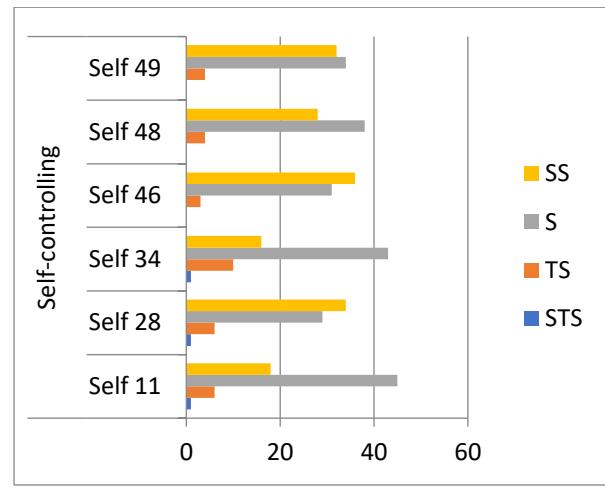
**Gambar 4.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Accepting Responsibility*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 6 dengan 39 (55,71%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya senang mendapatkan kritik dari orang lain.”



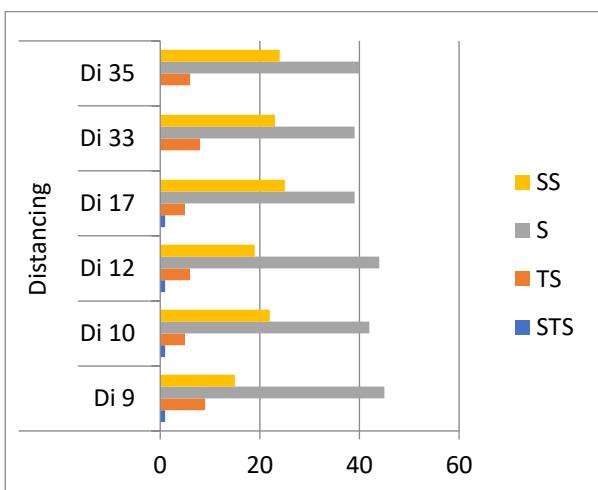
**Gambar 5.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Escape Avoidance*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 32 dengan 43 (61,43%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Ketika saya tidak nyaman berada di lingkungan jurusan yang kurang saya minati, saya suka menarik diri dari teman-teman lainnya.”



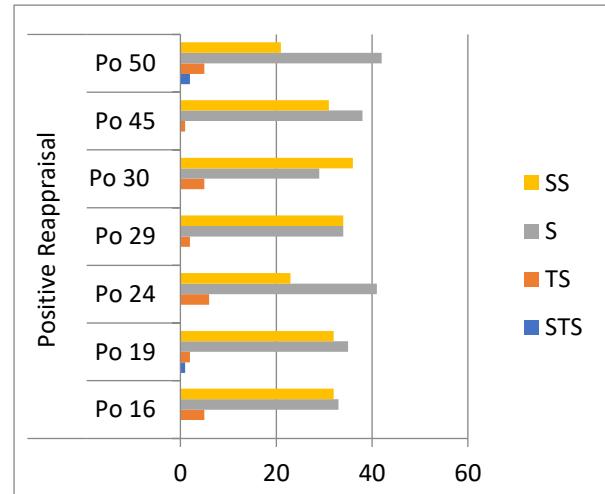
**Gambar 7.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Self-controlling*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 11 dengan 45 (64,29%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya mencoba untuk menenangkan perasaan saya sendiri bahwa saya tidak apa-apa berada di jurusan saat ini, meskipun tidak sesuai dengan minat saya.”



**Gambar 6.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Distancing*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 9 dengan 45 (64,29%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Kadang-kadang, saya merasa berada di jurusan yang salah adalah nasib buruk yang hanya menimpa saya.”



**Gambar 8.** Grafik Presentase Data Pengisian Skala Item Aspek *Positive Reappraisal*

Pada grafik di atas, menunjukkan bahwa item yang memiliki nilai paling tinggi adalah item 50 dengan 42 (60%) responden menyatakan Setuju terhadap pernyataan “Saya selalu berdoa agar dapat bertahan di jurusan saat ini, meskipun tidak sesuai dengan minat saya.”

Berdasarkan analisis deskriptif keseluruhan, diketahui bahwa item yang memiliki skor rata-rata tertinggi adalah item nomor 31 dengan skor 248. Peroleh skor tersebut memberi petunjuk bahwa sebanyak 60% mahasiswa jurusan Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021 telah menggunakan *coping strategy* tipe *problem-focused coping* dengan aspek *planful problem solving*. Adapun perilaku yang tampak, yakni dengan melakukan usaha-usaha tertentu agar dapat mengubah keadaan (Ninno et al., 1998). Sementara itu, kecenderungan perilakunya antara lain mengetahui langkah selanjutnya yang harus dilakukan, meningkatkan usaha, fokus terhadap masalah, merubah cara pandang, membuat rencana kegiatan serta menganalisis hambatan selama menjalani perkuliahan.

Adapun nilai skor rata-rata item yang terendah diantara lainnya adalah item nomor 21, item *planful problem solving*. Meski aspek tersebut sebelumnya telah mendapatkan skor tertinggi, tetapi ternyata konteks pertanyaan juga berpengaruh pada pilihan jawaban responden. Pada *coping strategy* jenis *problem-focused coping*, aspek yang memiliki skor rata-rata tertinggi adalah *planful problem solving*. Sedangkan pada jenis *emotional-focused coping*, aspek yang tertinggi adalah *self-controlling* dengan skor 243. Artinya, mahasiswa melakukan regulasi diri baik dalam perasaan maupun tindakan ketika merasa salah jurusan. Di samping itu, skor rata-rata terendah diperoleh pada aspek *distancing*, dengan perilaku menjaga jarak agar tidak terbelenggu oleh permasalahan (Ninno et al., 1998). Contohnya, seseorang akan tampak kurang peduli pada masalahnya dan seolah-olah tidak terjadi apapun pada dirinya.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis *coping strategy* pada mahasiswa jurusan Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021 yang merasa salah jurusan, dapat diambil kesimpulan bahwa penggunaan *coping strategy* pada mahasiswa angkatan 2021 jurusan Perbankan syariah termasuk dalam kategori tinggi yakni sebesar 13%. Mahasiswa yang termasuk dalam kategori sedang sebesar 79% dan dalam kategori rendah yakni sebesar 9% dari

100%. Dari hasil tersebut, menerangkan mayoritas mahasiswa Perbankan Syariah UIN Malang angkatan 2021 berada pada kategori sedang dalam penggunaan *coping strategy* untuk menangani salah jurusan. Dalam hasil uji deskriptif, pada *coping strategy* jenis *problem-focused coping*, aspek yang memiliki skor rata-rata tertinggi adalah *planful problem solving*. Sedangkan pada jenis *emotional focused-coping*, aspek yang memiliki skor rata-rata tertinggi yaitu *self-controlling*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, M. S. et al. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Andriyani, J. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(2), 37. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (3 ed.). Pustaka Pelajar.
- Chadha, N. . (2009). *Applied psychometry*. SAGE Publications.
- Endang R. & Intani, F. S. (2010). *Coping Strategy pada Mahasiswa Salah Jurusan*.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 992.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS versi 19*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hasanah, A. (2023). Kesesuaian Minat Karir dengan Keputusan Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi. *Journal of Classroom Action Research*, 5, 198–202.
- Lazarus & Folkman, S. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. McGraw-Hill.
- Mustofa, Z. (2015). *STUDI DESKRIPTIF MENGENAI COPING STRATEGY PADA MAHASISWA FAKULTAS X UNIVERSITAS X YANG MENGALAMI SALAH JURUSAN*.
- Ninno Dorosh, P.A., Smith, L.C., & Roy, D. K. (1998). Floods in bangladesh: Disaster Impacts, Household Coping Strategies and Response. *Intl Food Policy Res Inst*.
- Primayasa, W., Arifin, I., & Baharsyah, M. Y. (2020). Pengaruh Salah Pilih Jurusan Terhadap Rasa Putus Asa Mahasiswa Teknik Informatika. *Nathiqiyah*, 3(1), 22–26. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v3i1.76>
- Putri, N. (2018). *Angka Siswa yang Salah Jurusan*

- Masih Tinggi. Skystarventures.com.  
<https://skystarventures.com/blog/business/yo>  
uthmanual-angka-siswa-yang-salah-pilih-  
jurusan-masih-tinggi/
- Rahmawati, K. . (2017). Efektivitas Teknik  
Restrukturisasi Kognitif untuk Menangani  
Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling  
Indonesia*.
- Saragih, F., & Simbolon, G. (2022). Apakah Faktor  
Internal Masih Relevan Dalam Menentukan  
Jurusan Kuliah? *Education For All: Jurnal  
Pendidikan Masyarakat*, 2(1), 17–28.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif  
Kualitatif dan R & D*. Penerbit Alfabeta.
- Wulandari, P. W., Stella, S., & Sarwilly, I. (2022).  
Hubungan Ketidaksesuaian Jurusan Dengan  
Stres Mahasiswa Dalam Menjalankan  
Kegiatan Perkuliahan: The Relationship  
between Department of Disappointment and  
Student Stress in Carrying out Lecture  
Activities. *Jurnal Interprofesi Kesehatan  
Indonesia*, 1(02), 88–94.