

**STRATEGI COPING UNTUK MELAKUKAN MANAJEMEN DIRI
DALAM MENGHADAPI PERSIAPAN UJIAN BTA-PPI
PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Untuk Memperoleh Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)

Oleh :

Yuyun Musyarofah
2017101071

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuyun Musyarofah
NIM : 2017101071
Jenjang : S-1
Fakultas : Dakwah
Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah skripsi yang berjudul **“Strategi Coping Untuk Melakukan Manajemen Diri Dalam Menghadapi Persiapan Ujian BTA-PPI Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto”**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi ini, diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar Pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti ada pernyataan saya yang keliru, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh

Purwokerto, 19 April 2024

Saya yang menyatakan,



1000
METERAN
POS
FBAKX759404097

Yuyun Musvarofah

2017101071



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

**STRATEGI COPING UNTUK MELAKUKAN MANAJEMEN DIRI DALAM
PERSIAPAN UJIAN BTA-PPI PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

Yang disusun oleh **Yuyun Musyarofah** NIM. 2017101071 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri, telah diujikan pada hari Jumat tanggal 19 April 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial** dalam **Bimbingan dan Konseling** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Turhamun, M.S.I
NIP. 19870202220190310011

Sekretaris Sidang/Pengujian

Yusuf Heriyanto, M.Kom
NIP. 198110040203211012

Penguji Utama

Imam Alfi, M.Si
NIP. 198606062018011001

Mengesahkan,
Purwokerto, 24 April 2024

Dekan,



Dr. Muskinul Fuad, M.Ag
NIP. 197412262000031001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Di Purwokerto

Assalamualaikum Wr.Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari :

Nama : Yuyun Musyarofah

NIM : 2017101071

Jenjang : S1

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Judul Skripsi : *STRATEGI COPING UNTUK MELAKUKAN MANAJEMEN DIRI DALAM PERSIAPAN UJIAN BTA-PPI PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO*

Dengan naskah skripsi ini dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diajukan dalam sidang munaqosyah dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) demikian atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Purwokerto, 5 April 2024

Pembimbing,



Turhamun, M.S.I

NIP. 19870202220190310011

Motto

“Libatkan Allah dalam setiap langkahmu dan jangan lupa untuk terus bershalawat kepada Nabi Muhammad SAW. Doa orang tuaku seluas langit dan aku selalu berindung dibawahnya”



**STRATEGI COPING UNTUK MELAKUKAN MANAJEMEN DIRI
DALAM PERSIAPAN UJIAN BTA-PPI PADA MAHASISWA FAKULTAS
DAKWAH UIN PROF. K.H SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

Yuyun Musyarofah
2017101071

E-mail : yuyunmusyarofah2@gmail.com

ABSTRAK

Kelulusan BTA-PPI menjadi salah satu syarat guna mengikuti beberapa kegiatan perkuliahan di UIN Prof K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto ini, seperti syarat mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata atau KKN, Praktek Pengalaman Lapangan atau PPL dan juga kegiatan lainnya. Memasuki semester 5 dan dihadapkan pada kenyataan bahwa pada akhir semester ini mahasiswa Fakultas Dakwah mengikuti kegiatan PPL dan salah satu syaratnya adalah sudah lulus BTA-PPI. Hal tersebut menyebabkan rasa takut, khawatir dan juga menjadi tekanan bagi mahasiswa semester 5 yang belum lulus ujian BTA-PPI, sehingga membuat mahasiswa mencari cara untuk mengatur tekanan akibat tuntutan tersebut.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan bagaimana strategi coping untuk manajemen diri yang dilakukan untuk persiapan ujian BTA-PPI. Pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan studi kasus. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *purposive sampling* yang di mana menggunakan beberapa kriteria yang sudah ditentukan. Survey mengenai kondisi mahasiswa karena belum lulus BTA-PPI ini ditunjukan pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto. Hasil survey yang dilakukan pada tanggal 6 oktober 2023-25 november 2023 didapatkan hasil 12 mahasiswa yang mengisi dan didapati hanya 5 responden yang sesuai dengan kriteria subjek dalam penelitian ini.

Hasil dari penelitian ini ialah ditemukannya penggunaan 2 bentuk strategi coping, strategi coping yang digunakan kelima subjek meliputi *problem focused coping* yang meliputi *planful problem solving*, *confrontative coping* dan *seeking social support*. Selain itu beberapa subjek juga melakukan *emotional focused coping* yang meliputi *distancing*, *escape avoidance*, *self controlling*, *accepting responsibility* dan *positive reappraisal* yang digunakan untuk memajemen waktu dalam persiapan ujian BTA-PPI, namun strategi coping untuk melakukan manajemen waktu ini tidak dapat sepenuhnya dijadikan sebagai sandaran dan penguat bagi subjek dalam hasil ujian BTA-PPI, namun dapat dijadikan sebagai salah satu usaha yang dalam mengatur dan mengontrol tekanan yang ada dikarenakan adanya tuntutan untuk segera lulus ujian BTA-PPI.

kata kunci : Strategi Coping, Manajemen Diri, Ujian BTA-PPI, Mahasiswa

**COPING STRATEGIES FOR PERFORMING SELF-
MANAGEMENT IN PREPARATION FOR THE BTA-PPI TEST FOR
STUDENTS OF THE FACULTY OF DAKWAH UIN PROF. K.H
SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

Yuyun Musyarofah
2017101071

E-mail : yuyunmusyarofah2@gmail.com

ABSTRACT

Passing the BTA-PPI is one of the requirements for participating in several lecture activities at UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, such as the requirements for taking part in Real Work Lecture activities or KKN, Field Experience Practices or PPL and also other activities. Entering the 5th semester and faced with the fact that at the end of this semester students from the Faculty of Da'wah will take part in PPL activities and one of the requirements is to have passed the BTA-PPI. This causes fear, worry and also pressure for 5th semester students who have not passed the BTA-PPI exam, thus making students look for ways to manage the pressure caused by these demands.

The aim of this research is to find out how coping strategies for self-management are carried out in preparation for the BTA-PPI exam. This research uses a qualitative case study approach. Sampling uses a purposive sampling technique which uses several predetermined criteria. This survey regarding the condition of students because they had not passed the BTA-PPI was shown to students at the UIN Da'wah faculty. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto. The results of the survey conducted on 6 October 2023-25 November 2023 showed **No table of figures entries found.**s that 12 students filled in and found that only 5 respondents met the subject criteria in this study.

The results of this research were the discovery of the use of 2 forms of coping strategies, the coping strategies used by the five subjects included problem focused coping which included planful problem solving, confrontational coping and seeking social support. Apart from that, several subjects also carried out emotional focused coping which included distancing, escape avoidance, self controlling, accepting responsibility and positive reappraisal which were used to manage time in preparation for the BTA-PPI exam, however this coping strategy for carrying out time management cannot be completely used as a support. and reinforcement for subjects in the BTA-PPI exam results, but can be used as an effort to regulate and control the pressure that exists due to the demand to immediately pass the BTA-PPI exam.

Keywords: Coping Strategy, Self Management, BTA-PPI Exam, Students

PERSEMBAHAN

Karya skripsi ini akan saya persembahkan kepada :

1. Ayah dan Mama ku tercinta, yang senantiasa melangitkan doa-doa dan juga berjuang untuk anak-anaknya, selalu memberikan dukungan dan juga semangat pada penulis agar semangat dalam menjalani perkuliahannya, terimakasih sudah menjadi tempat pulang yang aman dan nyaman bagi anak-anakmu. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu alasan selalu terukirnya senyum indah ayah dan mama.
2. Adik saya Yayan Fawazi Hidayat dan Alfi Nur Syarifah yang sudah menjadi partner terbaik dan selalu menjadi obat atas luka dan lelahnya dunia ini.
3. Kepada lilik saya Agung Prawiro, Mbah Mami dan Mbah Kakung, terimakasih atas segala motivasi dan juga semangatnya bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikanya dengan baik
4. Program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri yang sudah mawadahi penulis dalam menimba ilmu sebagai bekal masa depan yang lebih baik
5. Seluruh mahasiswa yang masih berjuang untuk meraih gelar sarjana, semangat selalu perjuangan kalian akan dirindukan kelak ketika sudah selesai.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT, puji syukur atas segala nikmat dan juga karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Strategi Coping Untuk Melakukan Manajemen Diri Dalam Persiapan Ujian BTA-PPI Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto”** sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., selaku Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah
3. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas dakwah
4. Dr. Alief Budiyo, M.Pd., selaku Wakil Dekan II fakultas dakwah
5. Dr. Nawawi, M.Hum., selaku Wakil Dekan III fakultas dakwah
6. Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat yang senantiasa membantu mahasiswanya dan juga selalu siap ketika mahasiswa membutuhkan bantuan ataupun informasi.
7. Luthfi Faishol, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
8. Turhamun, M.S.I selaku dosen pembimbing penulis, terimakasih banyak bapak atas segala arahan dan bimbingannya, terimakasih sudah menjadi dosen pembimbing yang sangat luar biasa baiknya, semoga bapak sehat selalu.
9. Kepada bapak Imam Alfi, M.Si selaku penguji pertama dalam sidang munaqosah dan bapak Yusuf Heriyanto, M.Kom selaku penguji kedua dalam sidang munaqosah.

10. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Terimakasih atas segala ilmu dan arahan yang diberikan selama masa studi
11. Ayah dan Mama yang selalu memberikan kasih sayang seluas langit, doa yang selalu dipanjatkan, nasehat dan arahan, serta kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah hidup penulis, ayah dan mama adalah anugerah terbesar yang Allah berikan.
12. Adik-adik saya Yayan Fawazi Hidayat dan Alfie Nur Syarifah, terimakasih sudah menjadi obat bagi seluruh lelahnya penulis.
13. Lilik, mbah mami dan mbah kakung, terimakasih atas segala dukungannya.
14. Indah Nurul Alfi Laila dan Aida Qothrotun Nada, terimakasih atas dukungan, bantuan baik moril maupun materil dan juga terimakasih sudah menemani penulis sampai sejauh ini, sukses selalu buat kita.
15. Teman-teman kamar 39 prindapan city PPM El-Fira 1, Dini Maolida Fitri, Mba Elriana An-nisa A`la, Rizka Aulia Sa`adah, Andina Velisha P, Septy Ikkah Nabila dan Nabila Niranti yang sudah mendampingi penulis dalam fase awal memulai semua penelitian ini, sukses terus buat kita semua.
16. Teman-teman komunitas Mitra Remaja yang sudah menjadi tempat berkeluh kesah dan juga mendampingi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
17. Teman-teman BKI B angkatan 2020 yang juga memiliki peran selama masa perkuliahan ini, terimakasih atas segala pengalaman yang diberikan.
18. Kepada responden dalam penelitian ini yang sudah mau bekerjasama dengan penulis, terimakasih atas ketersediaan responden untuk menjadi bagian penting dalam penelitian ini.
19. Kepada Mas Yoga Faturizza terimakasih sudah membantu mendampingi penulis dalam penelitian ini.
20. Kepada Mas TY terimakasih sudah mendukung dan mendampingi penulis sejak masa SMA sampai sekarang, selamat telah menyelesaikan pendidikan dan juga selamat atas gelar barunya.

21. Terimakasih kepada abang-abang fotocopy ababil biru yang senantiasa siap membantu dalam hal *printing*.
22. Kepada seluruh pihak yang terlibat langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini dan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengajak pembaca untuk dapat memberikan saran dan kritik yang membangun guna penyempurnaan kualitas penulis di masa yang akan datang.

Purwokerto, 5 April 2024

Penulis,



Yyun Musyarofah
NIM. 2017101071

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah.....	5
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
F. Kajian Pustaka.....	9
G. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. Strategi Coping	13
1. Pengertian Strategi Coping	13
2. Bentuk Strategi Coping.....	13
B. Pengertian Mahasiswa	15
C. Pengertian Manajemen Diri	16
D. Pengertian Ujian BTA/PPI	17
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	19
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	20
C. Subjek dan Objek Penelitian.....	20
D. Teknik Pengumpulan Data	23
E. Teknik Analisis Data	24
BAB IV PEMBAHASAN.....	26

A. Gambaran Umum Fakultas Dakwah	26
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	27
C. Gambaran Umum Subjek Penelitian	29
D. Hasil Penelitian	36
E. Pembahasan	52
BAB V PENUTUP	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	71
C. Rekomendasi	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN	75



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam setiap aspek kehidupan manusia tidak terlepas dari masalah, baik masalah dari luar atau bahkan masalah dari dalam diri sendiri. Banyaknya permasalahan dan tekanan yang ada dalam kehidupan terkadang membuat seseorang merasa sulit mengatur emosi dan pikiran. Tekanan dari berbagai pihak membuat seseorang sering kali merasa kesulitan untuk mengatur diri dan stress yang ada pada dirinya, hal tersebut juga tidak lepas dialami oleh mahasiswa.

Seorang mahasiswa mempunyai kewajiban untuk belajar dan menimba ilmu dengan baik di bangku perkuliahan menjadi sebuah dorongan tersendiri bagi mahasiswa untuk mengatur langkah-langkah apa saja yang harus mahasiswa lakukan untuk menyelesaikan segala permasalahan dan tekanan yang ada di dalam perkuliahan menggunakan cara yang sesuai dengan *passion* dirinya.

Stress merupakan hal yang wajar terjadi dalam kehidupan mahasiswa dikarenakan banyaknya tekanan dan perlunya mahasiswa dalam memilih keberlanjutan akademik serta mempersiapkan diri untuk rencana karir lebih lanjut¹. Saat ini tidak menutup kemungkinan banyak mahasiswa yang sambil bekerja atau mondok di pondok pesantren.

Dalam Al-Qur`an Allah SWT berfirman :

لَا يَكْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ
أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ
لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

"Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebaikan) yang

¹ Yikealo D, Tarake W dan Karvinen I, The Level Of Stress Among College Students : A Case in the College of Education, Eritera, Institute of Technology. *Open Science Journal*. Vol 3(4), Hal 118.

dusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (Q.S. Al-Baqarah :286)

Dalam ayat diatas Allah SWT. menjelaskan bahwasannya dalam mencapai tujuan hidup, manusia diberi beban oleh Allah sesuai kesanggupannya, mereka diberi pahala lebih dari yang telah dusahakannya dan mendapat siksa seimbang dengan kejahatan yang telah dilakukannya. Amal yang dibebankan kepada seseorang hanyalah yang sesuai dengan kesanggupannya. Agama Islam adalah agama yang tidak membebani manusia dengan beban yang berat dan sukar. Mudah, ringan dan tidak sempit adalah asas pokok dari agama Islam.²

Penting bagi mahasiswa terkhusus mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja ataupun sekaligus sebagai seorang santri untuk mempunyai kemampuan untuk mengelola keadaan yang ada dengan baik supaya terhindar dari perasaan dan keadaan tidak nyaman yang berkepanjangan yang dapat mengganggu kestabilan fokus dari mahasiswa karena tanggung jawab atas pilihan yang dipilih.

Kemampuan mahasiswa untuk mengatur keseharian dan mampu untuk menyelesaikan masalah-masalah yang ada, dengan kata lain seseorang yang memiliki strategi *coping* yang baik akan mempunyai optimisme tinggi dan menyelesaikan tantangan-tantangan yang ada di hadapannya. Orang dengan strategi *coping* yang baik dapat mengelola tekanan dan stres yang baik.

Folkman dan Moskowitz dalam Dwi Winda Lestari, mendefinisikan pendapatnya terkait *coping*, *coping* sendiri ialah usaha yang dijalankan untuk mengelola keadaan yang memberatkan, dan mencari jalan lain untuk

² <https://quran.nu.or.id/al-baqarah/286> (diunduh pada tanggal 22 Februari 2023)

menyelesaikan *problems* dan berupaya untuk meminimalisir ataupun menanggulangi stress.³

Sedangkan strategi *coping* atau *coping* strategi sendiri merupakan teknik yang dilakukan guna mengurangi stress atau represi pada diri seseorang. Lazarus dan Folkman memenifestasikan strategi *coping* sebagai usaha psikologis dan perilaku guna mengendalikan desakan dari luar atau dari dalam yang dianggap berat atau melampaui kemampuan yang dimiliki.⁴

Keadaan yang membuat seseorang merasa berada dalam tekanan memaksa seseorang untuk mencari celah, guna mencari jalan keluar dari masalah yang membuat seseorang merasa stress dan merasa memikul beban yang melampaui batas. Seseorang secara tidak sadar sering kali menggunakan strategi *coping*, di mana keinginan untuk sesegera mungkin keluar dari masalah atau tekanan yang sedang dihadapi memunculkan reflek kognitif yang menjalar pada perilaku untuk keluar dari masalah atau tekanan tersebut.

Folkman dan Lazarus memaparkan terdapat dua macam *coping* stress yang dapat dilakukan yaitu: *problem focused coping*, merupakan salah satu bentuk strategi *coping* untuk mengurangi atau mengubah stressor itu sendiri atau ketika seseorang menghilangkan penyebab stres atau meminimalisir dampak tersebut melalui tindakan individu. (2) *Emotional focused coping*, merupakan strategi yang melibatkan mengubah cara individu merasakan atau secara psikologis bereaksi terhadap stressor. Strategi ini mengurangi dampak emosional dari penyebab stress dan memungkinkannya untuk menyelesaikan masalah dengan lebih efektif.⁵

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan salah satu universitas islam yang ada di Purwokerto. Kampus yang terkenal dengan sebutan UIN SAIZU ini mempunyai salah satu program ujian

³ Azahra, Nesya Luthfi, Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Strategi Coping pada Mahasiswa, Hal 18, *Sebuah Tesis*.

⁴ M.Arief Mulyadi Sukma, Hubungan Antara Strategi *Coping* dengan Kelelahan Emosional dalam Pendampingan Sistem Belajar Daring, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Riau Pekanbaru, *Sebuah Skripsi*.

⁵ Nezha Hanifah, Hany Lutfia, Ulfah Ramadhia, Rozi Sastra Purna, Strategi Coping Stress saat Kuliah Daring pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas, *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 2020

BTA-PPI bagi mahasiswanya. Mahasiswa di kampus UIN SAIZU ini mempunyai kewajiban wajib 1 tahun mondok, terlebih bagi mahasiswa yang belum lulus BTA-PPI.

BTA-PPI sendiri merupakan salah satu program yang ada di kampus UIN SAIZU untuk mengetahui sedalam mana pemahaman mahasiswa terkait baca tulis Al-Quran dan juga pengamalan ibadah sehari-hari. Secara umum yang diujikan dalam ujian BTA-PPI antara lain seperti tartil, hafalan *juz amma*, thaharah dan juga sholat-sholat sunah. Hal itu memotivasi santri untuk belajar lebih giat agar segera lulus BTA-PPI.

Belum lulus BTA-PPI merupakan suatu hal yang cukup membebani pikiran bagi mahasiswa, karena ketika mereka belum lulus BTA-PPI maka mereka tidak akan dapat mengikuti PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) dan KKN (Kuliah Kerja Nyata), hal itu akan menghambat faktor kelulusan mereka dalam perkuliahan.

Kewajiban mondok merupakan bukanlah hal yang baru bagi mahasiswa yang dahulunya sudah mengalami mengenyam pendidikan di pondok pesantren. Namun, menjadi santri dan mondok adalah hal yang cukup baru, terlebih bagi mahasiswa yang sebelumnya sama sekali belum pernah mondok atau bahkan bukan lulusan dari madrasah. Tuntutan kewajiban dipondok dan dikampus yang harus seimbang membuat mahasiswa harus pandai dalam *me-manage* kesehariannya, agar tidak ada salah satu yang terkorbankan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak ma`had al-jamiah untuk jumlah pasti mahasiswa fakultas dakwah yang belum lulus BTA-PPI belum dapat dipastikan secara pasti berapa jumlah totalnya, karena data yang ada di ma`had al-jamiah adalah data seluruh mahasiswa dari semua pondok pesantren mitra dan data tersebut tidak disusun berdasarkan dari mana asal pondok pesantrennya.

Model penentuan subjek yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan menentukan terlebih dahulu kriteria subjek dalam penelitian ini. Kriteria subjek

dalam penelitian ini adalah a). Mahasiswa fakultas dakwah b). semester 5 c). belum lulus BTA-PPI.

Setelah penentuan subjek penelitian, maka langkah selanjutnya adalah membuat google form untuk disebarluaskan pada Mahasiswa fakultas dakwah semester 5. Setelah penyebaran google form maka peneliti akan memilah subjek sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan dan melakukan konfirmasi guna melanjutkan wawancara lebih mendalam.

Berdasarkan hasil penyebaran google form kepada mahasiswa semester 5 semua program studi di Fakultas Dakwah, yang mengisi google form berjumlah 12 orang. 12 orang yang bersedia mengisi dan yang sesuai dengan kriteria dan bersedia menjadi responden dalam ini berjumlah 5 orang dari mahasiswa semester 5.

Kondisi responden saat ini berdasarkan hasil penyebaran google form merasa ingin menyerah saja dengan BTA-PPI, merasa tidak mampu menyelesaikan BTA-PPI, dan khawatir akan tidak lulus lagi pada semester ini terlebih mereka belum melaksanakan PPL (Praktek Pengalaman Lapangan) hingga ada yang hanya menunggu waktu untuk mengikuti akselerasi BTA PPI saja daripada mengikuti ujian rutin.

Alasan peneliti tertarik untuk meneliti masalah ini adalah karena kondisi responden saat ini yang merasa khawatir, ingin menyerah dan merasa tidak mampu menyelesaikan BTA-PPI namun masih mau untuk mencoba lagi mengikuti ujian BTA-PPI. Peneliti ingin mengetahui cara subjek mengatur dan manajemen diri dalam mempersiapkan BTA-PPI guna mengurangi perasaan dan kondisi yang saat ini sedang dialami terlebih mereka saat ini sudah memasuki semester 5, dilihat dari segi strategi coping dan manajemen diri yang mereka lakukan.

B. Penegasan Istilah

1. Strategi *Coping*

Aldwin dan Revenson memanasifestasikan strategi *coping* sebagai sebuah upaya atau metode yang digunakan oleh seseorang guna mengatasi dan mengontrol situasi atau masalah yang dialami dan dilihat sebagai

hambatan, tantangan yang bersifat melukai serta ancaman yang bersifat merugikan.⁶

Neil R. Carlson mendefinisikan strategi *coping* sebagai taktik yang ringan dari suatu perbuatan yang dapat diikuti, semua taktik dapat digunakan sebagai upaya preventif ketika menjumpai situasi yang menimbulkan stress atau sebagai reaksi terhadap stress yang sedang dihadapi dan efisien dalam meminimalisir kadar stress yang sedang dialami.⁷

Strategi *coping* yang dimaksudkan disini ialah bagaimana metode yang digunakan oleh mahasiswa yang mondok di Mahasiswa fakultas dakwah semester 5 dalam menyikapi persiapan ujian BTA-PPI dengan kondisi yang saat ini sedang dialami dan bagaimana cara untuk manajemen diri dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI.

2. Manajemen Diri

Menurut Hanum manajemen diri berarti menempatkan segala aktivitas secara teratur dalam mengelola dirinya secara fisik dan psikologis sehingga mampu mengelola penggunaan waktu, pilihan, kepentingan, kegiatan serta dalam keseimbangan fisik maupun mental.

Rinanda dalam penelitiannya memaparkan Manajemen diri merupakan sebuah aktivitas dan usaha mengatur dan mengelola diri sendiri sebaik-baiknya, sehingga mampu membawa kearah tercapainya tujuan hidup yang telah ditetapkan oleh individu yang bersangkutan.⁸

Manajemen diri yang dimaksudkan disini ialah bagaimana usaha yang dilakukan oleh mahasiswa yang mondok di PPQ-Al-Amin Pabuaran yang belum lulus BTA PPI dalam mengatur kesehariannya mulai dari

⁶ Kertamuda, F. & Herdiansyah H. Pengaruh Strategi Coping Terhadap Penyesuaian Mahasiswa Baru. *Jurnal Universitas Paramidana*, 2019.

⁷ Carlson, N.R., *Psychology the Science of Behavior*, Sixth Edition, *United States of America*, Pearson Education Inc), hal 536. 2007.

⁸ Enur Nurhayati Muchsin, "Manajemen Diri Ibu Menjelang Menopause Di Dusun Kajon Desa Wonosobo Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Pacitan," *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2022, 1–10, <https://doi.org/10.53399/knj.v3i2.149>.

mengatur waktu, skala prioritas, kegiatan di kampus maupun di luar kampus guna mempersiapkan diri sebelum menghadapi ujian BTA-PPI.

3. Ujian BTA-PPI

Baca Tulis Al-Qur'an dan Praktik Pengamalan Ibadah adalah salah satu program terpadu di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto yang digunakan untuk mengarahkan kemampuan mahasiswa dalam membaca Al-Qur'an, menulis huruf Arab serta dapat membantu mahasiswa dalam menghafalkan surat-surat pendek, serta untuk meningkatkan kecintaan terhadap Baca Tulis Al-Qur'an yang diharapkan dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaan mahasiswa kepada Allah SWT. Pengetahuan pengamalan ibadah bertujuan agar mahasiswa lebih mendalami fiqih bukan hanya sebatas teori, melainkan mempraktikkanya secara langsung.

Program tersebut menjadi program unggulan yang menjadi daya tarik di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto sebagai lembaga pendidikan yang bekerja sama dengan pesantren dalam upaya membentuk integritas pribadi muslim yang tidak hanya berpendidikan tetapi juga berkarakter atau berakhlak mulia sesuai ajaran agama Islam. Program BTA PPI merupakan pembekalan agar mahasiswa dapat membaca, imenulis serta menghafal Al-Qur'an dengan baik serta benar. Materi yang diberikan berupa ilmu imla', ilmu tajwid, ilmu qira'ah, ilmu tartil serta tahfidz.⁹

4. Mahasiswa

Mahasiswa Sarwono menjelaskan bahwa mahasiswa ialah seseorang yang terdata telah mengikuti kegiatan belajar atau perkuliahan di perguruan tinggi. Moral Force berpendapat bahwa mahasiswa memiliki arti sebagai seorang peserta didik dengan kemampuan lebih tinggi yang tidak hanya sekedar memiliki kecerdasan, namun juga mempunyai perilaku yang baik dalam dirinya. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa ialah seseorang yang belajar di perguruan tinggi.¹⁰

⁹ UPT. Ma'had Al-Jami'ah, Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Kerjasama UPT. Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto Dengan Pesantren-Pesantren Mitra (IAIN Purwokerto, 2016), hlm. 11

¹⁰ Jurnal Ilmu Komputer and Manajemen Jikem, "Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi Dan Manajemen (JIKEM)" 2, no. 1 (2022): 404–8.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penulisan penelitian ini adalah bagaimana strategi *coping* untuk melakukan manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa Fakultas Dakwah UIN PROF K.H. Safuddin Zuhri Purwokerto?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah guna mengetahui bagaimana strategi *coping* untuk melakukan manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa Fakultas Dakwah UIN PROF K.H. Safuddin Zuhri Purwokerto?

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan wawasan tentang strategi *coping*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian adalah guna menambah wawasan terkait strategi *coping*
- b. Bagi pengajar adalah guna menambah wawasan terkait strategi *coping* mahasiswa dalam persiapan mahasiswa dalam ujian BTA-PPI.
- c. Bagi konselor adalah guna menambah wawasan dan pengetahuan konselor dan juga menambah pengalaman konselor.
- d. Bagi prodi BKI adalah guna menambah referensi bagi mahasiswa prodi BKI
- e. Bagi pembaca adalah guna menambah wawasan dan pengetahuan bagi pembaca mengenai strategi *coping*.
- f. Bagi peneliti selanjutnya adalah sebagai bahan acuan dalam penelitian selanjutnya yang lebih mendalam.

F. Kajian Pustaka.

Untuk memperkuat judul dan mengantisipasi persamaan pembahasan kasus dan persamaan tempat penelitian, peneliti telah mengintisari beberapa penelitian terdahulu terkait strategi *coping* dalam menghadapi ujian BTA-PPI.

1. Skripsi dengan tajuk “*STRATEGI COPING PENYITAS COVID-19 DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (studi kasus pada mahasiswa UIN Prof.K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto)*”, dalam skripsi yang ditulis oleh Silfa Putri Widiya Sari seorang mahasiswa angkatan 2018 UIN Prof.K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto ini meneliti tentang bagaimana strategi *coping* pada penyintas covid-19 dalam mengembangkan konsep diri pada mahasiswa UIN Prof.K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto dengan subjek penelitian 8 orang yang berstatus sebagai mahasiswa UIN Prof.K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto.

Dalam penelitian ini Silfa terdapat penjabaran terkait strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasiswa penyintas Covid-19. Dalam penelitian ini Silfa selaku peneliti mengemukakan strategi *coping* yang dilakukan adalah *problem focus coping dan emotional focused coping* dengan aspek-aspek strategi *coping* yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain: konfrontasi, isolasi dan berkompromi.¹¹

Jika dilihat sekilas, penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Namun, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti lebih terfokus pada bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI. Dalam satu sisi, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Silfa selaku peneliti lebih terfokus pada bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh penyintas Covid-19.

2. Penelitian mengenai BTA/PPI juga dilakukan oleh Ahlusia Sholikha, alumni fakultas tarbiyah dan ilmu keguruan Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto angkatan tahun 2017. Skripsi dengan tajuk “*EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN BTA PPI DI*

¹¹ U I N Prof and K H Saifuddin Zuhri, “STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (Studi Kasus Pada Mahasiswa, ” 2022.

PESANTREN MITRA UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO(Studi Kasus Mahasiswa PAI di Pondok Pesantren Modern El-Fira)”.

Dalam penelitian ini Ahlusia Solikha selaku peneliti lebih terfokus pada proses dan keefektivitasan pembelajaran BTA-PPI bagi mahasiswa PAI di pondok pesantren modern el-Fira.¹² Terdapat perbedaan tujuan antara penelitian yang sudah dilakukan oleh Ahlusia Solikha dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti, di mana fokus penelitian peneliti adalah bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasantri agar dapat lulus BTA-PPI setelah dua tahun mondok di pesantren.

3. Ahmad Jarsani dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof.K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto angkatan 2018 juga meneliti mengenai BTA-PPI dengan tajuk penelitian Skripsi dengan tajuk “*EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN BTA PPI DI PESANTREN MITRA UIN SAIFFUDIN ZUHRI PURWOKERTO(Studi Kasus Mahasiswa PAI di Pondok Pesantren Modern El-Fira)”*”.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Jarsani mengenai BTA-PPI adalah dalam hal hubungan *self-eficacy* yang dimiliki oleh santri dapat mempengaruhi kedisiplinan santri dalam mengikuti program BTA-PPI yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Abror.¹³

Perbedaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Jarsani dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah jika penelitian Ahmad Jarsani lebih condong pada Self Efficacy dan peneliti lebih terfokus pada Strategi *coping* yang dilakukan oleh mahasantri dalam persiapan BTA-PPI.

4. Penelitian dengan pembahasan strategi *coping* juga menjadi salah satu tema penelitian yang diangkat oleh Fera Alvionita dari fakultas ushuluddin dan studi agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dengan

¹² Halaman Judul and Ahlusia Sholikha, “MITRA UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO (Studi Kasus Mahasiswa PAI Di Pondok Pesantren Modern PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM,” 2022.

¹³ Ahmad Jarsani, “HUBUNGAN SELF-EFICACY DENGAN KEDISIPLINAN PADA MAHASISWA DALAM MENGIKUTI PROGRAM BTA- PPI,” 2023.

tajuk skripsi “*Hubungan antara Dukungan Sosial dan Strategi Coping dengan Kebahagiaan pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi*”.¹⁴

Dalam penelitian ini Fera sebagai peneliti lebih mendalam membahas mengenai apakah ada relasi antara dukungan sosial dan strategi *coping* dalam faktor timbulnya kebahagiaan pada diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan juga adakah hubungan antara strategi *coping* yang dilakukan dengan bahagia saat sedang mengerjakan skripsi.

Perbedaan dengan penelitian yang sedang dieksekusi oleh peneliti saat ini adalah jika dalam penelitian yang akan dilaksanakan saat ini oleh peneliti yaitu membahas mengenai bagaimana pengaplikasian strategi *coping* mahasiswa dalam persiapan ujian BTA-PPI.

5. Strategi *coping* juga menjadi analisis utama dalam penelitian yang dilakukan oleh Nur Aliyah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam fakultas dakwah dan komunikasi Institut Agama Islam Negeri Parepare dengan judul skripsi “*Penerapan Strategi Coping dalam Mengatasi Stress pada Penyusunan Skripsi Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi IAIN Parepare*”.

Dalam penelitian ini Nur Aliyah selaku peneliti memfokuskan penelitiannya pada bagaimana gambaran dan gejala-gejala stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan bagaimana strategi *coping* yang dilakukan saat sedang mengerjakan skripsi. Perbedaan dengan penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti sekarang adalah bagaimana strategi *coping* yang seperti apa yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI agar dapat lulus setelah 1 tahun mondok di pesantren.¹⁵

¹⁴ Fera Alvionita, “HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN STRATEGI COPING DENGAN KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI”,2022.

¹⁵ Nur Aliyah, PENERAPAN STRATEGI COPING Dalam MENGATASI STRESS Pada PENYUSUNAN SKRIPSI MAHASISWA DAKWAH Dan KOMUNIKASI IAIN PAREPARE”,2018.

G. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan yang terdapat pada penelitian ini terdiri dari beberapa V BAB, antara lain :

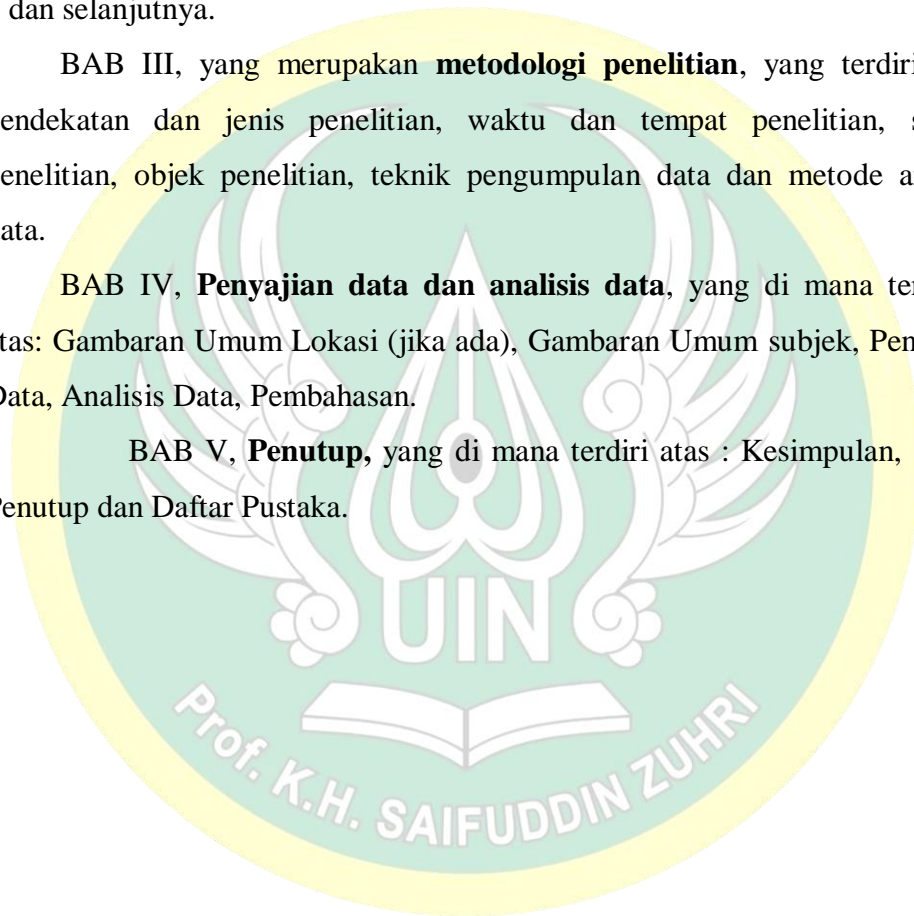
BAB I, merupakan **pendahuluan**, yang terdiri atas: latar belakang masalah, penegasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka dan sistematika pembahasan.

BAB II, merupakan **kajian teori**, yang di mana terdiri atas teori 1, teori 2 dan selanjutnya.

BAB III, yang merupakan **metodologi penelitian**, yang terdiri atas: pendekatan dan jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, subjek penelitian, objek penelitian, teknik pengumpulan data dan metode analisis data.

BAB IV, **Penyajian data dan analisis data**, yang di mana tersusun atas: Gambaran Umum Lokasi (jika ada), Gambaran Umum subjek, Penyajian Data, Analisis Data, Pembahasan.

BAB V, **Penutup**, yang di mana terdiri atas : Kesimpulan, Saran, Penutup dan Daftar Pustaka.



BAB II LANDASAN TEORI

A. Pengertian Strategi Coping

1. Pengertian Strategi Coping

Lazarus dan Folkman menyatakan bahwasannya strategi *coping* merupakan sebuah cara yang diaplikasikan guna merubah kemampuan kognitif dan perilaku secara berkelanjutan dalam mengatur tuntutan dalam diri dan dari lingkungan luar yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan diri seorang individu.¹⁶

Strategi coping dalam pandangan Islam dapat dimaknai sebagai usaha dari lingkungan dan kognitif dengan menggunakan pendekatan nilai-nilai Islam, melakukan tuntutan dari luar dan dari dalam (antara keduanya) yang menekan atau dinilai di atas sumber daya manusia.¹⁷

Jika dilihat dari definisi diatas dapat dispesifikkan bahwasannya strategi coping merupakan sebuah usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan dan mengatur tekanan dalam diri untuk menyelesaikan masalah atau tekanan yang dihadapi.

2. Bentuk Strategi Coping

Lazarus dan Folkman mengemukakan bahwa *problem focused coping* digunakan pada saat seseorang mempunyai kesempatan guna merubah situasi yang penuh tekanan, sedangkan *emotional focused coping* digunakan pada saat seseorang mempunyai penilaian bahwa tidak hal apapun yang dapat digunakan guna mengubah situasi yang penuh dengan tekanan selain menerima dengan lapang situasi saat ini.¹⁸

a. *Problem focused coping* dibagi dalam tiga kelompok, diantaranya sebagai berikut:

¹⁶ Smet, B. *Psikologi Kesehatan*. (Jakarta: Grasindo, 1994), hal. 143.

¹⁷ "COPING PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PART-TIME, UIN Raden Intan Lampung Oleh : LENY SEPTIYANY," 2023. "2023

¹⁸ Annisa Rachma Sawitri and Putu Nugrahaeni Widiyasavitri, "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19," *Jurnal Psikologi Udayana* 8, no. 1 (2021): 78, <https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08>.

1) *Planful problem solving,*

Pada cara yang pertama ini individu akan melakukan pendekatan analitis individu kepada masalah yang ia jumpai. Dengan tujuan dilakukannya cara ini adalah untuk merubah kondisi yang dianggap salah atau masalah oleh individu.

2) *Confrontative coping,*

Pada cara yang kedua ini individu akan memberikan sebuah respon konfrontasi atau pertentangan secara langsung kepada sumber masalah. Sehingga individu akan bereaksi langsung sebagai bentuk perubahan.

3) *Seeking social support,*

Pada cara yang ketiga ini individu akan turun langsung mencari bantuan dari pihak luar dengan tujuan supaya ia mendapatkan dukungan nyata maupun emosional dalam menyelesaikan permasalahannya.¹⁹

b. *Emotion Focused Coping Emotion Focused Coping*

Merupakan sebuah cara dari individu guna meyudahi permasalahannya dengan cara mengatur perasaan negative yang timbul pada dirinya akibat adanya stress. Ada beberapa usaha yang dapat dilakukan untuk mengatur emosi oleh individu dalam menyelesaikan permasalahannya, diantaranya adalah sebagai berikut :

1) *Distancing.*

Individu memilih untuk tidak terlibat dalam permasalahan yang membuat dirinya terpuruk, sehingga ia akan menghindar dan membuat diri memiliki citra positif.

2) *Escape avoidance.*

Individu lari dari masalah. Banyak cara yang dapat dilakukan dalam lari dari masalah dengan tujuan menjaga emosi

¹⁹ Juli Maini Sitepu and Mawaddah Nasution, "Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa FAI UMSU," *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam* 9, no. 1 (2017): 68–83

diri supaya tidak terpengaruh oleh hal hal negatif yang akan memperkeruh permasalahan.

3) *Self controlling.*

Individu akan mengendalikan dirinya sendiri dalam menyelesaikan suatu permasalahan dengan cara memberikan batasan batasan pada perasaan atau perlakuan dirinya dalam menghadapi atau merespon sebuah problematika atau permasalahan.

4) *Accepting responsibility.*

Pada cara yang ini individu akan belajar penerimaan masalah, dengan harapan ketika individu sudah dapat menerima sebuah keadaan maka ia akan memberikan respon yang baik dan dengan diri yang tenang sehingga ia akan mendapatkan pemahaman yang baik akan masalah yang terjadi dan dapat memilah segala sesuatu sebagaimana mestinya.

5) *Positive reappraisal.*

Pada bentuk yang terakhir ini ditandai dengan respon positif dari individu yang mana bertujuan supaya ia dapat mengembangkan dirinya sendiri dan memberikan citra positifnya.²⁰

B. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa merupakan Mahasiswa adalah salah satu unsur Civitas Akademik dari satu perguruan tinggi, baik yang menempuh program S1, Program S2, Progran S3, Maupun Akta IV mereka dinamakan mahasiswa. Kata mahasiswa menunjuk pada “orang yang menuntut ilmu secara formal diperguruan tinggi”.kata maha yang terletak didepan kata siswa menunjukkan superioritas.

Mahasiswa dalam peraturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu.

²⁰ Rahmah Hastuti, “Strategi Coping Dalam Mengelola Dampak Psikologis Pandemi Pada Masyarakat Perkotaan,” Prosiding SENAPENMAS, 2021, 17–24.

Selanjutnya menurut Sarwono, Mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun.

Mahasiswa merupakan suatu kelompok dalam masyarakat yang memperoleh statusnya karena ikatan dengan perguruan tinggi.²¹ Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwasannya mahasiswa adalah seseorang yang mengenyam Pendidikan pada jenjang S1, S2, dan S3 pada sebuah perguruan tinggi untuk memperoleh gelar akademik.²²

C. Pengertian Manajemen Diri

Manajemen diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan sepenuhnya keberadaan diri secara keseluruhan (fisik, emosi, mental atau pikiran, jiwa maupun rohnya) dan realita kehidupannya dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya.²³

Manajemen diri berarti segenap langkah dan tindakan mengatur, mengelola diri. Selain itu, manajemen diri juga bisa berarti mengatur semua unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.²⁴

Menurut pendapat Prayue, aspek manajemen diri meliputi :

1. Mengenali diri sendiri. Dalam setiap individu pasti sudah bisa mengerti dan dapat menilai tentang dirinya sendiri.
2. Mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang akan dicapai. Individu juga harus dapat mengidentifikasi yang ada pada dirinya, agar seseorang itu

²¹ Sukardi Sukardi, Lilik Hari Santoso, and Eko Agus Darmadi, "Dampak Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Aktifitas Belajar Mahasiswa Di Politeknik Tri Mitra Karya Mandir," *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 7, no. 1 (2022): 1–8, <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>.

²² UPT. Ma'had Al-Jami'ah, *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Kerjasama UPT. Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto Dengan Pesantren-Pesantren Mitra (IAIN Purwokerto, 2016)*, hlm. 11

²³ Diena Ardini, "Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 4 (2017): 510–20, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4469>.

²⁴ Hanum Jazimah, "Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa Dalam Pendidikan Islam," *MUDARRISA: Journal of Islamic Education* 6, no. 2 (2015): 221, <https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.765>.

mempunyai rencana untuk menuju kearah suatu tujuan bahwa manusia pada hakekatnya ingin menuju kepada sesuatu.

3. Memahami pentingnya mencapai tujuan. Setiap individu memahami pentingnya mencapai tujuan yang ingin didapat agar dapat mengerti betapa pentingnya tujuan itu bagi dirinya sendiri.
4. Mengontrol dan mengelola diri sendiri. Setiap individu harus bisa mengontrol dan mengelola dirinya sendiri terutama pada tingkah laku dan emosinya. Agar pada saat melakukan sesuatu tidak mudah terjerumus dengan apa yang dipikirkan dalam waktu singkat.
5. Melakukan evaluasi diri atas apa yang telah dilakukan dan memahami hasil yang akan diperoleh dari apapun yang diakukannya.²⁵

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek manajemen diri ialah di mana seorang individu dapat mengelola waktu, sosialisasi, pandangan diri, berfikir kearah masa depan menentukan skala prioritas dan mengerti apa tujuan dan arah yang ingin dicapai serta dapat mengontrol diri, tingkah laku dan mengevaluasi diri setiap hari nya.

D. Pengertian Ujian BTA-PPI

Baca Tulis Al-Qur'an dan Praktik Pengamalan Ibadah adalah salah satu program terpadu di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto yang digunakan untuk mengarahkan kemampuan mahasiswa dalam membaca Al-Qur'an, menulis huruf Arab serta dapat membantu mahasiswa dalam menghafalkan surat-surat pendek, serta untuk meningkatkan kecintaan terhadap Baca Tulis Al-Qur'an yang diharapkan dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaan mahasiswa kepada Allah SWT. Pengetahuan pengamalan ibadah bertujuan agar mahasiswa lebih mendalami fiqih bukan hanya sebatas teori, melainkan mempraktikkanya secara langsung.

Program tersebut menjadi program unggulan yang menjadi daya tarik di UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto sebagai lembaga pendidikan yang bekerja

²⁵ D.R.P, RengginasPeran Manajemen Diri dan Kemampuan Emosi dengan Pengambilan Keputusan, (Yogyakarta: Fakultas Sekolah Pascasarjana Fakultas Psikologi UGM) 2005, hal 78

sama dengan pesantren dalam upaya membentuk integritas pribadi muslim yang tidak hanya berpendidikan tetapi juga berkarakter atau berakhlak mulia sesuai ajaran agama Islam. Program BTA PPI merupakan pembekalan agar mahasiswa dapat membaca, imenulis serta menghafal Al-Qur'an dengan baik serta benar. Materi yang diberikan berupa ilmu mla', ilmu tajwid, ilmu qira'ah, ilmu tartil serta tahfidz.²⁶



²⁶ UPT. Ma'had Al-Jami'ah, Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Kerjasama UPT. Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto Dengan Pesantren-Pesantren Mitra (IAIN Purwokerto, 2016), hlm. 11

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.

1. Pendekatan penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif sendiri menurut Nana Syaodih Sukmadinata adalah penjabaran makna suatu hal yang beranggapan bahwa kebenaran itu luas, saling berhubungan dalam sebuah modifikasi pengalaman bermasyarakat yang dijabarkan oleh seseorang.²⁷

Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, di mana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.²⁸

Jadi, penelitian ini akan menggunakan pendekatan kualitatif di mana peneliti mendeskripsikan validitas data yang diperoleh saat penelitian dengan faktual dan rinci.

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus menurut Mudjia Raharjo berpandangan bahwasanya studi kasus ialah sebuah rangkaian kegiatan penelitian yang dilangsungkan secara mendalam, terkonsep dan intensif mengenai suatu permasalahan, kasus, dan kegiatan, baik seputar individu, kawanannya beberapa orang, lembaga atau kelompok guna mendapatkan wawasan mendalam mengenai sebuah kejadian tertentu.

Merriam dan Tisdell mengintrepetasikan studi kasus sebagai sebuah penjabaran dan penguraian lebih detail dari *bounded system* yang

²⁷ Nana Syaodih Sukmadinata, Metode Penelitian Pendidikan, Remaja Rosdakarya, Bandung, 2007, hlm. 60

²⁸ Dr. H. Zuchri Abdussamad, S.I.K., M.Si, Metode Penelitian Kualitatif, Syakir Media Press, Makassar, 2021, hlm 79

berarti tidak dapat terpisahkan dari suatu masalah dengan masalah lainnya, karena dalam hal ini studi kasus itu menampakkan beberapa isi-isi sistem yang bertindak secara koheren dan menyatu dengan yang lainnya.²⁹

Jadi, peneliti akan menggunakan jenis penelitian studi kasus yang di mana peneliti meneliti sebuah kasus yang ada pada seseorang atau beberapa orang dan lembaga pada suatu daerah dengan penelitian mendalam dan intensif dengan penelitian mendalam dan intensif mengenai permasalahan yang sama.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Lokasi penelitian akan dilakukan di UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto dan pengambilan data pada penelitian ini dilakukan secara offline yakni dengan diawali peyebaran link kuisioner Strategi Coping Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dengan metode online atau penyebaran link google form pada seluruh mahasiswa Fakultas Dakwah semester 5.

Waktu penelitian akan dilakukan mulai tanggal 10 Juni sampai 30 Desember 2023 dan waktu pengambilan data serta wawancara dilakukan sesuai dengan waktu yang disepakati Bersama subjek.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek

Subjek penelitian merupakan narasumber dari penelitian yang dilakukan, yang di mana narasumber ialah orang yang dimintai data-data terkait penelitian guna memberikan informasi mengenai kondisi dan keadaan tempat, waktu dan suasana penelitian.³⁰ Kriteria subjek dalam penelitian ini antara lain :

²⁹Taufik Hidayat, Pembahasan Studi Kasus sebagai Bagian Metodologi Penelitian, *Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 2019.

³⁰Nuning Indah Pratiwi, Penggunaan Media Video Call dalam Teknologi Komunikasi, *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 2017.

- a. Mahasiswa semester 5 Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- b. Belum lulus BTA-PPI.

Berdasarkan hasil penyebaran google form dan penentuan subjek berdasarkan kriteria, maka subjek dalam penelitian ini ialah:

- a. Saudara TA mahasiswa semester 5 program, studi KPI Fakultas Dakwah UIN SAIZU Purwokerto..
- b. Saudara BF mahasiswa semester 5 program studi PMI Fakultas Dakwah UIN SAIZU Purwokerto.
- c. Saudara FK mahasiswa semester 5 program studi KPI Fakultas Dakwah UIN SAIZU Purwokerto.
- d. Saudara YFI mahasiswa semester 5 program studi MD Fakultas Dakwah UIN SAIZU Purwokerto.
- e. Saudara HF mahasiswa semester 5 program studi BKI Fakultas Dakwah UIN SAIZU Purwokerto.

Penentuan subjek dalam penelitian ini adalah melalui penyebaran google form kepada mahasiswa semester 5 Fakultas Dakwah yang dilanjutkan dengan memilah sesuai dengan kriteria yang sesuai dengan kriteria subjek yang ditentukan dalam penelitian ini.

Yang kedua adalah kriteria eksklusi, yaitu sampel yang tidak memenuhi syarat guna melakukan penelitian dikarenakan adanya hambatan ilmiah, tidak bersedia dan sedang mengalami kondisi atau keadaan tertentu yang menyebabkan ketidakmungkinan guna melakukan penelitian.³¹ Berikut kriteria eksklusi di dalam penelitian ini yang diantaranya :

- a. Mahasiswa yang cuti kuliah
- b. Tidak mengisi lembar *inform consent*
- c. Sedang sakit sehingga tidak dapat melakukan proses wawancara untuk penelitian

³¹ Firas Syahra Yuliana, "Dinamika Self Healing Menghadapi Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Di Purwokerto" (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022).

d. Mengisi form tapi tidak sesuai kriteria.

Setelah dilakukan suvey mengenai keadaab subjek saat ini dalam menghadapi ujian BTA/PPI dan bagaimana cara mereka melakukan *strategi coping* pada mahasiswa fakultas dakwah semester 5. Dari 12 mahasiswa yang mengisi kuisisioner terdapat 5 mahasiswa yang tidak sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan oleh peneliti karena sudah lulus BTA/PPI dan 5 mahasiswa yang sesuai dengan kriteria dan bersedia menjadi subjek penelitian. Berikut gambaran beberapa subjek yang ditampilkan dalam table dibawah ini :

Tabel 3.1 Gambaran Umum Subjek

NO	NAMA	USIA	JK	SEM	KESIBUKAN
1.	TA	20	P	5	Menjalani perkuliahan, mengikuti kegiatan organisasi di fakultas dan mempersiapkan ujian BTA/PPI periode januari di pondok pesantren.
2.	FK	20	P	5	Menjalani perkuliahan dan mempersiapkan ujian BTA/PPI periode januari di pondok pesantren.
3.	HTR	19	L	5	Menjalani perkuliahan, mengikuti kegiatan UKM, berjualan pulsa dan mempersiapkan ujian BTA/PPI periode januari di pondok pesantren.
4.	BS	20	P	5	Menjalani perkuliahan, dan mempersiapkan ujian

					BTA/PPI periode januari di pondok pesantren.
5.	YFI	24	L	5	Menjalani perkuliahan, mengikuti kegiatan sebagai petugas BMT di fakultas dan mempersiapkan ujian BTA/PPI periode januari di pondok pesantren.

2. Objek

Objek Penelitian ialah kumpulan bagian-bagian dalam penelitian yang dapat berupa manusia, komunitas atau perkumpulan, atau hal yang akan diteliti.³² Objek dalam penelitian ini adalah strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas dakwah UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto dalam persiapan ujian BTA-PPI.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain :

1. Wawancara

Wawancara jika dilihat dari pandangan Sugiyono merupakan sebuah teknik yang pengaplikasiannya untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian guna menemukan masalah yang sedang diteliti dan juga digunakan apabila peneliti membutuhkan data yang mendalam dari narasumber dengan jumlah narasumber yang tidak terlalu banyak.³³ Wawancara dalam penelitian ini akan diaplikasikan pada subjek penelitian yaitu TA, BF, FK, HD, dan YFI yang dilakukan secara offline di UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto atau sesuai dengan kesepakatan subjek.

2. Observasi

³²Putu Dudik Ariawan, I Wawan Sudiarta, I Ketut Sudita, Proses Pengajaran Mosaik di SMK Negeri 1 Sukasada, *Jurnal Pendidikan Seni Rupa Undiksha*, Bali, 2019.

³³Herlinda Mar`atusholihah, Wawan Priyanto, Aries Tika Damayanti, Pengembangan Media Pembelajaran Tematik Ular Tangga Berbagai Pekerjaan, *Mimbar PGSD Undiksha*, Semarang, 2019.

Observasi dalam perspektif Arikunto ialah kegiatan mengamati langsung dilapangan penelitian guna mendapatkan dan mengumpulkan data atau keterangan-keterangan yang dibutuhkan dalam penelitian.³⁴ Observasi dalam penelitian ini ialah mengamati bagaimana strategi *coping* yang dilakukan oleh subjek sebelum mengikuti ujian BTA-PPI dan mengamati berbagai hal yang berhubungan dengan penelitian ini dengan melalui Teknik *purposive sampling* untuk menentukan subjek penelitian.

3. Dokumentasi

Sugiyono mendeskripsikan dokumentasi yang di mana dapat berupa gambar, tulisan atau karya seseorang yang dapat dikenang dan dilihat. Dokumentasi ialah sebuah aktivitas yang dilakukan oleh peneliti untuk menghimpun data dari hasil media cetak baik foto atau video yang berkaitan dengan penelitian yang akan diteliti.³⁵ Dokumentasi yang dimaksudkan disini ialah pengambilan gambar/foto dan rekaman suara saat proses penelitian guna sebagai data pendukung dan penguat dalam penelitian ini.

E. Teknik Analisis Data

Sugiyono mendefinisikan bahwa analisis data merupakan tahap mencari dan merekonstruksi secara terorganisir data yang didapatkan ketika menjalani observasi.

1. Reduksi data

Merupakan sebuah proses pemilihan, memfokuskan pada menyederhanakan, meringkas dan memindahkan data yang di dapatkan ditempat penelitian selama penelitian untuk menyimpulkan data yang di dapatkan.³⁶ Reduksi yang dimaksudkan disini ialah digunakan untuk

³⁴Kiki Joesyiana, Penerapan Metode Pembelajaran Observasi Lapangan (*Outdoor Study*) pada Mata Kuliah Manajemen Operasional (Survey pada Mahasiswa Jurusan Manajemen Semester III Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Persada Bunda), *PEKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi FKIP UNAIR*, 2018.

³⁵Suci Arischa, Analisis Beban Kerja Bidang Pengelolaan Sampah Dinas Lingkungan Hidup dan Kebersihan Kota Pekanbaru, *Jom FISIP*, Pekanbaru, 2019.

³⁶Ahmad Rijali, Analisis Data Kualitatif, *Jurnal Alhadharah*, Banjarmasin, 2018

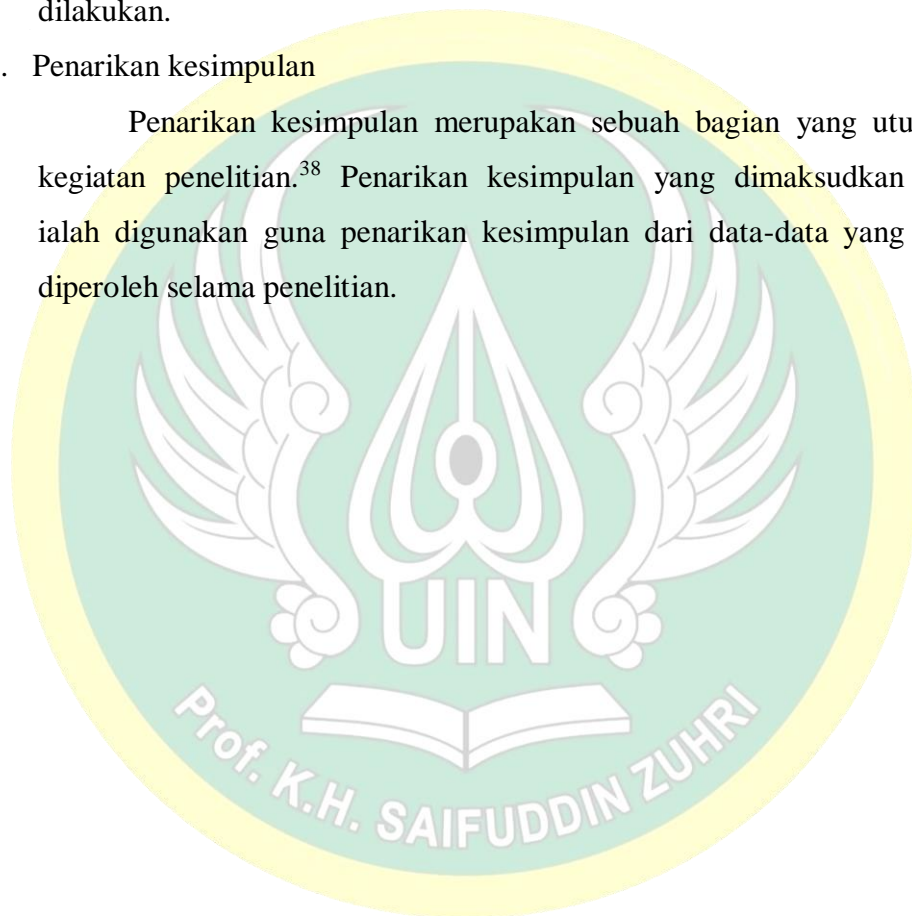
sebuah kegiatan mendalami arah penelitian dan hasil penelitian guna mengambil kesimpulan.

2. Penyajian data

Penyajian data ialah pemaparan secara runtut dengan memperlihatkan relasi keterkaitan data dan diimajinasikan bagaimana kondisi lapangan yang sebenarnya.³⁷ Penyajian data yang dimaksudkan disini ialah digunakan guna menyajikan hasil dari penelitian yang sudah dilakukan.

3. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan sebuah bagian yang utuh dari kegiatan penelitian.³⁸ Penarikan kesimpulan yang dimaksudkan disini ialah digunakan guna penarikan kesimpulan dari data-data yang sudah diperoleh selama penelitian.



³⁷Ahmad,Muslimah, Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif,*Jurnal Pincis*,Palangka Raya,2021

³⁸Suci Arischa, Analisis Beban Kerja Bidang Pengelolaan Sampah Dinas Lingkungan Hidup dan Kebersihan Kota Pekanbaru, *JOM FISIP*,Pekanbaru,2019.

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri berawal dari Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) yang berubah status menjadi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto pada tahun (2014-2021) dan resmi di sahkan menjadi UIN pada 11 Mei 2022. Fakultas dakwah menjadi salah satu fakultas yang berada di IAIN Purwokerto bersama dengan Fakultas Tarbiyah, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Fakultas Syariah, Fakultas Usuluddin Adab dan Humaniora.

Pada awal mula adanya fakultas dakwah STAIN Purwokerto mengawali dengan niat untuk dapat berkontribusi dalam pengembangan Dakwah Islam. upaya yang dilakukan dengan menyiapkan pengajar yang profesional gigih, mumpuni, kredibel, dan juga professional di bidang komunikasi dengan menjadikan agen perubahan sosial. Maka dengan itu jurusan Dakwah

STAIN Purwokerto melakukan pelatihan pada akademik untuk dapat mendidik ulama dengan ahli khusus di bidang Bimbingan Konseling Islam (BKI) dan Komunikasi Penyiaran Islam (KPI). Jurusan Dakwah berganti menjadi fakultas dakwah dengan memiliki 2 jurusan dan 4 program studi sebagai berikut:

1. Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat dengan 2 Program Studi yaitu: Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) dan Pengembangan Masyarakat Islam (PMI).
2. Jurusan Manajemen dan Komunikasi memiliki 2 Program Studi yaitu: Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) dan Manajemen Dakwah (MD).³⁹

³⁹ Buku Panduan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto

B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan mengumpulkan data mahasiswa yang belum lulus BTA-PPI di fakultas dakwah UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri purwokerto. Sebelum di dapatkannya 5 orang subjek tersebut, peneliti melakukan survey kepada para mahasiswa fakultas dakwah semester 5 dengan menggunakan google form, yang disebarakan melalui grup *whatsapp* masing-masing kelas setiap program studi.

Penyebaran google form ini dimulai pada pertengahan November sampai pertengahan desember 2023. Penelitian ini tidak menekankan pada kuantitas responden yang didapatkan dan terlibat tetapi memfokuskan pada masalah dan proses yang dituju.

Sebelum melakukan sesi wawancara secara lebih mendalam kepada masing-masing responden, peneliti terlebih dahulu menyusun panduan wawancara, lembar responden dan menyiapkan handphone, kamera beserta perekam suara yang akan digunakan untuk membantu berlangsungnya proses pengambilan dokumentasi saat berlangsungnya wawancara.

2. Pelaksanaan Penelitian

Langkah pertama dalam pengumpulan data diawali dengan mencari data mahasiswa semester 5 fakultas dakwah yang belum lulus BTA PPI, Setelah itu peneliti melakukan survey yang dilakukan secara online melalui google form yang akan dijadikan subjek dengan kriteria yang sudah ditentukan. Setelah didapatkan, peneliti melakukan komunikasi dengan para responden guna melakukan wawancara awal secara online yang bertujuan untuk mengetahui latar belakang dari responden tersebut.

Setelah didapatkan dari hasil wawancara secara online yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana latar belakang dari responden penelitian ini. Setelah mendapatkan data yang cukup dari wawancara awal, peneliti memastikan kesediaan dari calon responden akan kesediaannya

untuk melakukan wawancara lebih mendalam secara langsung dengan persetujuan tempat dan waktu yang ditentukan bersama antara peneliti dan responden.

Pengambilan data dilakukan pada tempat yang berbeda-beda dan juga waktu yang berbeda sesuai dengan kesepakatan antara peneliti dan responden. Tempat penelitian ada yang dilakukan di area kampus, rumah responden dan juga tempat makan yang ditentukan oleh responden. Setelah meluangkan waktu untuk bertemu, peneliti menjelaskan terkait dengan adanya maksud dan tujuan penelitian tersebut.

Setelah itu peneliti memberikan waktu kepada subjek untuk bertanya terkait apapun jika ada yang hal-hal yang sekiranya perlu untuk ditanyakan dari penelitian tersebut. Setelah dirasa cukup dan subjek siap untuk diwawancarai, peneliti dan subjek langsung memulai proses wawancara. Saat proses wawancara berlangsung, percakapan direkam menggunakan handphone dan pengambilan foto selama proses wawancara guna sebagai bentuk dokumentasi pelaksanaan pengambilan data.

Tabel 4.1 Pelaksanaan Wawancara

No	Subjek Penelitian	Waktu Wawancara
1	HTR	Wawancara dilakukan ppada tanggal 15 Desember 2023, pukul 14.53-15.30 WIB secara tatap muka langsung di fakultas dakwah
2	YFI	Wawancara dilakukan ppada tanggal 16 Desember 2023, pukul 12.00-13.00 WIB secara tatap muka langsung di fakultas dakwah
3	TA	Wawancara dilakukan ppada tanggal 19 Desember 2023, pukul 14.00-15.30 WIB secara tatap muka langsung di labratorium fakultas dakwah
4	BS	Wawancara dilakukan ppada tanggal 20 Desember 2023, pukul 10.30-11.30 WIB secara tatap muka langsung di fakultas dakwah
5	FK	Wawancara dilakukan ppada tanggal 22 Desember 2023, pukul 14.00-15.30 WIB secara tatap muka langsung di pusat kuliner pratista harsa atas kemauan subjek.

C. Gambaran Umum Subjek

Subjek yang diteliti adalah mahasiswa semester 5 fakultas dakwah yang saat ini belum lulus BTA-PPI dan masih tinggal di pondok pesantren mitra UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Mahasiswa yang sudah mengisi google form dan termasuk dalam kriteria penelitian ini terdapat sebanyak 5 orang mahasiswa. Kelima subjek dalam penelitian ini di diperoleh dari penyebaran google form yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan dalam penelitian ini.

Nama-nama subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. FK (mahasiswa KPI semester 5, mondok di pondok pesantren Al-Mumtaz Tanjung dan berjenis kelamin perempuan).
2. TA (mahasiswa KPI semester 5, mondok di pondok pesantren ASWAJA dan berjenis kelamin perempuan).
3. HTR (mahasiswa BKI semester 5, mondok di pondok pesantren ASWAJA dan berjenis kelamin laki-laki).
4. BS (mahasiswa PMI semester 5, mondok di pondok pesantren ASWAJA dan berjenis kelamin laki-laki).
5. YFI (mahasiswa MD semester 5, mondok di pondok pesantren ASWAJA dan berjenis kelamin laki-laki).

1. Subjek FK

FK merupakan mahasiswa program studi Komunikasi Penyiaran Islam yang saat ini masih semester 5 dan berasal dari kabupaten Cilacap. FK merupakan santri di pondok pesantren Al-Mumtaz Tanjung. FK sudah menjadi santri di al-mumtaz semenjak semester 1.

FK sudah mulai mengikuti jian BTA-PPI dari awal masuk kuliah dan setiap periode rutin di akhir semester seperti semester satu, dua, tiga dan empat, namun semua itu masih belum membuahkan hasil. Aktivitas sehari-hari FK ialah kuliah seperti biasa, mengaji saat di pondok pesantren dan tidak mengikuti kegiatan organisasi di kampus.

Solusi yang dilakukan oleh FK untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut antara lain ialah menyendiri atau memberikan waktu untuk diri sendiri dan menghindari dari lingkungan terlebih dahulu karena FK takut Ketika sedang tidak enak perasaan dia akan menyakiti perasaan orang lain.

Setelah itu, FK akan mengingat Kembali bahwa FK harus segera lulus BTA-PPI agar subjek dapat segera mengikuti PPL dan KKN. FK juga belajar terkait soal-soal BTA PPI, hafalan dan juga memahami kisi-kisi BT PPI dan juga selalu berdoa agar dilancarkan dalam ujian BTA-PPI dan diberikan penguji yang baik hati.

Pada saat persiapan ujian BTA PPI, FK mendapatkan bantuan dukungan dari lingkungannya dan juga melakukan kegiatan belajar Bersama guna persiapan ujian BTA-PPI Bersama teman-temannya. Aktivitas sehari-hari FK hanya berkuliah dan mengaji di pondok pesantren.

FK tidak mempunyai persiapan khusus dalam memulai harinya dan FK hanya menjalani hari-harinya tanpa ada rutinitas khusus dalam kesehariannya. Saat mempersiapkan persiapan ujian BTA-PPI, FK juga tidak pernah lupa meminta doa kepada kedua orang tuanya dan juga memanjatkan doa agar diberi kemudahan dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI dan juga agar mendapatkan penguji ujian BTA-PPI yang sesuai harapan.

Menurut FK, belum lulus ujian BTA-PPI merupakan cobaan dan juga tantangan tersendiri bagi FK. Cobaan karena sudah semester atas dan belum lulus BTA-PPI dan juga tantangan agar segera lulus BTA-PPI supaya dapat segera mengikuti PPL dan KKN. FK tidak mempunyai strategi khusus dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI pada periode ini, FK hanya focus mempersiapkan, yakin akan lulus pada periode ini dan FK hanya memasrahkan semuanya kepada Tuhan.

Faktor lingkungan yang juga mendukung FK dalam persiapan ujian BTA-PPI membuat FK menjadi lebih tenang karena lingkungan yang

mendukung, di mana tidak ada perbedaan antara santri yang telah lulus BTA-PPI dengan yang belum lulus. Walaupun tidak ada persiapan khusus dan juga sudah memasrahkan terkait hasil ujian BTA-PPI kepada Tuhan, namun Hal tersebut membuat FK lebih bersemangat dalam persiapan ujian BTA-PPI karena lingkungan yang mendukung.

2. Subjek TA

TA adalah mahasiswa aktif fakultas dakwah yang saat ini sedang mengambil program studi Komunikasi Penyiaran Islam atau KPI. TA merupakan mahasiswa Angkatan 2021 yang berasal dari Jawa Barat dan saat ini sedang berdomisili di Purwokerto di pondok pesantren ASWAJA.

Saat di wawancara subjek TA belum mengetahui tentang strategi coping. Subjek TA sudah tinggal di pondok pesantren semenjak semester 1 dan sudah mengikuti ujian BTA-PPI dari awal masuk kuliah. Namun sampai saat ini subjek TA belum juga lulus BTA-PPI.

Subjek TA kesehariannya pada umumnya sama dengan mahasiswa pada umumnya yaitu kuliah dan juga mengikuti kegiatan di pondok pesantren. Namun, subjek TA juga mempunyai kegiatan tambahan karena mengikuti komunitas di fakultas dakwah yaitu radio star. Sehingga subjek TA jika tidak ada kegiatan yang berkaitan dengan perkuliahan akan ke laboratorium dakwah dan mengikuti kegiatan di komunitas radio star.

Pada umumnya, lingkungan pertemanan subjek TA sudah mengetahui jika subjek TA belum lulus BTA-PPI, sehingga banyak dukungan baik motivasi dan dukungan moral untuk membuat subjek TA semangat dalam menghadapi ujian BTA-PPI.

Subjek TA juga termasuk pribadi yang teratur, sehingga subjek TA sudah membuat jadwal kegiatan seminggu kedepan pada setiap akhir pekan. Pandangan subjek TA terkait ujian BTA-PPI adalah sebagai sebuah cobaan dan juga tantangan. Dalam aspek cobaan karena subjek TA sampai semester 5 ini belum juga lulus ujian BTA-PPI dan melihat dari segi tantangan karena sejak awal ujian BTA-PPI banyak hal yang menjadi tantangan yang memacu semangat belajar lebih oleh subjek TA.

Jika sedang mengalami banyak masalah dan tuntutan biasanya subjek TA terlebih dahulu menelfon ibu atau orang tua lalu sholat atau berdoa meminta petunjuk dari sang maha kuasa dan juga berusaha untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Dalam mengatasi stress karena BTA-PPI subjek TA pernah meminta bantuan orang lain sebagai tutor belajarnya, namun tidak sesuai dengan keinginannya sehingga subjek TA memilih untuk menyelesaikan permasalahan terkait BTA-PPI dengan diri sendiri.

Dalam persiapan ujian BTA-PPI kali ini subjek TA mempunyai persiapan berbeda yaitu mempersiapkannya lebih awal dengan persiapan materi, praktek, berdoa dan juga meminta restu dari kedua orang tua dan juga mengevaluasi kekurangan di ujian-ujian sebelumnya.

Motivasi agar segera lulus tepat waktu menjadi motivasi dari subjek TA untuk segera lulus BTA-PPI. Situasi lingkungan di kelas cukup suportif namun di pondok merasakan cukup kurang suportif karena memang jam belajar yang lebih dominan di hari ini membuat subjek TA sedikit kesulitan dalam belajar.

Rasa takut, rasa minder dan juga rasa ragu menjadi hambatan bagi subjek TA dalam persiapan ujian BTA-PPI periode ini. Namun tidak ingin berlarut dalam hambatan-hambatan tersebut, subjek TA juga mempunyai solusi yaitu dengan memberikan jadwal belajar untuk persiapan BTA-PPI lebih lama dari sebelumnya dan juga memperbaiki apa saja kekurangan pada periode sebelum-sebelumnya. Bagi subjek TA lingkungan juga mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam persiapan ujian BTA-PPI ini.

3. Subjek HTR

HTR merupakan mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021, HTR merupakan mahasiswa yang berasal dari daerah Grendeng Purwokerto dan saat ini sedang mengikuti kegiatan mengaji di pondok pesantren ASWAJA. HTR sudah mengikuti kegiatan di pondok pesantren aswaja semenjak semester 4.

Semenjak awal masuk kuliah HTR belum sempat mengikuti kegiatan ujian BTA-PPI karena saat awal masuk kuliah dan akan mengikuti ujian BTA-PPI system yang digunakan eror dan tidak dapat digunakan sehingga membuatnya dan teman sekelompoknya gagal mengikuti ujian BTA-PPI. Sampai semester 5 ini HTR masih juga belum lulus BTA-PPI, namun setelah semester 4 HTR mulai masuk ke pondok pesantren mitra UIN SAIZU yaitu pondok pesantren ASWAJA.

Aktifitas sehari-hari yang dilakukan oleh HTR adalah seperti mahasiswa UIN SAIZU pada biasanya yaitu berkuliah dan mengikuti kegiatan di pondok pesantren, Namun HTR juga mengikuti kegiatan Unit Kegiatan Mahasiswa atau UKM teater dikdik sebagai salah satu kegiatan untuk mengisi waktu luang dan menambah skillnya.

Dalam persiapan ujian BTA-PPI tentunya HTR mengalami hambatan-hambatan, namun HTR juga mempunyai solusi agar hambatan-hambatannya dapat teratasi dengan baik diantaranya yaitu dengan belajar dengan sungguh-sungguh, latihan soal, mengaji, belajar dari modul, hafalan dan membaca al-Qur`an sehabis solat dan juga tetap berfikir positif.

Pada saat persiapan ujian BTA-PPI, HTR termasuk kedalam orang yang membutuhkan bantuan orang lain. Menurut HTR, ia termasuk orang yang tidak bisa sendiri karena jika dalam kondisi sendiri dengan banyak pikiran itu akan membuat HTR memikirkan hal-hal yang tidak baik sehingga ia selalu membutuhkan orang lain.

Bagi HTR dalam persiapan ujian BTA-PPI dukungan dari orang tua, teman dan juga orang special akan membantunya lebih semangat dalam persiapan ujian BTA-PPI. Karena ini adalah perdana bagi HTR untuk mengikuti ujian BTA-PPI, walaupun HTR tidak mempunyai persiapan yang secara khusus, namun HTR juga mempersiapkan ujian ini dengan matang.

Motivasi dari HTR untuk segera lulus juga sangat kuat, di mana HTR ingin segera menamatkan pendidikannya dengan baik dan tepat waktu. Motivasi yang kuat ditambah dengan lingkungan yang sangat

mendukung dan kondusif dalam persiapan ujian BTA-PPI membuat HTR lebih focus dalam persiapan ujian BTA-PPI.

Ditengah motivasi yang kuat dan juga lingkungan yang mendukung, tentunya HTR tetap memiliki hambatan di dalam prosesnya seperti banyaknya tugas kuliah. Namun HTR juga mempunyai solusi untuk itu, di mana ia memilih untuk begadang mengerjakan tugas dan juga membuat jadwal untuk belajar BTA-PPI.

4. Subjek YFI

Subjek YFI adalah mahasiswa fakultas dakwah semester 5 program studi Manajemen Dakwah. Subjek YFI adalah mahasiswa asli daerah kabupaten Banjarnegara. Saat ini YFI masih tinggal dan mengikuti kegiatan mengaji di pondok pesantren ASWAJA.

Suubjek YFI belum pernah mengetahui tentang apa itu strategi coping subjek YFI sudah tinggal dan mengikuti kegiatan mengaji di pondok pesantren ASWAJA semenjak semester 3. Subjek YFI baru mengikuti ujian BTA-PPI di semester 4 karena pada awal masuk kuliah subjek YFI tidak mengikuti ujian BTA-PPI.

Saat ini aktivitas subjek YFI sama seperti mahasiswa lain pada umumnya yaitu mengikuti kegiatan perkuliahan. Namun subjek YFI saat ini juga mengikuti kegiatan lain seperti menjaga BMT milik program studi manajemen dakwah yang terletak di fakultas dakwah lantai 1.

Saat mengetahui bahwasannya YFI belum lulus BTA-PPI teman-teman YFI memberikan dukungan dengan cara memberikan semangat pada YFI untuk segera lulus BTA-PPI. Dalam memulai hari, YFI tidak termasuk dalam pribadi yang memiliki jadwal yang tersusun rapi, namun YFI selalu memulai hari dengan berolahraga.

Menurut YFI, belum lulus BTA-PPI merupakan tantangan, Karena YFI belum pernah mengenyam Pendidikan di dunia pesantren dan kini ia harus mulai untuk mondok di pesantren. Saat merasa lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI YFI biasanya menghabiskan waktu untuk healing Bersama teman-temannya. YFI juga termasuk kedalam orang yang

lebih memilih untuk menyelesaikan masalahnya sendiri Ketika YFI sedang stress.

Dalam persiapan ujian BTA-PPI, subjek YFI tidak mempunyai persiapan khusus. Namun, untuk menghadapi ujian BTA-PPI periode ini subjek YFI lebih menekankan pada hafalan juz amma`, Latihan soal dan juga imla`. Motivasi subjek YFI untuk segera lulus BTA PPI adalah agar BTA-PPI ini tidak menjadi beban lagi dan juga agar bisa ikut PPL dan KKN.

Dalam persiapan ujian BTA-PPI kondisi lingkungan YFI juga sangat mendukung. Namun tetap saja ddalam persiapan, YFI mengalami hambatan seperti hafalan dan imla`. Namun di sisi lain YFI juga mempunyai solusi untuk mengatasi hambatan tersebut. Dan menurut YFI pengaruh lingkungan dalam persiapan ujian BTA-PPI juga memiliki andil yang cukup besar terutama dalam pemilihan partner belajar BTA-PPI.

5. Subjek BS

Subjek BS merupakan mahasiswa fakultas dakwah dengan program studi Pengembangan Masyarakat Islam atau PMI. Subjek BS merupakan mahasiswa Angkatan 2021. Saat ini subjek BS beum lulus BTA-PPI dan masih tinggal dipondok pesantren salah satu mitra UIN SAIZU.

Subjek BS sekilas mengetahui apa it strategi coping, menurut subjek BS strategi coping adalah salah satu cara meangani stress. Subjek BS sudah tinggal di pondok pesantren seenjak semester 1 dan belum lulus BTA-PPI hingga semester saat ini. Subjek BS juga sudah mengikuti ujian BTA-PPI dari awal masuk kuliah.

Aktivitas sehari-hari subjek BS sama sepert mahasiswa pada umumnya yaitu mengikuti perkuliahan danjuga kegiatan yang berkaitan dengan perkuliahan. Amun, jika sedang mengikuti kegiatann kepanitanaan, subjek BS biasanya mengikuti kegiatan rapat dan juga persiapan akan kegiatan tersebut.

Lingkungan pertemanan subjek BS sudah mengetahui jika subjek BS belum lulus BTA-PPI dan bentuk bantuan yang diberikan oleh lingkungan pertemanan subjek BS adalah membantu mencari pondok pesantren yang mudah dalam memberikan rekomendasi akan ujian BTA-PPI.

Daalam memulai aktivitas sehari-hari, subjek BS tidak mempunyai persiapan yang secara khusus namun subjek BS selalu memulai hari dengan minum air putih yang cukup. Pandangan subjek BS terkait ujian BTA-PPI adalah sebagai sebuah cobaan karena subjek BS tidak mempunyai basic dalam dunia keagamaan atau pesantren.

Jika sedang merasa Lelah dengan persiapan ujian BTA-PPI biasanya subjek BS memilih untuk beristirahat terlebih dahulu, makan makanan yang disukai dan juga healing. Subjek BS juga tidak termauk dalam pribadi yang membutuhkan bantuan orang lain dalam menyelesaikan masalah. Namun subjek BS membutuhkan orang lain sebagai tempat untuk berkeluh kesah dan juga berbagi cerita.

Persiapan ujian BTA-PPI kali ini subjek BS hanya menyakinkan diri bahwasannya subjek akan mampu untuk menghadapi ujian BTA-PPI. Pada ujian BTA-PPI periode ini subjek BS juga tidak mempunyai persiapan yang spesifik. Motivasi agar segera lulus menjadi motivasi utama subjek BS dalam persiapan ujian BTA-PPI periode ini.

Situasi lingkungan yang sangat mendukung juga membantu subjek BS dalam persiapan ujian BTA-PPI. Selain situasi yang mendukung, subjek BS juga memiliki hambatan yang dialami selama persiapan ujian BTA-PPI periode ini seperti hafalan akan surat-surat pendek.

Dalam mengaasi hambatan diatas subjek BS memilih untuk mempersiapkannya lebih awall daripada maeri lainnya. Bagi subjek BS, dalam persiapan ujian BTA-PPI lingkungan tidak berpengaruh dalam persiapan ujian BTA-PPI, namun yang berpengaruh adalah kondisi perasaan subjek yang tidak menentu.

D. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh dari subjek penelitian di hasilkan data terkait dengan bagaimana strategi *coping* guna manajemen waktu yang dilakukan oleh 5 orang mahasiswa fakultas dakwah dalam persiapan ujian BTA-PPI guna manajemen waktunya. Untuk lebih jelasnya peneliti mengurai hasil penelitian sebagai berikut :

1. Strategi *Coping*

Menurut Lazarus dan Folkman, *coping* adalah suatu usaha untuk mengubah kognisi atau tingkah laku secara konstan sebagai usaha untuk mengendalikan tuntutan baik eksternal maupun internal, khususnya yang diperkirakan akan menyita dan melampaui kemampuan seseorang. *Coping* adalah perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan oleh seseorang untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stress.

Dibawah ini akan dipaparkan hasil wawancara yang menunjukkan dimensi sebagai berikut :

Lazarus dan Folkman mengemukakan bahwa *problem focused coping* digunakan pada saat seseorang mempunyai kesempatan guna merubah situasi yang penuh tekanan, sedangkan *emotional focused coping* digunakan pada saat seseorang mempunyai penilaian bahwa tidak hal apapun yang dapat digunakan guna mengubah situasi yang penuh dengan tekanan selain menerima dengan lapang situasi saat ini..⁴⁰ yang diantaranya adalah sebagai berikut :

Table 4.2 Bentuk Strategi Coping

NO	Subjek	<i>Problem Focused Coping</i>	<i>Emotional Focused Coping</i>
1.	FK	- Tetap belajar dan focus kepada persiapan ujian BTA-PPI <i>(planful problem</i>	- Memilih utuuk menyendiri dan menarik diri dari social saat sedang mengaami masalah

⁴⁰ Sawitri and Widiyasavitri, "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19."

		<p><i>solving)</i></p>	<p><i>(escap avoidance)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Membangkitkan semangat dengan cara memotivasi diri sendiri saat sedang terpuruk</i> <p><i>(self controlling)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Melihat permasalahan BTA-PPI sebagai sebuah cobaan dan juga tantangan namun tetap menerima dan berusaha dengan baik.</i> <p><i>(positive reappraisal)</i></p>
2	HTR	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Mengikuti kegiatan lain diluar perkuliahan untuk menambah pengalaman dan juga mempersiapkan ujian BTA-PPI</i> <i>(planful problem solving)</i> - <i>Berkumpul Bersama teman-teman untuk mengurangi negative thinking</i> <i>(seeking social control)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Menjadkan belum lulus BTA-PPI sebagai pemacu semangat dalam persiapan ujian BTA PPI</i> <i>(Self controlling)</i> - <i>Memaknai belum lulus ujian BTA-PPI sebagai sebuah ujian dan juga tantangan untuk subjek memperdalam pengetahuan terkait ujian BTA-PPI</i> <i>(positive reappraisal)</i>
3	TA	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Diawai dengan curhat kepada sang ibu, sholat dan berdoa kepada sanga maha kuasa dan dilanjutkan dengan ikhtiar dalam menyelesaikan masalah.</i> <i>(planfull problem solving)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Menanamkan motivasi yang kuat pada diri sendiri.</i> <i>(self controlling)</i> - <i>Memaknai belum lulus ujian BTA-PPI sebagai sebuah ujian dan juga tantangan untuk subjek memperdalam terkait praktek imla`</i> <i>(positive reappraisal)</i>
4	YFI	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Melakukan healing atau liburan dengan ean-tean sebagai bentuk hiburan saat mengalami lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI</i> <i>(prolem focused</i> 	

		<i>coping</i>)	
5	BS	<ul style="list-style-type: none"> - memilih untuk istirahat, makan dan keliling kota menggunakan sepeda motor Ketika malam hari <i>(problem focused coping)</i> - subjek membutuhkan orang lain untuk berbagi cerita tentang permasalahan yang sedang subjek hadapi dan sebagai tempat untuk berkeluh kesah <i>(seeking social support)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> - menghindari Ketika sedang ada masalah dengan istirahat seperti tidur, makan atau naik motor keliling kota pada malam hari <i>(escape avoidance)</i>

Berdasarkan table diatas berikut penjabaran terkait startegi coping yang digunakan :

a. *Problem focused coping* dibagi menjadi tiga bagian yaitu :

1) *Planful problem solving*

Pada bagian ini individu akan melakukan pendekatan analitis individu kepada maslaah yang sedang ia alami. Tujuan dari bagian ini adalah guna merubah kondisi yang dianggap s ebagai maslah oleh iindividu. Dan berikut beberapa *Planful problem solving* berdasarkan hasil wawancara :

a) Subjek FK

Ketika FK sedang merasakan bahwasannya dirinya tertekan dan lelah dikarenakan belum lulus BTA-PPI, FK lebih memilih untuk fokus pada ujian BTA-PPI yang akan dilaksanakan dan juga belajar lebih giat agar segera lulus BTA-PPI.

“kalau belajar si ngga cape,tapi karna belum lulus BTA jadinya cape, tapi tetep belajar ikut pemantapan BTA-PPI, ngulang materi dan hafalan, memahami kisi-kisi BTA-PPI”⁴¹

FK merasakan tertekan dan Lelah karena belum lulus BTA-PPI namun FK juga tetap belajar dan fokus akan ujian yang akan dilaksanakan guna segera lulus BTA-PPI.

b) Subjek HTR

Saat HTR merasakan sedih karena belum lulus BTA-PPI HTR lebih memilih untuk mengikuti kegiatan lain untuk menambah pengalaman dan juga mempersiapkan ujian BTA-PPI.

“Sedih si, Cuma karna masih ada kegiatan lain, jadi sambil nunggu sambil nyari pengalaman dan persiapan lagi ”

HTR mengikuti kegiatan lain guna menambah pengalaman dan sambil mempersiapkan ujian BTA-PPI agar tidak terlalu larut dalam kesedihan.

c) Subjek TA

Ketika sedang merasa lelah dengan persiapan ujian BTA-PPI subjek TA lebih memilih untuk bercerita dengan keluarga melalui telepon, sholat atau berdoa dan juga tetap berusaha atau bertawakal.

“biasanya saya kalau lagi cape itu yang paling pertama itu telfon ibu ya, cerita sama ibu. Terus habis itu sholat, berdoa kepada Allah dan tetap tidak lupa berusaha juga”

Subjek TA menghubungi ibu melalui telepon, sholat dan tetap berusaha agar diberi kemudahan dalam persiapan ujian BTA-PPI.

⁴¹ Subjek FK, *Verbatim Wawancara*,

d) Subjek YFI

Pada saat mengalami lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI subjek YFI lebih memilih untuk pergi melakukan healing atau liburan dengan teman-temannya sebagai hiburan.

“ya biasanya kalau lagi lelah saya healing sama temen-temen saya si mbak, buat hiburan”

Subjek HTR melakukan liburan atau healing sebagai bentuk hiburan saat merasakan lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI.

e) Subjek BS

Ketika subjek BS sedang mengalami rasa lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI, subjek BS memilih untuk istirahat, makan dan keliling kota menggunakan sepeda motor Ketika malam hari

“biasanya kalau lagi cape saya istirahat, tidur, makan dan motoran sambil dengerin music keliling kota, tapi malam-malam”

Subjek BS beristirahat, makan dan juga berkeliling kota sambil mendengarkan music di malam hari Ketika sedang mengalami lelah.

2) ***Confrontative Coping***

Pada cara yang kedua ini individu akan memperlihatkan respon konfrontasi atau pertentangan secara langsung kepada masalah. Sehingga membuat individu bereaksi secara langsung sebagai sebuah perubahan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini berdasarkan hasil wawancara Bersama dengan kelima subjek, tidaka ada subjek yang memberikan jawaban bahwa dirinya melakukan strategi *Confrontative Coping* ini, kelima subjek tidak menunjukkan bentuk pertentangan atau konfrontasi terhadap sumber masalah.

3) ***Seeking Social Support***

Pada cara yang ketiga ini individu akan turun langsung mencari bantuan pihak lain dengan tujuan supaya individu mendapatkan dukungan secara nyata maupun secara emosional dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

a) Subjek HTR

Subjek HTR memberikan penjelasan dalam wawancara bahwasannya subjek termasuk individu yang membutuhkan orang lain. Ketika sedang stress atau sedang ada masalah. Karena ketika sedang stress atau ada masalah tapi sendirian maka subjek akan berfikir yang buruk-buruk, sehingga subjek lebih memilih untuk berkumpul dengan teman-temannya.

“karna aku tipe orang yang ngga suka sendiri, karna kalau sendiri suka mikir yang buruk-buruk, jadi kalau sore kek gitu, aku sama temen-temen yang belum lulus BTA-PPI suka nongkrong biar ngga terlalu kepikiran”.

Bertahan untuk tetap berjuang agar segera lulus BTA-PPI ini salah satunya adalah adanya dukungan dari orang tua, teman dan juga orang special yang menjadi penyemangat bagi dirinya.

“adanya dukungan dari teman-teman, support system dan juga orang tua”.

b) Subjek BS

Subjek BS tidak membutuhkan bantuan orang lain dalam menyelesaikan permasalahannya, namun subjek membutuhkan orang lain untuk berbagi cerita tentang permasalahan yang sedang subjek hadapi dan sebagai tempat untuk berkeluh kesah.

“aku si ngga butuh orang lain buat nyelesein masalahku, tapi aku butuh teman buat berkeluh kesah tentang pikiranku si, kaya aku Cuma butuh tempat buat cerita dan berkeluh kesah aja”.

b. *Emotional Focused Coping*

Merupakan sebuah usaha yang dilakukan oleh individu guna menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi dengan cara mengontrol emosi negative yang muncul sebab adanya permasalahan seperti stress. Terdapat beberapa komponen cara yang dapat digunakan untuk mengontrol emosi oleh individu dalam menyelesaikan sebuah permasalahan diantaranya sebagai berikut :

1) *Distancing*

Dimana individu memilih untuk tidak terlibat dalam permasalahan yang membuat dirinya terpuruk, sehingga individu akan menghindar dan membuat diri memiliki citra yang positif.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada kelima subjek tidak ada yang menggunakan cara ini.

2) *Escape Avoidance*

Individu lari dari masalah yang sedang dihadapi. Lari dari masalah memiliki banyak cara dengan tujuan untuk menjaga emosi diri supaya tidak terpengaruh oleh hal-hal yang negative yang akan membuat masalah semakin keruh.

a) Subjek FK

Subjek FK lebih memilih melarikan diri dari masalah yang sedang subjek alami, Ketika subjek sedang mengalami stress subjek lebih memilih untuk tidak berinteraksi terlebih dahulu dengan orang lain dan subjek lebih memilih untuk berdiam diri serta sendiri terlebih dahulu.

“aku tipe orang yang kalau ada masala mending diri sendiri aau ngga mau ngelibatin orang lain, mending diem dan lebih baik menyendiri”.

b) Subjek BS

Subjek BS mengatakan bahwa dirinya lebih sering menghindari Ketika sedang ada masalah dengan istirahat seperti tidur, makan atau naik motor keliling kota pada malam hari.

“kalau aku lagi ada masalah itu lebih prefer ke istirahat, tidur, makan sama jalan-jalan naik motor keliling kota sambil dengerin music”

3) **Self Controlling**

Individu akan mengontrol dirinya dalam penyelesaian sebuah permasalahan dengan cara memberikan batasan-batasan pada perasaan atau perlakuan dirinya dalam menghadapi atau merespon sebuah problematika atau permasalahan.

a) Subjek FK

Ketika sedang mengalami penurunan semangat atau motivasi, subjek FK terus memotivasi dirinya agar segera lulus BTA-PPI.

“motivasi si ayok lulus, agar segera lulus BTA dan aku selalu nekanin ke diriku kalau kita pasti akan lulus kali ini”

b) Subjek TA

Motivasi yang ditanamkan pada diri sendiri agar segera lulus BTA-PPI dan lulus kuliah,

“aku selalu memotivasi diriku kalau aku pengenya lulus tepat waktu”

c) Subjek HTR

Tertinggal jauh dari teman-temannya yang sudah lulus ujian BTA-PPI membuat subjek HTR menjadikan hal tersebut sebagai Batasan tolak ukur semangat dalam persiapan ujian BTA-PPI.

“Karna ngga mau ketinggalan jauh dari temen-temen, karna teman-temen juga sudah banya yang lulus jadi saya jadikan itu sebagai tolak ukur semangat saya.”

4) *Accepting Responsibility*

Pada cara yang ini individu akan belajar penerimaan masalah, dengan harapan ketika individu sudah dapat menerima sebuah keadaan maka ia akan memberikan respon yang baik dan dengan diri yang tenang sehingga ia akan mendapatkan pemahaman yang baik akan masalah yang terjadi dan dapat memilah segala sesuatu sebagaimana semestinya.

a) Subjek TA

“Subjek TA tidak merasa keberatan saat belum lulus BTA-PPI, keikiran si pasti tapi kan saya bisa mengikuti organisasi dan saya kalau belum lulus saya bisa ngejar sempro dulu”

A) *Positive reappraisal*

Pada cara yang terakhir ini ditandai dengan respon positif dari individu yang mana bertujuan supaya individu dapat mengembangkan dirinya sendiri dan memberikan aura positif.

a) Subjek FK

Melihat permasalahan BTA-PPI sebagai sebuah cobaan dan juga tantangan. bagi subjek FK merasa cobaan di mana karena sudah menjadi mahasiswa semester tua tapi belum lulus BTA-PPI namun FK sudah menerima dan beruaha dengan baik.

“menurut saya BTA-PPI itu cobaan ya, karena sudah semester tua, kalau semester tua belum lulus itu sama saja enyusahkan diri kan ya? Karna belum bisa KKN-PPL”

“walapun udah ngga ada strategi khusus buat BTA-PPI periode ini, namun tetap belajar, ikut pemantapan BTA-PPI, ngulang hafalan-hafalan ddan memahhami kisi-kisi BTA-PPI dan semoga dapet penguji yang baik”

b) Subjek TA

Subjek TA melihat permasalahan ujian BTA-PPI sebagai sebuah cobaan dan juga tantangan, di mana cobaan karena sudah semester atas namun belum lulus ujian BTA-PPI dan tantangan untuk belajar imla lebih

“bisa dibbilang keduanya si,cobaan dan tantangan. Cobaan karena udah semester 5 belum lulus BT-PPI dan sempet menyesal karena setelahh keluar pondok di semester 4 ngga yari pondok lagi jadi ngga bisa ikutt ujian BTA-PPI dan juga ngga nyari kegiatan yang bisa bat nunjang BTA-PPI, tidak belajar lebih giat dari awal dan ni menjadi tantangan karena saya dari dulu masalahnya d imla, shingga saya belajar lebih terkait imla”.

c) Subjek HTR

Subjek HTR melihat permasalahan ujian BTA-PPI sebagai sebuah cobaan dan juga tantangan, di mana cobaan karena sudah semester atas namun belum lulus ujian BTA-PPI dan tantangan untuk belajar terkait BTA-PPI lebih dalam lagi.

“dibilang cobaan iya dan tantangan iya, tapi diri aku sendiri sadar aku masih kaya gini. BTA-PPI juga tatangan, karna in ikan kaya sebuah pelajaran jga, di mana BTA-PPI iyyu harus bisa dulu gitu, jangan ddikatakan lulus tapi ngga bisa apa-apa, karna BTA-PPI juga ada manfaatnya gitu loh, buat nanti waktu KKN contohnya.”.

2. Manajemen Diri

Manajemen diri berarti segenap langkah dan tindakan mengatur, mengelola diri. Selain itu, manajemen diri juga bisa berarti mengatur semua unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.

Menurut pendapat Prayue, aspek manajemen diri meliputi:

- a. Mengenali diri sendiri. Dalam setiap individu pasti sudah bisa mengerti dan dapat menilai tentang dirinya sendiri.
- b. Mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang akan dicapai. Individu juga harus dapat mengidentifikasi yang ada pada dirinya, agar seseorang itu mempunyai rencana untuk menuju kearah suatu tujuan bahwa manusia pada hakekatnya ingin menuju kepada sesuatu.
- c. Memahami pentingnya mencapai tujuan. Setiap individu memahami pentingnya mencapai tujuan yang ingin didapat agar dapat mengerti betapa pentingnya tujuan itu bagi dirinya sendiri.
- d. Mengontrol dan mengelola diri sendiri. Setiap individu harus bisa mengontrol dan mengelola dirinya sendiri terutama pada tingkah laku dan emosinya. Agar pada saat melakukan sesuatu tidak mudah terjerumus dengan apa yang dipikirkan dalam waktu singkat.
- e. Melakukan evaluasi diri atas apa yang telah dilakukan dan memahami hasil yang akan diperoleh dari apapun yang diakukannya. Dan berikut beberapa aspek-aspek manajemen diri yang dilakukan oleh subjek berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilaksanakan :

1) Mengenali diri sendiri

Setiap individu yang mulai untuk melaksanakan manajemen diri pastinya akan sudah mengerti dn juga dapat menilai akan dirinya sendiri.

a) Subjek FK

Subjek FK sudah dapat mengetahui apa saja yang akan dilakukan oleh subjek FK Ketika subjek sedang merasa lelah atau subjek mengetahui apa hal yang dapat subjek lakukan untuk mengetahui hal tersebut.

“saya tipe orangnya kalau lagi ngga mood itu menyendiri mbak, istirahat, merenung dan ngga ketemu rang-orang dulu, takutnya kalau ketemu orang dan perasaan saya lagi ngga mood takut nyakitin orang dengan kata-kata saya”

b) Subjek TA

Ketika subjek TA termasuk kedalam pribadi yang sudah mengetahui prioritas dan juga kesehariannya memang sudah terjadwal dengan baik

“saya tipikal orang yang sudah apa-apa terjadwal, jam segini saya harus ngapain dan nanti harus ngapain, karena jika tidak diatur dan sudah diatur satu minggu sebelumnya, karena dalam satu minggu tidak ada kegiatan yang terstruktur saya suka tiba-tiba ingin pulang”

c) Subjek HTR

Meskipun subjek HTR termasuk kedalam pribadi yang kegiatan sehari-harinya mengalir mengikuti kegiatan yang ada saja, namun subjek HTR mampu untuk mengenali kebutuhan dan juga skala prioritasnya Ketika sedang ada kegiatan.

“untuk hariannya saya tergantung si, tapi jika pada hari itu saya ada kegiatan atau jadwal khusus, kaya missal hari itu ada kegiatan teater atau lainnya, ya saya harus mempersiapkan dirilah, misal hari itu padat ya dari pagi hrus sudah bangun dan mengatur jadwal”

d) Subjek YFI

Subjek YFI tidak memiliki jadwal yang tersusun secara rinci pada setiap harinya, namun subjek YFI mengetahui jika dirinya membutuhkan olahraga setiap harinya, sehingga subjek YFI selalu melaksanakan olahraga setiap hari di pagi hari.

“saya si ngga ada jadwwal khusus, tapi setiap pagi saya harus olahraga minimal 30 menit”

e) Subjek BS

Subjek BS tidak mempunyai jadal yang dilaksanakan secara khusus dalam kesehariannya, namun subjek BS mengerti akan kebutuhannya yang membutuhkan minum air putih yang banyak dalam kesehariannya.

“saya untuk sehari-hari ya paling Cuma bangun, kuliah kalo ada kuliah kek gitu, tapi saya setiap bangun harus minum air putih dan jangan lupa untuk minum air putih yang banyak setiap harinya”.

2) **Mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang akan dicapai**

Setelah individu bisa untuk mengidentifikasi siapa dirinya, maka selanjutnya individu juga harus bisa mengerti apa rencana kedepannya untuk mencapai tujuan yang dia inginkan.

a) Subjek FK

Meskipun tidak memiliki persiapan khusus dalam menghadapi ujian BTA-PPI daam periode ini namun subjek FK tetap memiliki rencana agar subjek bisa menghadapi ujian BTA-PPI ini.

“saya juga mempunyai tujuan agar semester ini bisa lulus BTA-PPI agar segera lulus kuliah”

b) Subjek TA

Mempunyai tujuan agar dapat segera lulus kuliah menjadi strategi bagi subjek TA agar segera lulus BTA-PPI periode ini.

“ pegenya agar segera lulus kuliah, maksimal semester 8 lulus lah”

c) Subjek HTR

Subjek HTR juga memiliki tujuan yang cukup matang untuk mencapai lulus BTA-PPI pada periode ini.

“karena ngga mau ketinggalan dari teman-teman yang sudah banyak lulus BTA-PPI”

d) Subjek YFI

Subjek YFI merasa belum lulus BTA PPI adalah beban, sehingga tujuan subjek harus segera menyelesaikannya agar bisa PPL dan lainnya.

“supaya ngga jadi beban lagi, mau PPL, KKN dan lainnya juga”

e) Subjek BS

Subjek BS mempunyai target agar segera lulus kuliah 7 semester sehingga ia harus segera menyelesaikan ujian BTA-PPI ini.

“biar cepet lulus kuliah si, tujuannya semester 7 lulus”

3) Memahami pentingnya mencapai tujuan

Setiap individu harus bisa mengetahui pentingnya mencapai tujuan yang ingin dicapai agar segera mengerti betapa pentingnya tujuan tersebut baginya.

Dalam penelitian ini semua subjek mempunyai pemahaman yang sama mengenai pentingnya tujuan mereka yaitu agar segera lulus BTA-PPI pada periode ini.

4) Mengontrol dan mengelola diri sendiri.

Setiap individu harus bisa mengontrol dan mengelola dirinya sendiri terutama pada tingkah laku dan emosinya. Agar saat melaksanakan sesuatu tidak mudah terpengaruh dengan pikirannya.

a) Subjek FK

Subjek FK sudah dapat mengontrol dirinya saat emosi atau perasaan subjek sedang tidak baik dan lebih baik focus terhadap ujian BTA PPI.

“saya tipe orangnya kalau lagi ngga mood itu menyendiri mbak, istirahat, merenung dan ngga ketemu rang-orang dulu, takutnya kalau ketemu orang dan perasaan saya lagi ngga mood takut nyakitin orang dengan kata-kata saya”

“saya si ngga ada persiapan strategi khusus mbak untuk periode ini, namun saya harus focus dan yakin kalau saya pasti lulus periode ini”

b) Subjek TA

Subjek TA lebih memilih untuk curhat dengan ibu, sholat dan berdoa Ketika sedang merasa tidak baik-baik saja dan belajar dengan baik untuk persiapan ujian BTA PPI.

“saya biasanya kalau lgi cape langsung telfon ibu, shoolat, berdoa”.

“saya juga belajar BTA-PPI 3x dalam seminggu, apa kekurangan dan kelebihan yang lalu diperbarui, berdoa dan juga dapat masukan dari teman-teman, jangan banyak pikiran dan focus BTA-PPI”

c) Subjek HTR

Subjek HTR lebih memilih bertemu dengan teman-temannya dan juga nongkrong dengan teman-temannya saat sedang merasa lelah dan belajar terkait BTA-PPI dengan hafalan dan juga memiliki jadwal khusus.

“saya biasanya setiap sore nongkrong sama teman-teman yang belum lulus BTA-PPI, biar ngga terlalu kepikiran buruk-buruk”

“karena ini perdana, persiapan saya ya paling belajar tiap pagi sama malam, sempet-sempetin baca modul, Latihan soal, hafalan sama baca-baca al-qur`an setelah sholat”

“saya juga sedian waktu 3x seminggu yang itu full untuk belajar BTA-PPI”

d) Subjek YFI

Subjek YFI memilih healing dengan teman-teman sebagai metode untuk mengontrol dan mengelola emosinya dan juga focus belajar untuk persiapan ujian BTA-PPI.

“Saya biasanya healing sama temen-temen”

“paling ya saya belajar, hafalan, Latihan imla”

e) Subjek BS

Subjek BS lebih memilih untuk istirahat, makan dan juga naik motor sambil mendengarkan music keliling kota Ketika malam hari.

“saya biasanya istirahat, tidur, makan sama jalan-jalan sambil dengerin music keliling kota malam-malam”

5) Melakukan evaluasi diri atas apa yang sudah dikerjakan dan memahami output yang akan didapatkan dari apa yang dilakukannya.

a) Subjek TA

Subjek TA dalam menghadapi ujian BTA-PPI pada periode ini belajar dari hal-hal yang sudah terjadi selama mengikuti ujian BTA-PPI dan apa saja kekurangan dan kelemahan subjek untuk diperbaiki

“ belajar dari hal-hal yang sudah dialami dari semester 1 sampai 3, apa kekurangan dan kelemahannya untuk diperbaiki”.

E. PEMBAHASAN

Belum lulus BTA-PPI membuat mahasiswa UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto merasa resah dan stress karena merasa takut tidak bisa mengikuti kegiatan PPL, KKN dan juga kegiatan lainnya yang

mengharuskan mahasiswa untuk lulus BTA PPI terlebih dahulu. Hal tersebut pun tidak luput dialami oleh mahasiswa fakultas dakwah.

Ujian BTA PPI yang merupakan sebuah program terpadu di UIN Prof. K.H Saiffudin Zuhri Purwokerto yang di mana program ini merupakan program yang diarahkan untuk mengarahkan kemampuan mahasiswa dalam praktek membaca Al-Qur`an, menulis huruf arab, membantu mahasiswa dalam menghafalkan surah-surah dalam Al-Qur`an sebagai salah satu jalan menambah kecintaan dan juga ketakwaan pada Allah SWT. Penambahan pengetahuan terkait pengamalan ibadah yang bertujuan untuk membantu mahasiswa lebih mendalami terkait fiqih yang tak sebatas teori saja namun juga mengetahui akan praktiknya.⁴²

Belum lulus BTA PPI juga menuntut mahasiswa untuk belajar dan juga bekerja lebih keras untuk bisa segera menuntaskan ujian BTA-PPI ini. Rasa khawatir, sedih dan juga takut juga membuat mahasiswa merasa stress ditengah perjuangan untuk segera lulus BTA-PPI mereka juga harus menuntaskan tugas perkuliahan maupun tugas organisasi.

Banyaknya tanggungjawab yang diemban oleh mahasiswa pada seorang mahasiswa baik dari tanggungjawab dalam perkuliahan, tanggungjawab dalam organisasi maupun tanggungjawab di pondok pesantren ini membuat mahasiswa merasa kesulitan untuk mengatur emosi atau perasaan mereka dalam menghadapi tekanan tersebut dan juga kesulitan dalam membagi waktu untuk menunaikan semua tanggungjawab diatas.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat kita gambarkan bahwasannya banyaknya tanggungjawab yang diemban oleh seorang mahasiswa membuat mahasiswa merasa tertekan dalam bagaimana cara menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi terutama masalah terkait persiapan dalam menghadapi ujian BTA-PPI.

⁴² UPT Ma`had Al-Jami`ah Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Kerjasama UPT Ma`had Al Jami`ah IAIN Purwokerto Dengan Pesantren-Pesantren Mitra(IAIN Purwokerto,2016),hlm.11

Terkadang banyaknya tanggungjawab dan kesulitan dalam memajemen waktu tersebut membuat munculnya respon negative yang muncul pada diri individu tanpa disadari dan menjadikan hal tersebut sebagai sebuah tekanan yang berlebihan dan mengganggu aktivitas sehari-hari dan bahkan dapat mengganggu kegiatan persiapan ujian BTA-PPI. Perasaan mengganggu ini dapat diakibatkan karena kurangnya manajemen stress dan juga manajemen diri individu dalam persiapan ujian BTA-PPI.

Cara menghadapi tekanan tersebut peneliti menemukan cara menggunakan strategi coping untuk manajemen waktu dalam persiapan ujian BTA-PPI. Dengan melakukan strategi coping untuk manajemen waktu individu dapat menghadapi persiapan ujian BTA-PPI yang akan dilakukannya.

Pada prosesnya strategi coping untuk manajemen diri ini merupakan sebuah proses yang dilakukan untuk mengatur dan menyelesaikan tekanan dalam diri dan mengatur waktu guna persiapan ujian BTA-PPI yang matang. Dalam proses strategi coping ini terdapat 2 bentuk strategi coping yang dapat dilakukan oleh individu yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Problem focused coping dibagi kedalam tiga kelompok yaitu *planful problem solving*, *confrontative coping* dan *seeking social support*. Selanjutnya *emotional focused coping* dibagi menjadi lima kelompok yaitu *distancing*, *escape avoidance*, *self controlling*, *accepting responsibility* dan *positive reappraisal*.⁴³

Dari dimensi terkait permasalahan tekanan terkait ujian BTA-PPI dan kurangnya manajemen diri yang dialami oleh subjek membuat terganggunya kondisi subjek. Maka dari itu untuk tetap bertahan dan menghadapi permasalahannya maka subjek memilih untuk melakukan strategi coping untuk melakukan manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI.

⁴³ Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya," *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101, <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.

Beberapa cara yang dilakukan subjek seperti halnya belajar dengan lebih giat dari sebelumnya dengan menekankan pada hafalan, Latihan imla dan juga Latihan soal-soal, membuat jadwal belajar khusus untuk BTA-PPI dalam seminggu, menanamkan motivasi yang kuat dalam diri sehingga tidak mudah patah semangat dan berbagi cerita dengan orang lain atau keluarga untuk sedikit mengurangi beban perasaan yang ada dalam diri. Tidak jarang dari mereka yang sedang tidak bisa mengatasi masalahnya juga memilih untuk menyendiri, *me time*, liburan Bersama teman-teman dan juga tidur untuk mengistirahatkan diri.

Adanya tuntutan dan harapan dari dalam diri dan dari luar diatas kemampuan individu membuat individu yang menjadi seorang mahasiswa haruslah melewati berbagai rintangan guna mencapai tujuannya dan juga mengindahkan harapan dan juga keinginan orang disekitarnya terutama orang tua dan keluarga. Terkadang hal tersebut menjadi sebuah tekanan dalam diri individu yang masih berjuang di kampus, namun ia harus dihadapkan dengan tuntutan yang diluar kemampuan dirinya.

Ketika subjek dihadapkan pada strategi coping, subjek melakukan semua strategi coping yang meliputi *problem focused coping* yang terdapat empat macam cara yaitu : *planful problem solving, confrontative dan seeking social support*, Subjek juga melaksanakan *emotional focused coping* yang terdapat 5 macam cara di dalamnya, yaitu *distancing, escape avoidance self contoling, accepting responsibility dan posesive reappraisal*.

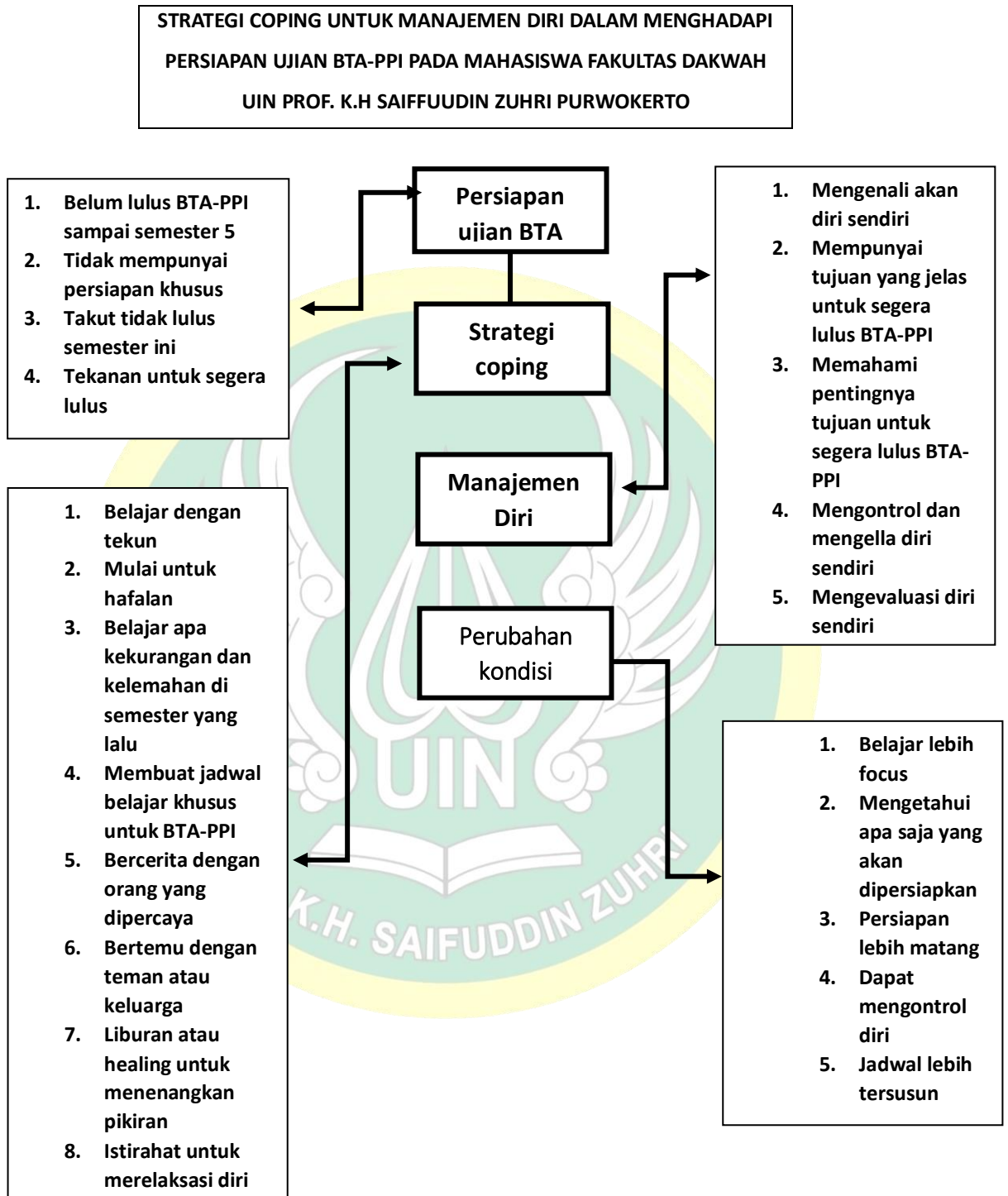
Dalam manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI , maka subjek akan mengalami beberapa aspek manajemen diri yang meliputi : mengenali diri sendiri, mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang akan dicapai, memahami pentingnya mencapi tujuan, mengontrol dan mengelola diri sendiri dan melakukan evaluasi diri. Pada penelitian ini subjek yang diteliti hampir mengalami semua aspek manajemen diri.

Kelima subjek dalam penelitian ini sudah dapat mengenali diri mereka masing-masing apa saja hal yang harus dilakukan Ketika sedang

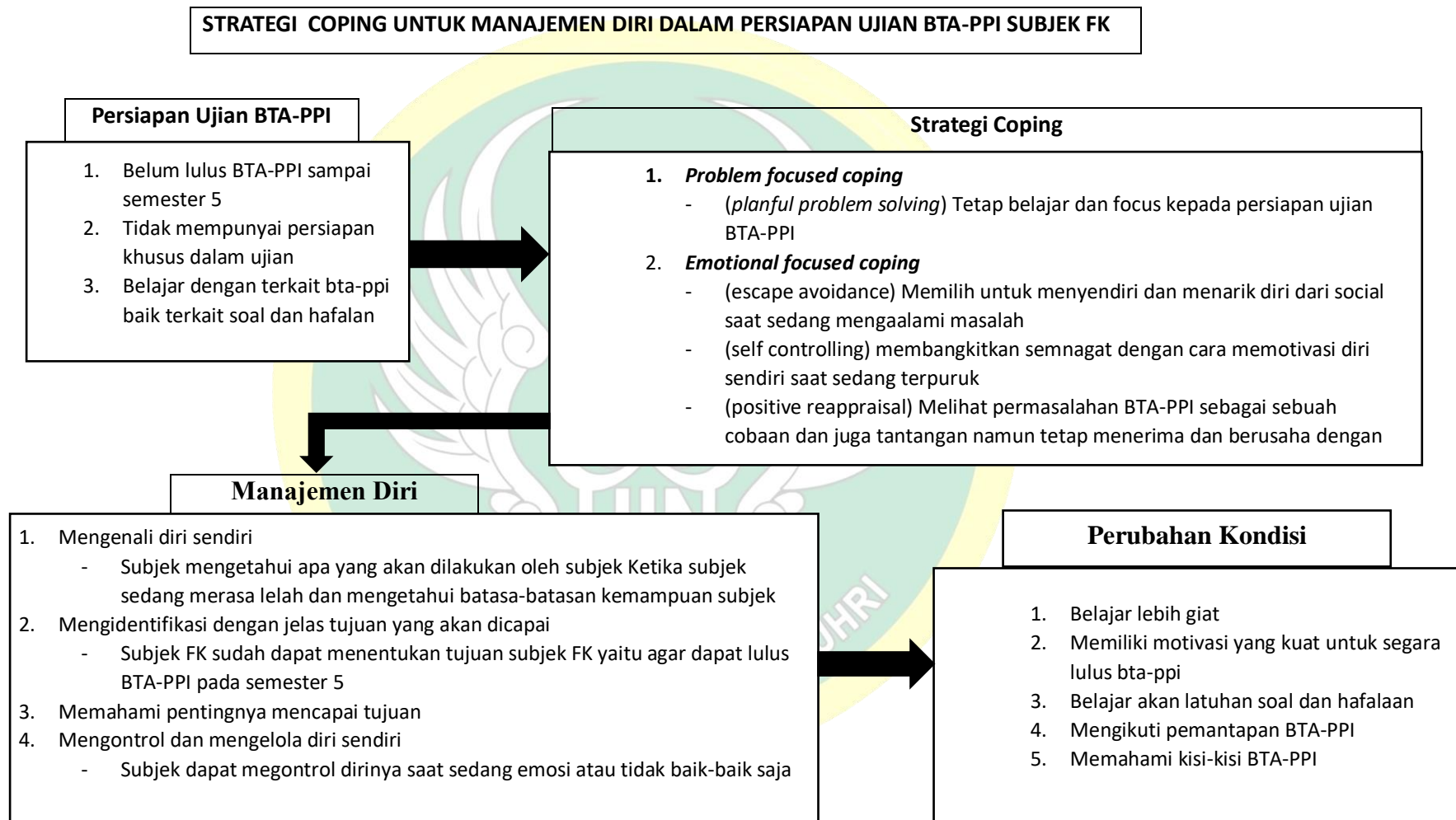
merasa lelah atau mengalami gangguan perasaan lainnya. Subjek juga sudah dapat mengetahui dengan jelas apa tujuan subjek yang ingin dicapai yaitu lulus ujian BTA-PPI secepatnya dan lulus kuliah tepat waktu, Subjek juga sudah dapat memahami pentingnya mencapai tujuan tersebut. Dalam hal mengontrol emosi dan mengelola diri sendiri subjek juga sudah dapat melakukannya dengan baik. Subjek juga sudah dapat mengevaluasi diri atas apa yang sudah dilakukan dan juga mengerti akan output yang akan didapatkan dari tindakannya tersebut.



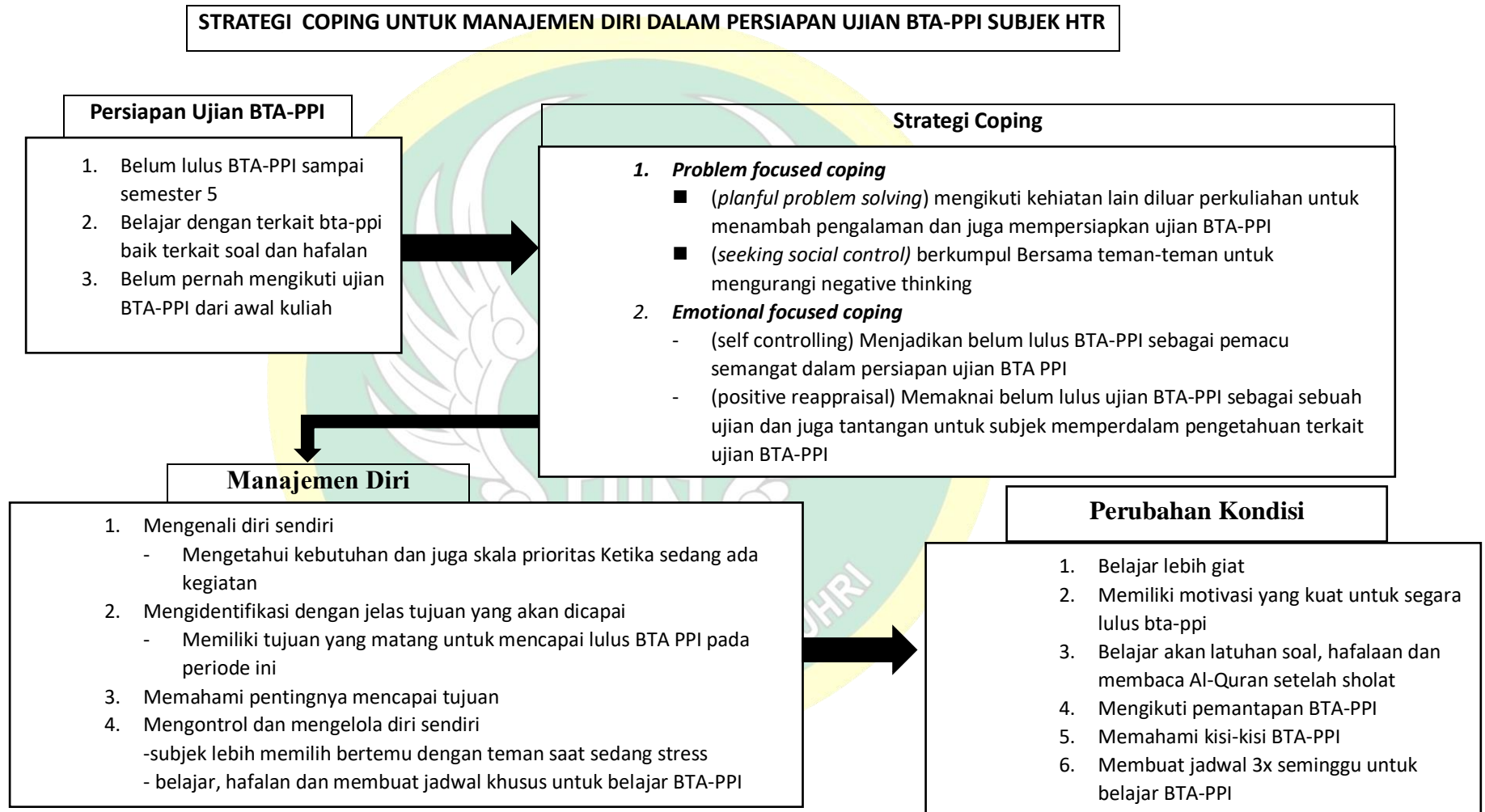
Skema 4.1 Strategi coping untuk manajemen diri



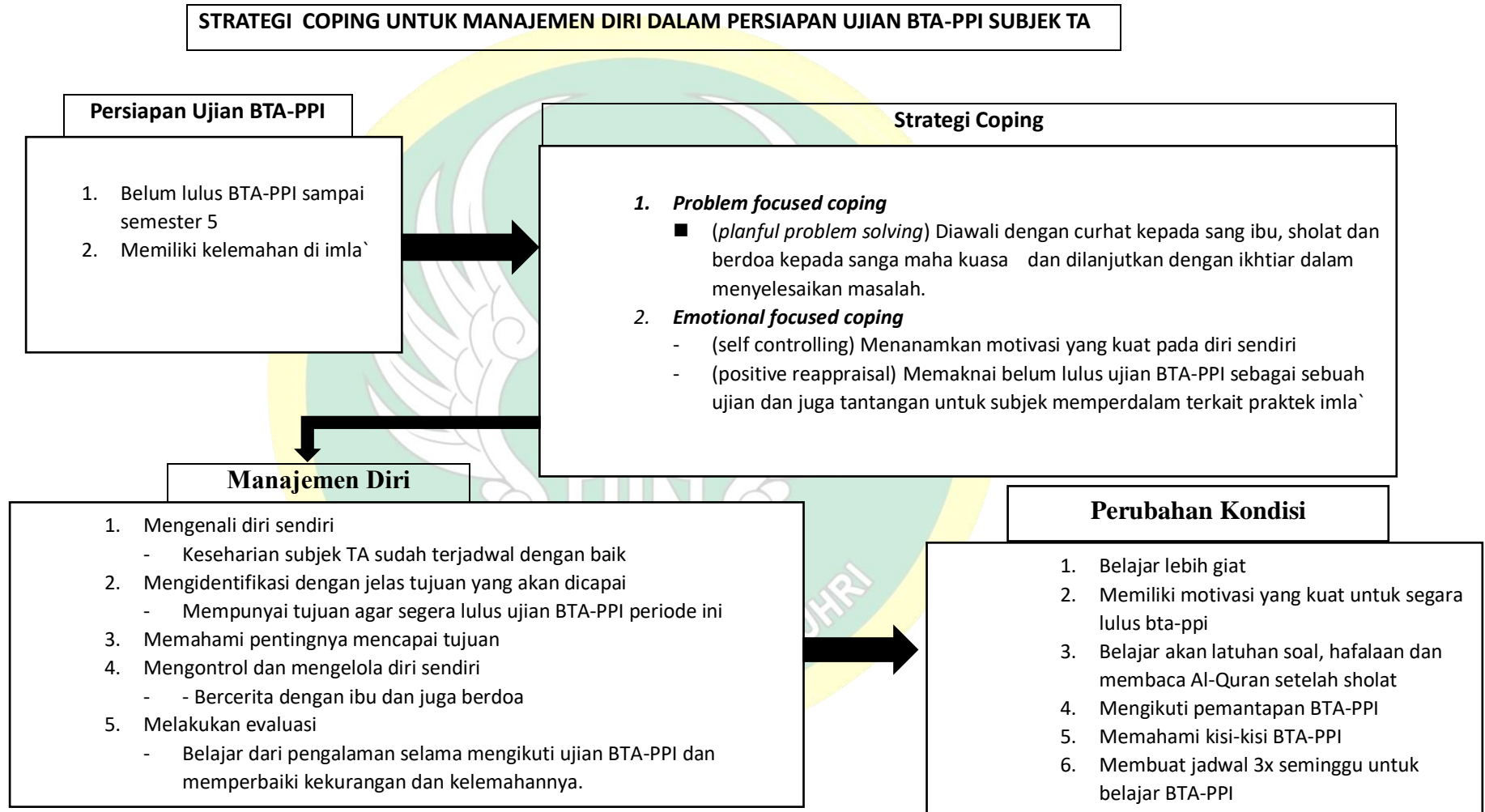
Skema 4.2 Strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI yang dilakukan oleh subjek FK



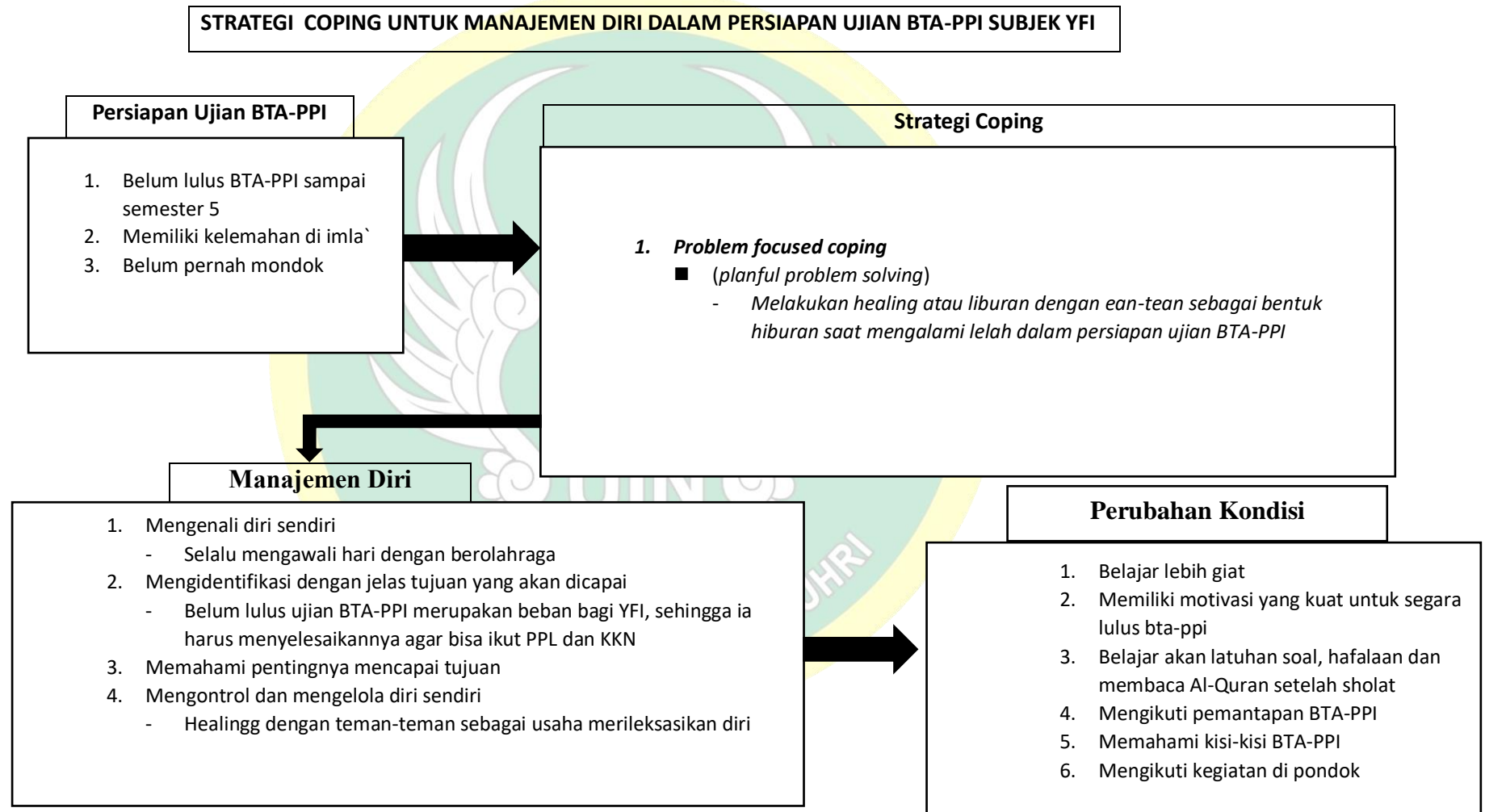
Skema 4.3 Strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI yang dilakukan oleh subjek HTR



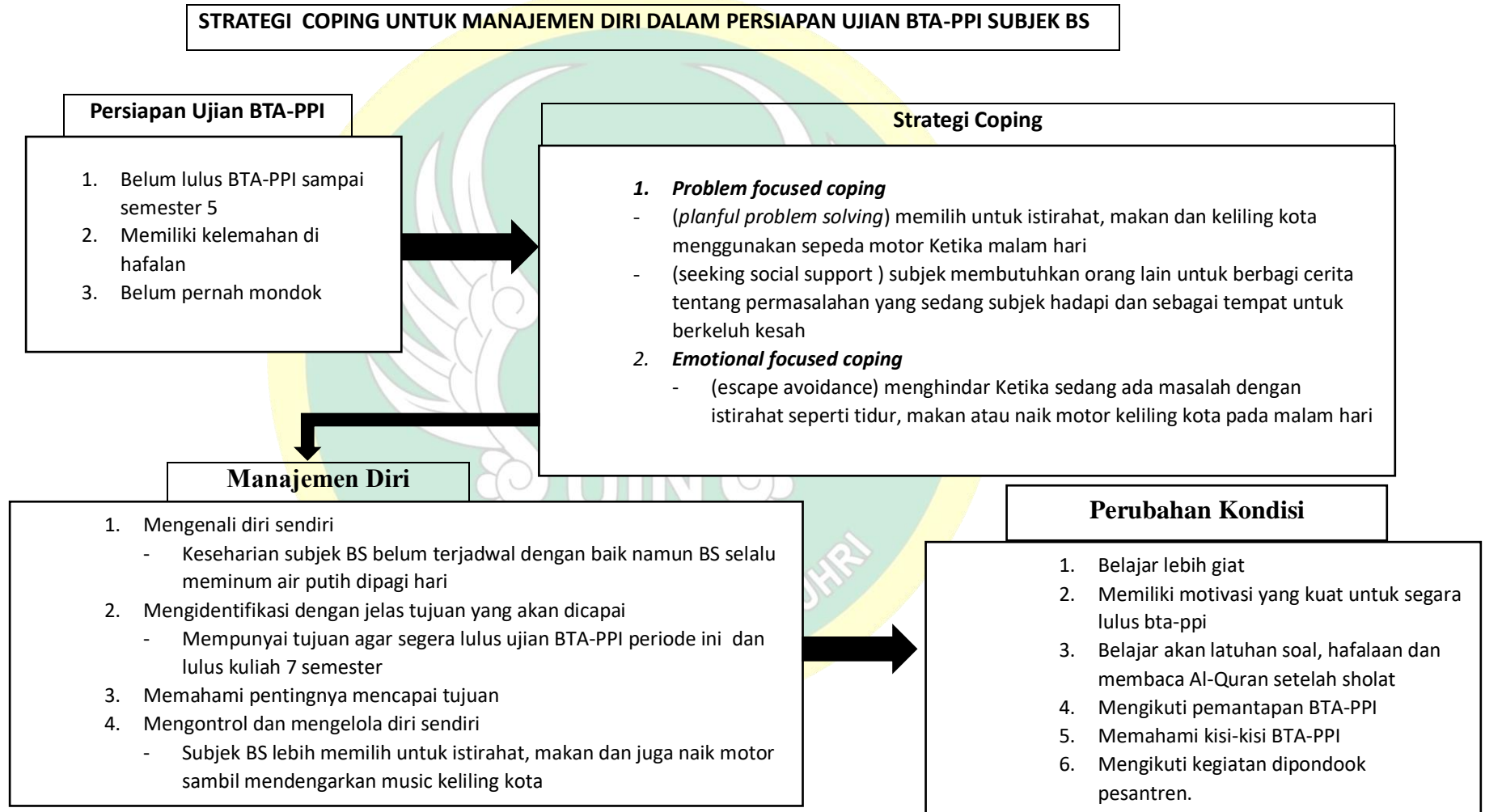
Skema 4.4. Strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI yang dilakukan oleh subjek TA



Skema 4.5 Strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI yang dilakukan oleh subjek YFI



Skema 4.6 Strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI yang dilakukan oleh subjek BS



Memasuki semester 5 di mana pada semester ini mahasiswa fakultas dakwah memiliki jadwal untuk melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan atau PPL. Salah satu syarat untuk mengikuti PPL adalah lulus ujian BTA-PPI, hal tersebutlah yang membuat subjek merasakan sedih dan khawatir jika belum juga lulus BTA-PPI pada semester ini. Jika subjek tidak bisa mengikuti ujian BTA-PPI pada semester ini maka mereka harus menunggu 1 semester lagi untuk bisa mengikuti PPL pada tahap 2.

Mengikuti ujian BTA-PPI membutuhkan persiapan yang cukup matang agar dapat melaksanakan ujian dengan baik. Ujian BTA-PPI yang dilaksanakan meliputi ujian tertulis dan juga ujian praktek. Ujian praktek yang meliputi praktek tahfidz, qira`atil Qur`an, imla atau menulis arab dan juga praktek pengalaman ibadah.

Persiapan ujian BTA-PPI yang membutuhkan waktu dan adanya tekanan dari dalam diri dan juga dari pihak luar agar segera lulus membuat adanya tekanan pada diri subjek. Perlunya persiapan yang cukup matang dan membutuhkan waktu lebih, jadwal ujian yang sudah semakin dekat, tugas kuliah yang cukup banyak dan juga aktivitas diluar perkuliahan membuat subjek merasa tertekan karena kewalahan dalam mengatur diri agar dapat mempersiapkan ujian BTA-PPI dengan baik.

Dengan cara focus belajar, berlatih soal, mengasah Kembali hafalan, berlatih imla dan juga memahami kisi-kisi guna ujian BTA-PPI menjadi salah satu cara yang digunakan untuk mengatur waktu guna persiapan ujian BTA-PPI sehingga Ketika mendekati waktu ujian tidak merasa tertekan karena sudah membekali diri dengan matang, baik dari segi materi maupun dari segi hafalan.

Selain itu, subjek juga melakukan healing atau liburan sebagai pengalihan akan rasa lelah dan stress. Bukan hanya melakukan liburan atau healing sebagai metode untuk mengurangi rasa stress dan juga lelah, subjek juga mengikuti kegiatan diluar perkuliahan sebagai usaha yang

dilakukan untuk menambah pengalaman dan juga mengisi waktu sambil menunggu jadwal kegiatan ujian BTA/PPI.

Bercerita kepada teman, sahabat dan keluarga juga menjadi salah satu cara yang dilakukan Ketika merasa sedang lelah dan *hopeless* atau kehilangan harapan. Bercerita dengan teman, sahabat dan keluarga dapat dilakukan dengan cara tatap mata langsung maupun dengan memanfaatkan teknologi yang ada yaitu melalui video call atau sejenisnya karena terhalang adanya jarak.

Menanamkan semangat dan juga motivasi yang kuat dalam menghadapi keseharian dan juga menghadapi ujian BTA-PPI juga dilakukan oleh subjek agar dapat semangat Kembali. Memaknai kondisi saat ini yang belum juga lulus ujian BTA-PPI yang menganggap ini sebagai ujian, ujian karena sudah semester lima tapi belum juga lulus BTA-PPI. Menganggap belum lulus ujian BTA-PPI sebagai tantangan karena baru pertama kali memasuki dunia pesantren dan juga tantangan untuk belajar lebih dalam terkait BTA-PPI.

Selain itu, istirahat, tidur dan juga makan-makanan yang disukai juga dilakukan oleh subjek Ketika sedang lelah ataupun bosan dan kadang subjek juga melarikan diri dari masalah yang sedang dialami dengan mengurangi batas interaksi dengan sekitar dan juga memberikan diri sendiri waktu untuk menyendiri.

Selain uraian diatas, subjek juga melakukan manajemen diri yang dilakukan guna mengatur waktu dalam persiapan ujian BTA-PPI agar dapat mempersiapkan ujian BTA-PPI dengan lebih baik. Manajemen diri juga dilakukan guna mengatur waktu agar dapat mengetahui skala prioritas dalam perkuliahan dan juga dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI.

Mulai dari mengenali diri sendiri dengan mengetahui apa yang subjek butuhkan dalam sehari-hari, apa yang subjek lakukan Ketika sedang *badmood* dan juga lelah dan subjek juga sudah membagi skala prioritas yang perlu subjek lakukan. Selain itu subjek juga mampu untuk mengidentifikasi dengan jelas apa tujuan yang ingin dicapai oleh subjek,

tujuan semua subjek hampir sama di mana semua subjek mempunyai tujuan agar segera lulus BTA-PPI dan juga agar segera lulus kuliah.

Setelah mengidentifikasi tujuan dengan jelas subjek juga harus memahami pentingnya mencapai tujuan tersebut. Setelah mengetahui dan memahami pentingnya mencapai tujuan agar lulus tujuan BTA-PPI pada periode ini, subjek juga harus bisa mengontrol dan mengelola diri sendiri, baik mengelola secara emosional maupun secara jasmani.

Bentuk pengelolaan dan pengontrolan diri yang dilakukan subjek meliputi bagaimana cara subjek mengontrol emosinya Ketika sedang tidak baik-baik saja. Mengontrol bagaimana dan apa yang seharusnya dilakukan Ketika subjek sedang lelah, seperti beristirahat dan juga bertemu dengan teman-teman atau keluarga untuk melepaskan penat dan juga rasa bosan.

Berdasarkan uraian pembahasann diatas bahwasannya belum lulus BTA-PPI pada semester ini membuat subjek merasa tertekan dari berbagai pihak, baik tekanan dari dalalam diri sendiri dan juga tekanan dari pihak luar agar segera lulus pada periode ini. Waktu ujian yang hampir mendekati waktu Ujian Akhir Perkuliahan membuat subjek kesulitan dalam mengatur waktu dalam persiapan ujian BTA-PPI. Sehingga diperlukan adanya cara guna menghadapi kondisi tersebut, supaya tidak menjadi semakin rumit.

Cara yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan strategi coping untuk manajemen diri yang mana didalamnya terdapat usaha-usaha yang dilakukan oleh subjek untuk manajemen diri guna mempersiapkan ujian BTA-PPI. Sehingga cara tersebut dapat membantu subjek untuk mengatur waktu dan juga mengatur tekanan yang ada. Keberhasilan strategi coping untuk manajemen waktu ini juga didukung dengan adanya keyakinan yang kuat pada diri subjek.

Jika dikaitkan dengan teori yang ada pada bab dua, hasil dari penelitian ini menggambarkan bahwasannya belum lulus BTA-PPI pada semester lima ini menjadi sebuah tekanan bagi mahasiswa. Tidak tahu bagaimana cara untuk merubah pikiran yang berkecamuk dan juga

bagaimana cara untuk merubah perilaku agar memiliki persiapan yang matang dalam menghadapi ujian BTA-PPI agar dapat mengelola tuntutan yang ada baik dari diri sendiri maupun dari lingkungan luar yang di mana hal tersebut terasa seperti membebani subjek, sehingga subjek melakukan usaha-usaha guna merubah hal tersebut guna manajemen diri yang baik.

Seperti yang diuraikan oleh Folkman di mana *“strategi coping merupakan usaha yang digunakan untuk merubah kemampuan kognitif dan juga perilaku secara berkelanjutan untuk mengatur tuntutan dalam diri sendiri dan dari lingkungan luar yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan diri seorang individu”*.⁴⁴

Munculnya rasa tekanan karena adanya tuntutan agar segera lulus BTA-PPI yang membuat munculnya rasa tertekan sehingga membutuhkan strategi coping untuk merubah dan mengatur tuntutan tersebut guna manajemen waktu yang tepat juga sehingga memiliki persiapan ujian BTA-PPI yang matang ditemukan pada kelima subjek peneliti dan dapat dikaitkan bentuk strategi coping yang dilakukan untuk manajemen diri dalam persiapan BTA-PPI.

Fase yang dialami oleh kelima subjek peneliti dapat disimpulkan berawal dari adanya tekanan karena sudah memasuki semester lima namun belum juga lulus BTA-PPI dan khawatir tidak dapat lulus BTA-PPI pada semester ini dan tidak dapat lulus kuliah tepat waktu sehingga merasa tertekan dan khawatir.

Setelah mengalami merasa tertekan, takut dan khawatir karena belum lulus BTA-PPI pada semester ini, subjek mendapatkan sebuah motivasi untuk merubah kondisinya dengan adanya motivasi yang kuat dari dalam diri sendiri dan juga adanya dukungan yang kuat dari pihak luar seperti keluarga, sahabat dan juga seseorang yang special tersebut membuat subjek mulai melakukan sebuah usaha yang subjek yakini. Salah satunya dengan mencari kesibukan lain baik mengikuti unit kegiatan

⁴⁴ Hapsarini Nelma, “Gambaran Strategi Coping Pada Profesional Kesehatan Mental,” *Jp3Sdm* 11, no. 1 (2022): 12–22, <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/940/842>.

mahasiswa, mengikuti organisasi atau komunitas dan mengikuti kepanitiaan sebagai sebuah kesibukan untuk tidak terlalu terfokus berlarut dalam kesedihan karena belum lulus BTA-PPI sebagai bentuk *planfull problem solving* dan juga bercerita dengan sahabat sebagai bentuk peluapan emosi sebagai bentuk *seeking control* yang dilakukan oleh subjek. Usaha lain yang digunakan oleh subjek ialah dengan belajar dengan tekun dan juga focus dengan ujian BTA-PPI, bercerita dengan keluarga, beribadah dan juga berikhtiar sebagai bentuk *planfull problem solving*.

Subjek juga menanamkan motivasi dalam diri dengan kuat dan juga memiliki tekad yang kuat untuk segera lulus BTA-PPI periode ini sebagai bentuk *self controlling*. Memaknai belum lulus ujian BTA-PPI sebagai sebuah cobaan dan tantangan untuk lebih semangat dan juga sebagai saran belajar lebih dalam mengenai ilmu BTA-PPI sebagai bentuk *positive reappraisal*. Namun kadang kala subjek juga menghindari dari masalah dengan istirahat seperti tidur dan makan atau berkeliling kota sebagai bentuk *escape avoidance*. Perilaku tersebut sesuai dengan pemaparan terkait bentuk strategi coping yang dijabarkan oleh Lazarus dan Folkman pada bab ii.⁴⁵

Lazarus dan Folkman mengemukakan bahwasannya bentuk-bentuk strategi coping ada 2 yaitu *problem focused coping* dan juga *emotional focused coping*. Di mana *problem focused coping* dibagi kedalam tiga acara yaitu *planfull problem solving*, *confrontative coping* dan *seeking social support*. *Emotional focused coping* dibagi kedalam lima cara yaitu, *distancing*, *escape avoidance*, *self controlling*, *accepting responsibility*, dan *positive reappraisal*.

Menurut Prague, aspek-aspek manajemen diri meliputi, mengenali diri sendiri, mempunyai tujuan yang jelas, memahami pentingnya tujuan tersebut, mengontrol dan mengelola diri sendiri dan juga mengevaluasi diri

⁴⁵ Sawitri and Wideasavitri, "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19."

sendiri.⁴⁶ Berdasarkan hasil penelitian aspek-aspek tersebut juga ditemukan dilakukan oleh subjek dalam penelitian ini, subjek sudah dapat memahami diri mereka sendiri, subjek juga mempunyai tujuan yang jelas yaitu agar segera lulus BTA-PPI pada periode ini, subjek juga dapat memahami pentingnya tujuan untuk segera lulus BTA-PPI pada periode ini yaitu agar segera lulus kuliah dan tidak menjadikan BTA-PPI sebagai sebuah beban lagi. Subjek juga sudah dapat mengontrol dan mengelola diri sendiri baik dari segi emosional maupun dari segi jasmani. Subjek juga dapat mengevaluasi diri sendiri apa kekurangan dan kelemahan yang dilakukan selama ini.

Aspek manajemen diri yang dilakukan oleh subjek dengan mengetahui apa yang akan dilakukan oleh subjek. Ketika subjek sedang tidak baik-baik saja, mengetahui apa saja skala prioritasnya dan juga memiliki jadwal khusus setiap harinya dan juga jadwal yang terstruktur dengan baik, menandakan subjek sudah mampu untuk mengenali dirinya sendiri dengan baik.

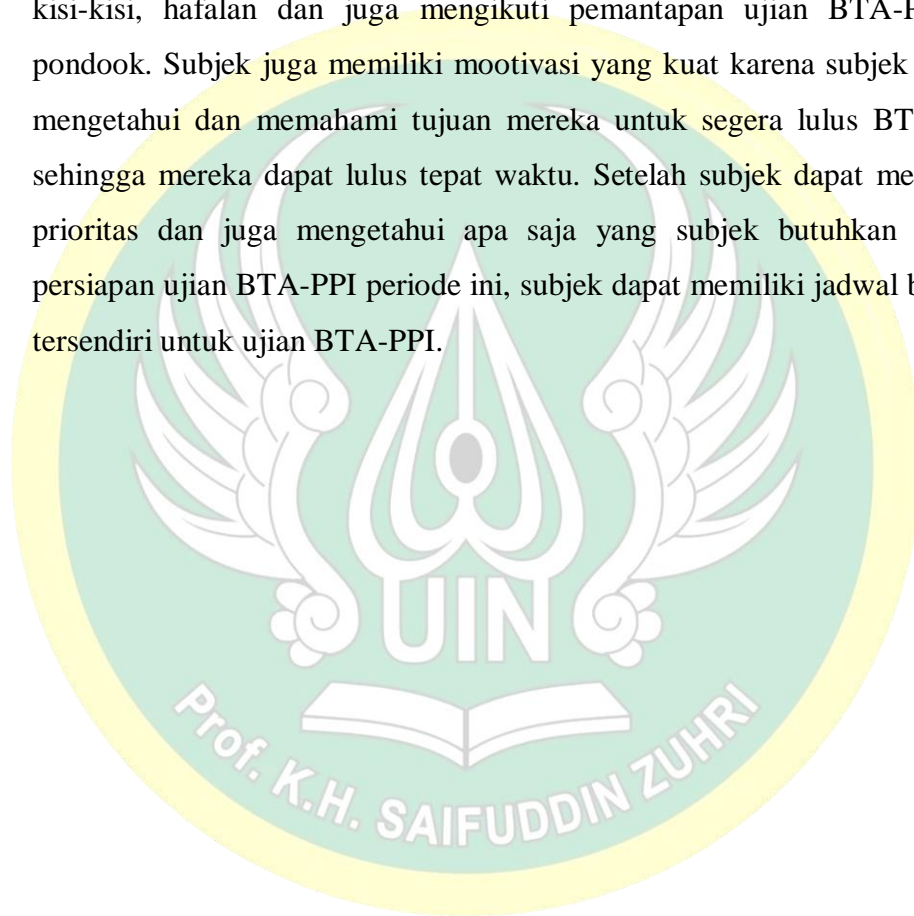
Subjek juga sudah dapat mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang ingin dicapai yaitu lulus BTA-PPI pada periode ini, hal ini menandakan subjek sudah dapat mengidentifikasi dengan jelas tujuan yang akan dicapai. Subjek juga memahami bahwasannya tujuannya sangatlah penting karena untuk menggapai cita-cita untuk lulus tepat waktu dan juga tidak lagi menjadikan BTA-PPI sebagai sebuah beban, hal ini menandakan subjek sudah dapat memahami pentingnya mencapai tujuannya.

Setelah itu subjek juga sudah dapat mengontrol dan mengelola emosi dan juga perasaan yang sedang dialami dengan cara menghindari dari social, liburan, nongkrong dengan sahabat dan juga bercerita kepada orang tua atau sahabat sebagai tempat mengeluarkan perasaan yang sedang dialami, hal ini menandakan subjek sudah dapat mengontrol dan mengelola dengan baik emosi dan juga perasaannya. Lalu subjek juga dapat belajar

⁴⁶ D.R.P, Rengginas Peran Manajemen Diri dan Kemampuan Emosi dengan Pengambilan Keputusan, (Yogyakarta: Fakultas Sekolah Pascasarjana Fakultas Psikologi UGM) 2005, hal 78

megevaluasi apa saja kekurangann dan kelemahan yang terjadi pada saat ujian BTA-PPI periode yang sebelumnya, hal ini menandakan subjek sudah dapat melakukan evaluasi dengan baik.

Dengan menggunakan srategi coping untuk manajemen diri pada persiapan ujian BTA-PPI periode ini membuat subjek belajar lebih giat karena subjek sudah mengetahui apa saja yang subjek butuhkan dalam persiapan ujian BTA-PPI, seperti belajar iimla, belajar materi, memahami kisi-kisi, hafalan dan juga mengikuti pemantapan ujian BTA-PPI di pondook. Subjek juga memiliki mootivasi yang kuat karena subjek sudah mengetahui dan memahami tujuan mereka untuk segera lulus BTA-PPI sehingga mereka dapat lulus tepat waktu. Setelah subjek dapat membagi prioritas dan juga mengetahui apa saja yang subjek butuhkan dalam persiapan ujian BTA-PPI periode ini, subjek dapat memiliki jadwal belajar tersendiri untuk ujian BTA-PPI.



BAB V

KESIMPULAN DAN PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, terdapat kesimpulan yang dapat peneliti ambil terkait penggunaan strategi coping untuk melakukan manajemen diri dalam persiapan BTA-PPI yang dilakukan oleh mahasiswa fakultas dakwah, di antaranya adalah :

1. BTA-PPI merupakan salah satu program unggulan yang dimiliki oleh UIN Prof. K.H. Safuddin Zuhri Purwokerto yang di mana program ini bertujuan untuk mengarahkan kemampuan mahasiswa dalam membaca Al-Qur`an, menulis huruf arab serta membantu mahasiswa untuk menghafalkan surah-surah pendek, serta meningkatkan kecintaan mahasiswa pada Allah SWT dan juga pengetahuan pengalaman ibadah sebagai bekal mahasiswa untuk mendalami fikih bukan hanya sebatas teori namun juga mengetahui akan prakteknya.
2. Kelulusan akan ujian BTA-PPI menjadi salah satu syarat yang dibutuhkan untuk mengikuti beberapa aktivitas perkuliahan seperti Praktek Pengalaman Lapangan atau PPL, Kuliah Kerja Nyata atau KKN dan berbagai kegiatan akademik lainnya. Kegiatan akademik yang membutuhkan sertifikat kelulusan ujian BTA-PPI rata-rata terdapat pada semester 5. Hal ini membuat mahasiswa yang sudah memasuki semester 5 merasa khawatir jika belum juga lulus ujian BTA-PPI, karena mereka akan tertinggal dari teman-teman yang sudah mengikuti PPL ditambah dengan adanya tuntutan yang ada pada diri mereka dan juga dari pihak luar untuk segera lulus BTA-PPI membuat mereka merasa tertekan.
3. Munculnya tekanan yang membuat mahasiswa mencari cara untuk mengatur stress dan juga tekanan yang ada pada diri mereka. Tuntutan yang cukup besar untuk segera lulus membuat munculnya

stress pada diri mahasiswa yang belum lulus ujian BTA-PPI dan juga ditambah dengan tidak memiliki manajemen diri yang baik dalam persiapan membuat mereka kesulitan dalam mempersiapkan ujian BTA-PPI, sehingga mereka mencari cara untuk mempersiapkan ujian BTA-PPI dengan cara melakukan strategi coping untuk melakukan manajemen diri.

4. Bentuk strategi coping yang dilakukan untuk melakukan manajemen diri tidak semuanya dilakukan oleh kelima subjek dalam penelitian ini, penggunaan strategi coping yang digunakan oleh kelima subjek juga berbeda-beda, diantaranya adalah sebagai berikut :

a. *Problem focused coping*

Kelima subjek dalam penelitian ini melakukan *problem focused coping* dengan bentuk yang berbeda-beda seperti :

a) *Planfull problem solving*

Subjek FK dan HTR sebagai salah satu cara yang mereka gunakan untuk *strategi coping*.

b) *Seeking social support*

Cara ini digunakan oleh subjek BS dan juga subjek HTR sebagai salah satu cara untuk melakukan *strategi coping*.

c) *Confrontative coping*

Berdasarkan hasil wawancara, tidak ditemukan subjek melakukan perlawanan terhadap sumber masalah

b. *Emotional Focused Coping*

Berdasarkan hasil penelitian, tidak semua subjek melakukan adanya *emotional focused coping*, subjek yang tidak melakukan *emotional focused*

coping adalah subjek YFI. Selain itu bentuk *emotional focused coping* yang dilakukan oleh keempat subjek antara lain ialah :

a) *Distancing*

Berdasarkan hasil penelitiann, tidak didapatkan adanya penggunaan cara ini oleh kelima subjek.

b) *Escape avoidance*

Di mana cara ini hanya dilakukan oleh subjek BS dan subjek FK.

c) *Self Controlling*

Cara ini hanya dilakukan oleh subjek FK, TA dan juga subjek HTR.

d) *Accepting Responsibility*

Cara ini hanya dilakukan oleh subjek TA

e) *Positive Reappraisal*

Cara ini dilakukan oleh beberapa subjek diantaranya adalah subejk FK, TA dan subjek HTR.

6. Setelah melakukan strategi coping, subjek juga melakukan manajemen diri guna mengatur waktu dengan baik sehingga tidak membuat tertekan karena tidak dapat membagi kegiatan lain dengan persiapan ujian BTA-PPI. Bentuk manajemen diri yang dilakukan subjek dalam penelitian ini adalah :

- a. Subjek sudah dapat mengenali diri mereka lebih dalam sehingga kelima subjek dapat mengetahui apa yang dibutuhkan subjek Ketika sedang *badmood* atau kehilangan semangat dalam persiapan ujian BTA-PPI.

- b. Subjek juga dapat mengidentifikasi dengan baik tujuan subjek yaitu agar segera lulus BTA-PPI pada periode ini.
 - c. Subjek mengetahui dengan baik apa pentingnya tujuan tersebut.
 - d. Subjek juga dapat mengontrol dan mengelola diri sendiri baik secara emosional maupun jasmani
 - e. Subjek juga dapat mengevaluasi dengan baik apa saja kekurangan dan kelemahan yang dimiliki pada ujian BTA-PPI periode yang lalu.
7. Dengan menggunakan strategi coping untuk manajemen diri pada persiapan ujian BTA-PPI periode ini membuat subjek belajar lebih giat karena subjek sudah mengetahui apa saja yang subjek butuhkan dalam persiapan ujian BTA-PPI, seperti belajar iimla, belajar materi, memahami kisi-kisi, hafalan dan juga mengikuti pemantapan ujian BTA-PPI di pondook. Subjek juga memiliki motivasi yang kuat karena subjek sudah mengetahui dan memahami tujuan mereka untuk segera lulus BTA-PPI sehingga mereka dapat lulus tepat waktu. Setelah subjek dapat membagi prioritas dan juga mengetahui apa saja yang subjek butuhkan dalam persiapan ujian BTA-PPI periode ini, subjek dapat memiliki jadwal belajar tersendiri untuk ujian BTA-PPI.

Penggunaan strategi coping untuk manajemen diri ini tidak sepenuhnya dapat menjamin akan hasil akhir dalam kelulasaan ujian BTA-PPI, namun strategi coping yang dilakukan dapat membantu mahasiswa dalam persiapan ujian BTA-PPI sehingga mereka dapat memiliki manajemen waktu yang baik untuk persiapan ujian BTA-PPI.

B. Saran

Berdasarkan data yang dibahas dalam penelitian ini, peneliti mengajukan beberapa saran yaitu sebagai berikut :

1. Peneliti menyarankan kepada individu/mahasiswa untuk dapat belajar lebih giat dalam persiapan BTA-PPI sehingga dapat lulus BTA-PPI lebih awal. Dengan lulus BTA-PPI lebih awal maka kita dapat mengikuti kegiatan perkuliahan dengan baik dan juga tidak merasa terbebani dengan ujian BTA-PPI
2. Peneliti menyarankan kepada pihak universitas untuk memiliki satu acuan yang baku untuk pengujian BTA-PPI agar semua pengujian sama dalam menilai kemampuan mahasiswa yang mengikuti ujian BTA-PPI dan juga peneliti menyarankan agar informasi terkait BTA-PPI dapat diinformasikan lebih awal dan begitu juga terkait akselerasi BTA-PPI sehingga memudahkan mahasiswa yang akan mengikuti ujian BTA-PPI.
3. Peneliti juga menyarankan kepada pembaca untuk tidak suka menunda dan membuang waktu dengan hal-hal yang kurang produktif dan mulai memprioritaskan tujuan awal perkuliahan.

C. Rekomendasi

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian mengenai strategi coping ataupun terkait manajemen diri untuk hendaknya mengkaji dalam tentang faktor strategi coping atau mengkaji lebih dalam terkait langkah-langkah manajemen diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahlusia Sholikha. "MITRA UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO (Studi Kasus Mahasiswa PAI Di Pondok Pesantren Modern PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM," 2022.
- Ahmad, Muslimah. 2021. "Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif." *Jurnal Pincis* 01: 173
- Aliyah, Nur "PENERAPAN STRATEGI COPING Dalam MENGATASI STRESS Pada PENYUSUNAN SKRIPSI MAHASISWA DAKWAH Dan KOMUNIKASI IAIN PAREPARE",2018
- Alvionita,Fera "HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN STRATEGI COPING DENGAN KEBAHAGIAAN PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI",2022
- Arischa, Suci. 2019. "analisis beban kerja bidang pengelolaan sampah dinas lingkungan hidup dan kebersihan kota pekanbaru." *JOM FISIP* 90-102.
- Azahra, Nesya Luthfi, Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Strategi Coping pada Mahasiswa , Hal 18, *Sebuah Tesis*.
- Carlson,N.R.,Psychology the Science of Behavior,Sixth Edition,*United States of America, Pearson Education Inc*), hal 536.2007
- Ardini, Diena. "Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 4 (2017): 510–20. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4469>.
- Dr. H. Zuchri Abdussamad,S.I.K.,M.Si, Metode Penelitian Kualitatif, Syakir Media Press, Makassar, 2021, hlm 79
- Drs, Pembimbing I, M Nursalim Malay, and M Si. "COPING PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PART-TIME SKRIPSI Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S . Psi) Pada Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung Oleh : LENY SEPTIYANY Pembimbing," 2023.
- Jarsani, Ahmad. "HUBUNGAN SELF-EFICACY DENGAN KEDISIPLINAN PADA MAHASISWA DALAM MENGIKUTI PROGRAM BTA- PPI," 2023.
- Jazimah, Hanum. "Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa Dalam Pendidikan Islam." *MUDARRISA: Journal of Islamic Education* 6, no. 2 (2015): 221. <https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.765>.

- Judul, Halaman, and Ahlusia Sholikha. "MITRA UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO (Studi Kasus Mahasiswa PAI Di Pondok Pesantren Modern PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM," 2022.
- Komputer, Jurnal Ilmu, and Manajemen Jikem. "Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi Dan Manajemen (JIKEM)" 2, no. 1 (2022): 404–8.
- Maryam, Siti. "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya." *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101.
<https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.
- Muchsin, Enur Nurhayati. "Manajemen Diri Ibu Menjelang Menopause Di Dusun Kajon Desa Wonosobo Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Pacitan." *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2022, 1–10.
<https://doi.org/10.53399/knj.v3i2.149>.
- Nelma, Hapsarini. "Gambaran Strategi Coping Pada Profesional Kesehatan Mental." *Jp3Sdm* 11, no. 1 (2022): 12–22.
<https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/940/842>.
- Prof, U I N, and K H Saifuddin Zuhri. "STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (Studi Kasus Pada Mahasiswa," 2022.
- Sawitri, Annisa Rachma, and Putu Nugrahaeni Widiasavitri. "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19." *Jurnal Psikologi Udayana* 8, no. 1 (2021): 78.
<https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08>.
- Sukardi, Sukardi, Lilik Hari Santoso, and Eko Agus Darmadi. "Dampak Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Aktifitas Belajar Mahasiswa Di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri." *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial Dan Humaniora* 7, no. 1 (2022): 1–8. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>.
- Smet, B. *Psikologi Kesehatan*. (Jakarta. Grasindo, 1994), hal. 143.
- UPT. Ma'had Al-Jami'ah, Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Kerjasama UPT. Ma'had Al-Jami'ah IAIN Purwokerto Dengan Pesantren-Pesantren Mitra (IAIN Purwokerto, 2016), hlm. 11
- Yikealo D, Tarake W dan Karvinen I, The Level Of Stress Among College Students : A Case in the College of Education, Eritera, Institute of Technology. *Open Science Journal*. Vol 3(4), Hal 118.
- Ardini, Diena. "Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 5, no. 4 (2017): 510–20.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v5i4.4469>.

- Drs, Pembimbing I, M Nursalim Malay, and M Si. "COPING PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PART-TIME SKRIPSI Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S . Psi) Pada Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung Oleh : LENY SEPTIYANY Pemb," 2023.
- Jarsani, Ahmad. "HUBUNGAN SELF-EFICACY DENGAN KEDISIPLINAN PADA MAHASISWA DALAM MENGIKUTI PROGRAM BTA- PPI," 2023.
- Jazimah, Hanum. "Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa Dalam Pendidikan Islam." *MUDARRISA: Journal of Islamic Education* 6, no. 2 (2015): 221. <https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.765>.
- Judul, Halaman, and Ahlusia Sholikha. "MITRA UIN SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO (Studi Kasus Mahasiswa PAI Di Pondok Pesantren Modern PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM," 2022.
- Komputer, Jurnal Ilmu, and Manajemen Jikem. "Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi Dan Manajemen (JIKEM)" 2, no. 1 (2022): 404–8.
- Maryam, Siti. "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya." *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.
- Muchsin, Enur Nurhayati. "Manajemen Diri Ibu Menjelang Menopause Di Dusun Kajon Desa Wonosobo Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Pacitan." *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2022, 1–10. <https://doi.org/10.53399/knj.v3i2.149>.
- Nelma, Hapsarini. "Gambaran Strategi Coping Pada Profesional Kesehatan Mental." *Jp3Sdm* 11, no. 1 (2022): 12–22. <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/940/842>.
- Prof, U I N, and K H Saifuddin Zuhri. "STRATEGI COPING PENYINTAS COVID-19 DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI (Studi Kasus Pada Mahasiswa," 2022.
- Sawitri, Annisa Rachma, and Putu Nugrahaeni Widiasavitri. "Strategi Coping Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Tengah Pandemi COVID-19." *Jurnal Psikologi Udayana* 8, no. 1 (2021): 78. <https://doi.org/10.24843/jpu.2021.v08.i01.p08>.
- Sukardi, Sukardi, Lilik Hari Santoso, and Eko Agus Darmadi. "Dampak Kuliah Sambil Bekerja Terhadap Aktifitas Belajar Mahasiswa Di Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri." *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial Dan Humaniora* 7, no. 1 (2022): 1–8. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i1.2255>.

LAMPIRAN 1
PANDUAN WAWANCARA

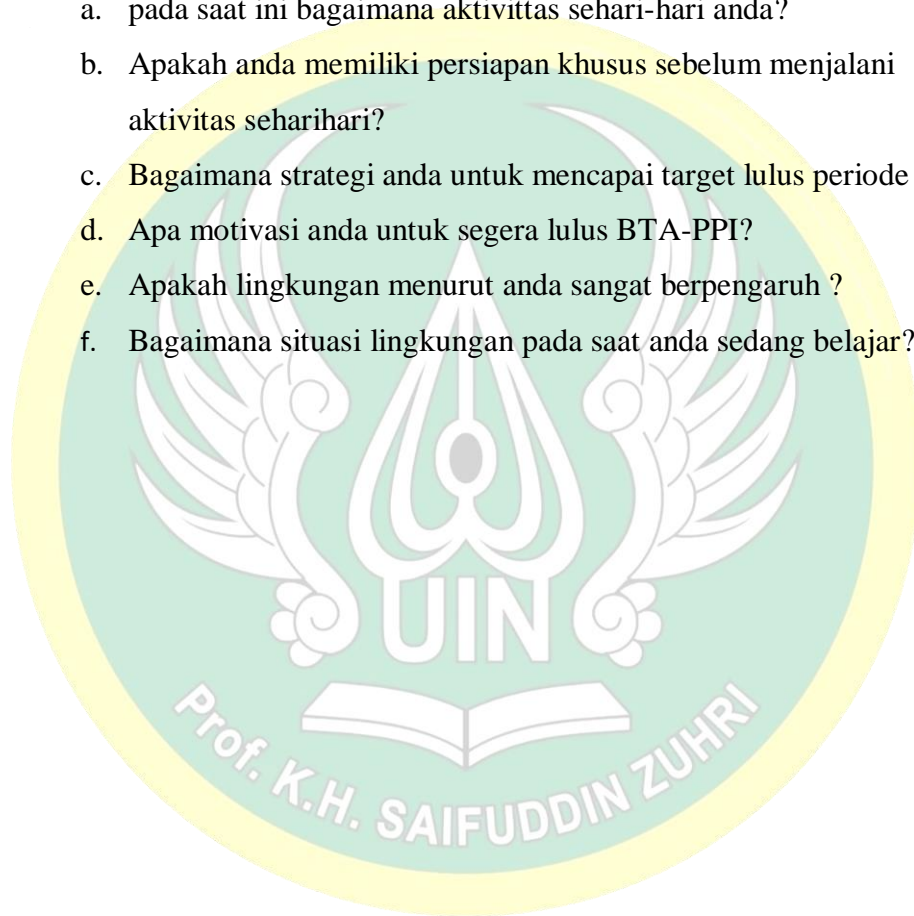
PANDUAN WAWANCARA

1. **Tujuan Wawancara :** mengetahui bagaimana staregei coping untuk manajemen diri yang dilakukan oleh subjek dalam persiapan ujian BTA-PPI pada Mahasiswa Fakultas Dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. **Kode Subjek (Interview)**
3. **Interviewer**
4. **Pelaksanaan :**
 - a. Hari/Tanggal :
 - b. Jam :
 - c. Kondisi subjek pada saat interview dilakukan :
5. **Perkenalan dan penjelasan terkait sesi wawancara penelitian :**
 - a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan secara singkat terkait penelitian tersebut.
 - b. Melakukan *inform consent*
 - c. Peneliti memberikan kesempatan kepada subjek untuk menanyakan hal-hal yang tidak dimengertinya
6. **Konsep strategi coping**
 - a. Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?
 - b. Pada semester berapa anda mulai mondok?
 - c. Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?
 - d. Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau tekanan karena belum lulus BTA-PPI?
 - e. Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?

- f. Jika anda merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?
- g. Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?
- h. Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?
- i. Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?

7. Manajemen Diri

- a. pada saat ini bagaimana aktivitas sehari-hari anda?
- b. Apakah anda memiliki persiapan khusus sebelum menjalani aktivitas sehari-hari?
- c. Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?
- d. Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?
- e. Apakah lingkungan menurut anda sangat berpengaruh ?
- f. Bagaimana situasi lingkungan pada saat anda sedang belajar?



LAMPIRAN 2
LEMBAR INFORM CONSENT
SUBJEK FK

LEMBAR INFORM CONSENT
FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK
PENELITIAN

Setelah mendengar penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, saya :

Nama : F K
Alamat : Cilacap
Pekerjaan : Mahasiswa

Menyatakan bersedia menjadi subjek dan bersedia melakukan wawancara untuk penelitian tentang “strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto” yang akan diteliti oleh Yuyun Musyarofah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Purwokerto. 22 Desember 2023



(F K)

LAMPIRAN 3
LEMBAR INFORM CONSENT
SUBJEK HTR

LEMBAR INFORM CONSENT
FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK
PENELITIAN

Setelah mendengar penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, saya :

Nama : H T R
Alamat : Grendeng
Pekerjaan : Mahasiswa

Menyatakan bersedia menjadi subjek dan bersedia melakukan wawancara untuk penelitian tentang “strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto” yang akan diteliti oleh Yuyun Musyarofah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Purwokerto. 15 Desember 2023



(H T R)

LAMPIRAN 4
LEMBAR INFORM CONSENT
SUBJEK TA

LEMBAR INFORM CONSENT
FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK
PENELITIAN

Setelah mendengar penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, saya :

Nama : T A
Alamat : Ciamis
Pekerjaan : Mahasiswa

Menyatakan bersedia menjadi subjek dan bersedia melakukan wawancara untuk penelitian tentang “strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto” yang akan diteliti oleh Yuyun Musyarofah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Purwokerto. 19 Desember 2023



(T A)

LAMPIRAN 5
LEMBAR INFORM CONSENT
SUBJEK YFI

LEMBAR INFORM CONSENT
FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK
PENELITIAN

Setelah mendengar penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, saya :

Nama : Y F I
Alamat : Banjarnegara
Pekerjaan : Mahasiswa

Menyatakan bersedia menjadi subjek dan bersedia melakukan wawancara untuk penelitian tentang “strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto” yang akan diteliti oleh Yuyun Musyarofah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Purwokerto. 16 Desember 2023



(YFI)

LAMPIRAN 6
LEMBAR INFORM CONSENT
SUBJEK BS

LEMBAR INFORM CONSENT
FORMULIR PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBJEK
PENELITIAN

Setelah mendengar penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan, saya :

Nama : B S
Alamat : Banyumas
Pekerjaan : Mahasiswa

Menyatakan bersedia menjadi subjek dan bersedia melakukan wawancara untuk penelitian tentang “strategi coping untuk manajemen diri dalam persiapan ujian BTA-PPI pada mahasiswa fakultas dakwah UIN. Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto” yang akan diteliti oleh Yuyun Musyarofah, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Purwokerto. 20 Desember 2023



(B S)

LAMPIRAN 7
VERBATIM SUBJEK FK

Data Diri Subjek

Nama : F K
NIM : 21*****
Tempat Tanggal Lahir : -
Jenis Kelamin : Perempuan
Domisili Sekarang : Purwokerto
Alamat Asal : Cilacap
Riwayat Pesantren : Pondok pesantren Al-Mumtaz Tanjung

Tabel 3. Verbatim Subjek

Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?	Belum tau aku mba
Pada semester berapa anda mulai mondok?	Saya sudah mondok dari semester 1
Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?	Saya udah ikut BTA-PPI dari semester 1 dan awal masuk kuliah mbak
Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau tekanan karena belum	Kalau mau ujian pasti selalu membantu belajar bareng

lulus BTA-PPI?	
Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?	Dua-duanya masuk, cobaan bisa, tekanan juga bisa, karna udah mulai masuk semester tua, kalau semester tua belum lulus sama-sama menyusahkan diri kan? Ngga bisa ikut KKN, PPL gitu
Jika anda merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?	Aku tipe orang kalau ada masalah mending diri sendiri dulu atau ngga mau ngelibatin oranglain, mending diem kek lebih menyendiri gitu
Jika anda merasa lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI apa yang anda lakukan	Kalau belajar ngga cape, tapi kalau belum lulus BTA-PPI ya cape, karna ngga <i>sreg</i> dengan BTA-PPI apalagi belum lulus,
Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?	Belajar pastinya, pemantapan BTA-PPI, ngulang lagi hafalaan-hafalan dan memahami kisi-kisi BTA-PPI dan semoga dapat penguji yang baik
Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?	Males si mba hambatannya
Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?	Memanfaatkan waktu sebaik-baiknya
pada saat ini bagaimana aktivitas sehari-hari anda?	Kuliah, ngaji dipondok, soalnya ngga ikut organisasi di kampus
Apakah anda memiliki	Ngga ada si mba, ngalir aja aku

persiapan khusus sebelum menjalani aktivitas sehari-hari?	
Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?	Sudah ngga ada strategi khusus, Cuma Focus dan yakin semester ini lulus
Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?	Agar segera lulus dan menekan diri untuk segera lulus



LAMPIRAN 8
VERBATIM SUBJEK TA

Data Diri Subjek

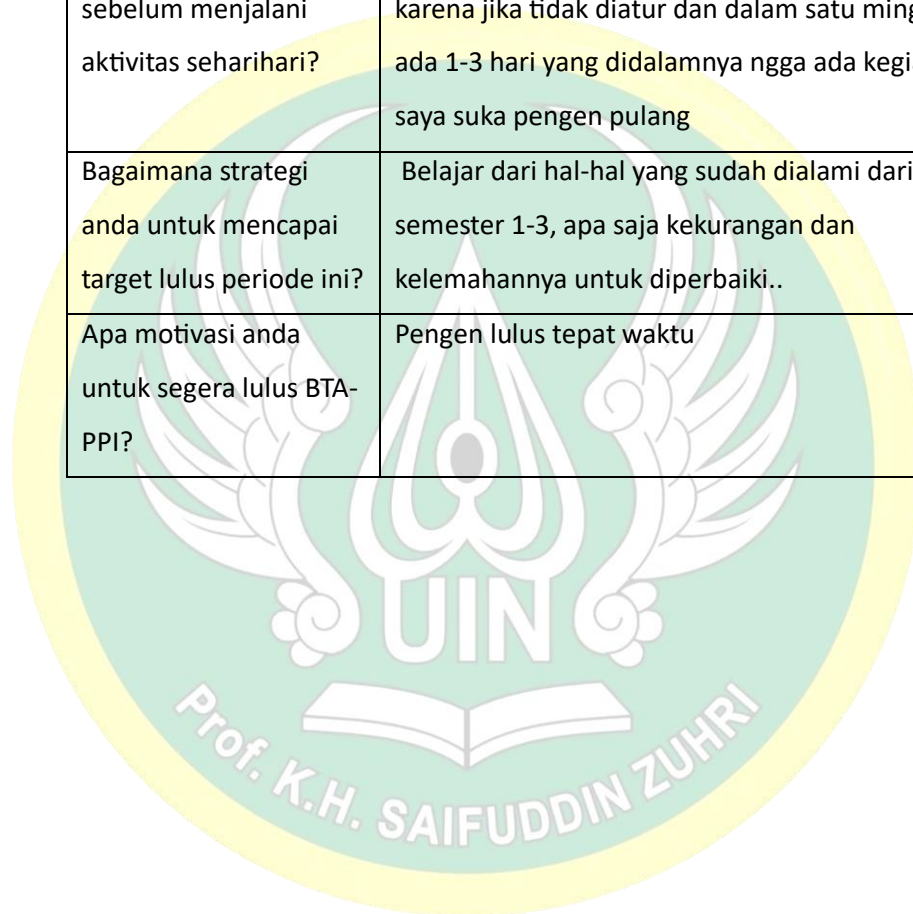
Nama : T A
NIM : 21*****
Tempat Tanggal Lahir : -
Jenis Kelamin : Perempuan
Domisili Sekarang : Purwokerto
Alamat Asal : Ciamis
Riwayat Pesantren : PPM El-Fira 3
Pondok Pesantren ASWAJA

Tabel 4. Verbatim Subjek TA

Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?	Belum tau mbak
Pada semester berapa anda mulai mondok?	Dari semester 1
Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?	Dari semester 1, karena dari awal belum lulus
Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau	Memberikn kata-kata semangat, memberikan motivasi pada diri sendiri, tidak apa belum lulus BTA tapi siapa tau bisa sempro dulu

tekanan karena belum lulus BTA-PPI?	
Apa yang anda lakukan Ketika sedang lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI	Biasanya saya langsung telfon ibu saya, ngobrol, curhat, setelah itu sholat, berdoa tapi tetap dilanjutkan usaha/ikhtiar
Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?	Bisa dibilang dua-duanya si mba, cobaan karena sampai semester 5 belum lulus dan sempat menyesal juga karna setelah keuar pondok yang pertama kenapa ngga langsung nyari pondok lagi, tidak mengikuti kegiatan yang menunjang saya untuk ujian BTA-PPI dan tidak belajar lebih giat lagi di awal. Dari dulu permasalahan saya kan di imla` ya, nah ini menjadi tantangan saya buat belajar imla terus
Jika anda merasa lelah dlam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?	Semester 3 pernah minta tolong temen buat ngelesin gitu, ya kaya semacam bimbel pribadi buat persiapan BTA-PPI eh ngga cocok terus waktunya dan jung-ujungnya balik ke diri sendiri gimana manajemen waktunya
Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?	Pastinya persiapan materi, praktek imla`, berdoa dan juga minta restu ibu si
Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?	Kadang mikir takut,ragu karena ini kan sudah harapan terakhir sebelum PPL kan ya
Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?	Belajar 3x seminggu, apa yang menjadi kelemahan dan kekurangan yang lalu diperbaiki, berdoa dan masukan-masukan dari teman, jangan banyak

	pikiran, focus untuk BTA/PPI
pada saat ini bagaimana aktivitas sehari-hari anda?	Kuliah seperti biasa, pergi ke ruang komunitas radio, karna saya kan termasuk pengurus jadi bantu-bantu di radio, mengurus komunitas motivator, ngaji dipondok
Apakah anda memiliki persiapan khusus sebelum menjalani aktivitas sehari-hari?	Saya tipikal orang yang sudah menentukan jadwal, jam segini saya harus apa, nanti saya harus apa, karena jika tidak diatur dan dalam satu minggu ada 1-3 hari yang didalamnya ngga ada kegiatan, saya suka pengen pulang
Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?	Belajar dari hal-hal yang sudah dialami dari semester 1-3, apa saja kekurangan dan kelemahannya untuk diperbaiki..
Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?	Pengen lulus tepat waktu



LAMPIRAN 9
VERBATIM SUBJEK HTR

Data Diri Subjek HTR

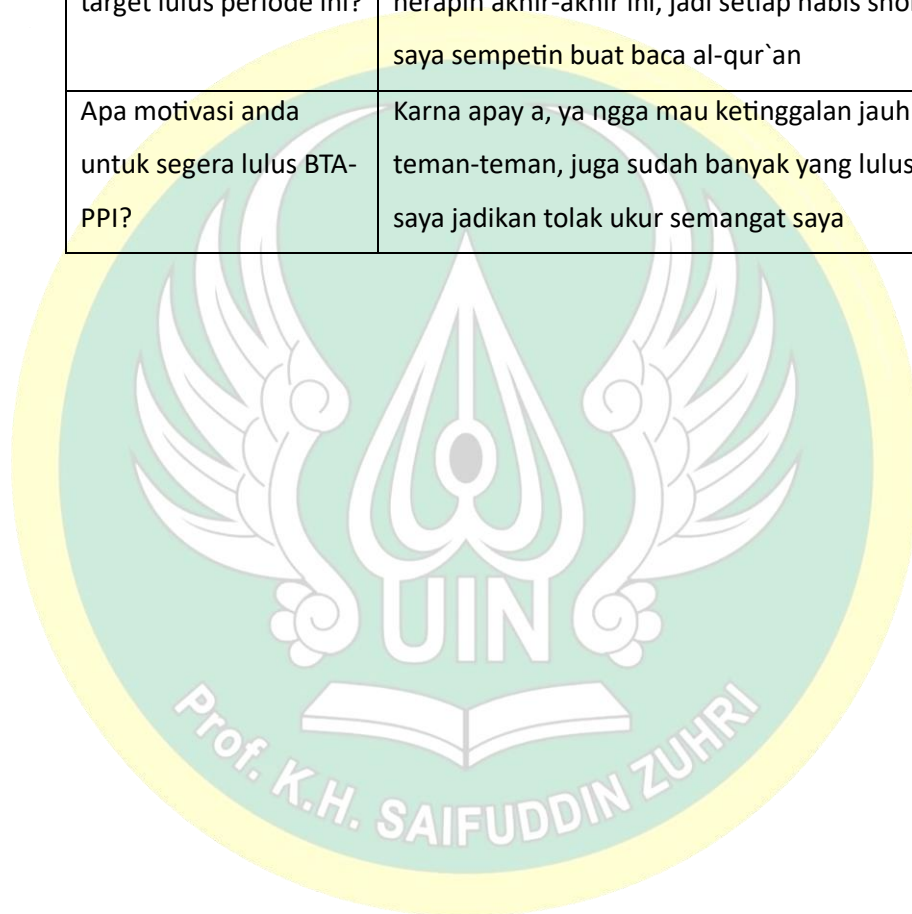
Nama : H T R
NIM : 21*****
Tempat Tanggal Lahir : -
Jenis Kelamin : Laki-laki
Domisili Sekarang : Purwokerto
Alamat Asal : Grendeng
Riwayat Pesantren : Pondok Pesantren ASWAJA

Tabel 5. Verbatim Subjek HTR

Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?	Belum tau
Pada semester berapa anda mulai mondok?	Dari semester 1 mbak, tapi ya ngga betah-betah terus
Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?	Sebelumnya belum pernah, karna awal masuk kuliah kan suruh ikut ujian, tapi ternate di kelompk saya sistemnya eror, adminnya juga slow respon banget, jadi ini pertama kali saya ikut ujian
Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau tekanan karena belum	Dukungan ngga terlalu si ya mba, karna temen-temen sering ngejek, bercanda gitu soal belum lulus BTA-PPI, jadi kadang down karena “ aduh kok elum lulus BTA-PPI”, tapi ya tetepada dukungan si mba

lulus BTA-PPI?	
Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?	Dibilang cobaan ya pasti cobaan, tapi dari diri aku sendiri tu masih kaya ini juga tantangan, karna ini juga kan kaya sebuha pelajaran juga, di mana BTA-PPI ini harus bisa dulu gitu, jangan dikatakan lulus tapi ngga bisa apa-apa, karna BTA-PPI juga ada manfaatnya loh, buat nanti pas KKN atau PPL gitu
Jika anda merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?	Kalau aku perlu si mba, karna aku tipe orang yang suka mikir buruk-buruk kalau sendirian, jadi kalau kek gitu setiap sore sama temen-temen yang belum lulus juga itu nongkrong, biar ngga terlalu kepikiran
Jika merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI apa yang anda lakukan?	Pastinya semangat Kembali, dukungan dari temen, support system dan dukungan orang tua
Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?	Karna ini perdana, persiapan ya belajar, tiap malam ngaji, sempet-sempetin baca modul, Latihan soal.
Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?	Persiapan saya yang masih kurang, banyak tugas kuliah juga
Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?	Begadang si mba, ditemenin teman untuk segera menyelesaikan tugas kuliah agar segera focus ujian BTA-PPI
pada saat ini bagaimana aktivitas sehari-hari anda?	Untuk aktivitas sehar-hari ya kaya mahasiswa pada umumnya, kebetlan saya ikut suatu organisasi mahasiswa, terus kebetulan ada usaha sampingan juga dirumah, jualan pulsa gitu, kan rumahku deket kos mahasiswa

Apakah anda memiliki persiapan khusus sebelum menjalani aktivitas sehari-hari?	Tergantung si, kalau misal hari itu ada jadwal khusus kaya emang hari itu ada kegiatan teater atau lainnya, harus mempersiapkan diri lah, misalkan hari itu padet ya berarti dari pagi harus sudah bangun
Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?	Persiapan dengan baik, belajar, hafalan, membaca al-qur`an, berdo`a setelah sholat, ini saya baru nerapin akhir-akhir ini, jadi setiap habis sholat saya sempetin buat baca al-qur`an
Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?	Karna apay a, ya ngga mau ketinggalan jauh dari teman-teman, juga sudah banyak yang lulus, jadi saya jadikan tolak ukur semangat saya



LAMPIRAN 10
VERBATIM SUBJEK YFI

Data Diri Subjek YFI

Nama : Y F I
NIM : 21*****
Tempat Tanggal Lahir : -
Jenis Kelamin : Laki-laki
Domisili Sekarang : Purwkerto
Alamat Asal : Banjarnegara
Riwayat Pesantren : Pondok Pesantren ASWAJA

Tabel 6. Verbatim Subjek

Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?	Belum tahu
Pada semester berapa anda mulai mondok?	Semester 3
Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?	Semester 4
Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau tekanan karena belum lulus BTA-PPI?	Paling ya teman-teman saya menyemangati saya

<p>Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?</p>	<p>Saya pribadi menganggap itu sebagai tantangan si ya, karna saya kan baru pertama kali mondok si mba</p>
<p>Jika anda merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?</p>	<p>Saya lebih seneng menyelesaikannya sendiri si</p>
<p>Saat merasa lelah dalam persiapan ujian BTA-PPI apa yang dilakukan?</p>	<p>Biasanya saya healing sama temen-temen saya si</p>
<p>Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?</p>	<p>Paling ya belajar, Latihan soal, hafalan sama Latihan nulis imla`</p>
<p>Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?</p>	<p>Kalau saya di hafalan si, suka keliru sama imla`suka lupa juga</p>
<p>Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?</p>	<p>Kadang pas lupa materi ya belajar, Latihan imla</p>
<p>pada saat ini bagaimana aktivitas sehari-hari anda?</p>	<p>Saat ini saya kuliah seperti biasa sama jaga BMT</p>
<p>Apakah anda memiliki persiapan khusus sebelum menjalani</p>	<p>Ngga ada si, paling say aitu wajib olahraga kalau pagi</p>

aktivitas sehari-hari?	
Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?	Belajar, hafalan, latihan imla`
Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?	Supaya tidak jadi beban dan mau PPL juga



LAMPIRAN 11
VERBATIM SUBJEK BS

Data Diri Subjek BS

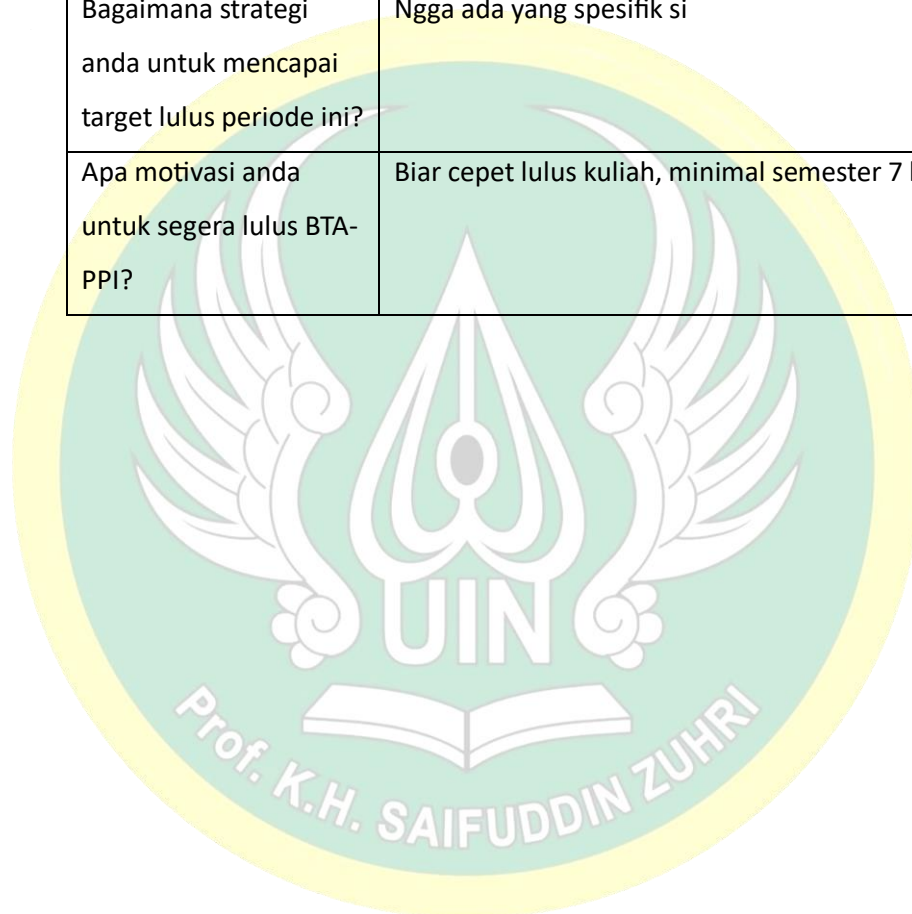
Nama : B S
NIM : 21*****
Tempat Tanggal Lahir : -
Jenis Kelamin : Laki-laki
Domisili Sekarang : Purwokerto
Alamat Asal : Banyumas
Riwayat Pesantren : Pondok Pesantren ASWAJA

Tabel 7. Verbatim Subjek BS

Apakah yang anda ketahui tentang strategi coping?	Sekilas aja si paling si mba, itu seperti cara menangani stress gitu ngga si?
Pada semester berapa anda mulai mondok?	Dari semester awal, Cuma ya gitu ngga betah-betah mba
Pada semester berapa anda mulai mengikuti ujian BTA-PPI?	Dari awal masuk kuliah
Dalam bentuk bantuan apa yang teman anda atau lingkungan anda berikan saat anda mengalami stress atau tekanan karena belum lulus BTA-PPI?	Paling buat sekarang bantu nyariin pondok yang sesuai si mba

<p>Bagaimana cara anda melihat permasalahan ujian BTA-PPI ini, apakah sebagai ujian atau tantangan? Alasannya?</p>	<p>Karena basic saya bukan dari agama, jadi itu cobaan, karna dari SD-SMA itu saya sekolah umum</p>
<p>Jika anda merasa lelah dalam persiapan BTA-PPI anda memerlukan bantuan orang lain atau menyelesaikannya sendiri?</p>	<p>Aku si sebenarnya ngga butuh orang lain buat nyelesin masalahku ya, tapi aku butuh orang lain sebagai tempat buat berkeluh kesah aja gitu.</p>
<p>Jika anda sedang merasa lelah dengan persiapan ujian BTA-PPI apa yang anda lakukan?</p>	<p>Kalau aku si biasanya istirahat, tidur, makan makanan yang enak sama naik motor sambil dengerin music keliling kota</p>
<p>Bagaimana cara anda untuk menghadapi ujian BTA-PPI?</p>	<p>Saya lebih ke meyakinkan diri kalau saya bisa melewati ini</p>
<p>Apakah ada hambatan yang anda alami dalam persiapan ujian BTA-PPI?</p>	<p>Ada pasti, kalau hambata aku si di hafalan ya, surat-surat pendek gitu</p>
<p>Bagaimana cara anda menghadapi hambatan tersebut?</p>	<p>Persiapan, hilangin rasa malas, kalau lagi malasa ya istirahat dulu, saya makan, saya melakukan hal-hal yang saya suka setelah itu saya mencari waktu yang pas buat belajar, biasanya itu jam 12 keatas gitu</p>
<p>pada saat ini bagaimana aktivitas</p>	<p>Kalau lagi ngga ada kegiatanpaling ya Cuma kuliah, pulang, tiduran, main hp atau main gitu</p>

sehari-hari anda?	deh Kalau lagi ada kegiatan biasanya ya kuliah, rapat, dan lain-lain terkat kegiatan
Apakah anda memiliki persiapan khusus sebelum menjalani aktivitas sehari-hari?	Biasanya si ngga ada, Cuma setiap pagi saya harus minum air yang banyak si mba
Bagaimana strategi anda untuk mencapai target lulus periode ini?	Ngga ada yang spesifik si
Apa motivasi anda untuk segera lulus BTA-PPI?	Biar cepet lulus kuliah, minimal semester 7 lulus



LAMPIRAN 12
DOKUMENTASI



LAMPIRAN 13

KUISIONER PENELITIAN

KUISIONER STRATEGI COPING PADA MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH SEMESTER 5 YANG BELUM LULUS BTA-PPI

Assalamu'alikum wr wb, salam hormat bagi saudara/i mahasiswa fakultas dakwah.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir yang saya tulis, saya memohon bantuan kepada saudara/i untuk berkenan menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul " STRATEGI COPING UNTUK MELAKUKAN MANAJEMEN DIRI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH, UIN PROF. K.H SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO".

Kriteria Responden :

1. Mahasiswa fakultas dakwah semester 5
2. Belum lulus BTA PPI
3. Masih tinggal di pondok pesantren mitra UIN SAIZU

Mengingat betapa pentingnya jawaban dari saudara/i dalam penelitian ini, saya harap ketersediaan saudara/i untuk dapat memberikan jawaban pada kuisisioner ini 🙏.

Terimakasih, semoga jawaban saudara/i dapat menjadi amal jariyah bagi saudara/i 🙏.

Hormat saya,

Yuyun Musyarofah

No	Pertanyaan	Jawaban	
1	Nama lengkap		
2	Semester	Sem 5	Sem 7
3	Apakah anda sudah lulus BTA-PPI?	Sudah	Belum
4	Apakah saat ini anda masih tinggal dipesantren?	Ya	Tidak
5	Apakah sebelumnya anda pernah mondok atau sekolah di madrasah	Ya	Tidak
6	Bagaimana perasaan anda belum lulus BTA-PPI samapi semester ini?		
7	Sejak semester berapa anda mondok di pondok pesantren mitra?		
8	Apakah anda bersedia menjadi responden dalam penelitian ini?	Ya	tidak
9	Nomor WhatsApp		

CURICULUM VITAE

I. Data Pribadi

1. Nama : Yuyun Musyarofah
2. Tempat, Tanggal Lahir: Banjarnegara, 13 Juli 2002
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Status Pernikahan : Belum Menikah
6. Warga Negara : Indonesia
7. Alamat sesuai KTP : RT 01/07 Desa Kutawis Kecamatan Bukateja
Kabupaten Purbalingga
8. E-mail : yuyunmusyarofah2@gmail.com
9. No. HP : 081326011274

II. Pendidikan Formal

1. SD Negeri 3 Kutawis
2. MTs Ma`arif NU 09 Kutawis
3. MA Minhajut Tholabah Kembangan Bukateja
4. UIN Prof. K.H Safuddin Zuhri Purwokerto