

ABSTRAK

Jesslyn Septiani (01121200039)

Pengaruh *Self-Efficacy* Terhadap *Coping Stress* Pada Mahasiswa Bekerja di JABODETABEK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *coping stress* pada mahasiswa bekerja di wilayah JABODETABEK. *Self-efficacy* dijelaskan sebagai kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengontrol situasi dan mencapai hasil yang positif dimana hal ini berperan penting dalam cara seseorang mengatasi masalah dalam keadaan yang sulit yang dimana cara pengatasan masalah itu disebut dengan *coping stress*. *Coping Stress* terbagi menjadi tiga yakni *problem focused coping*, *emotion focused coping* dan *less useful coping*. Penelitian ini didasarkan pada pernyataan bahwa mahasiswa yang bekerja dihadapkan pada tuntutan ganda antara pekerjaan dan studi, yang dapat menjadi sumber stres yang signifikan dalam kehidupan mereka. Oleh karena itu, pemahaman tentang *self-efficacy* bagaimana mempengaruhi cara mahasiswa bekerja mengatasi stres dapat memberikan wawasan berharga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan kemudian didapatkan hasil bahwa *self-efficacy* mempengaruhi *problem* dan *emotion focused coping* secara signifikan ($r=.480$, $p<.001$ & $r=.517$, $p<.001$) yang kemudian menjelaskan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* pada mahasiswa bekerja maka semakin tinggi pula penggunaan *problem* dan *emotion focused coping* mereka. Selain itu juga didapatkan hasil bahwa jenis kelamin memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *coping stress*.

Kata kunci: *self-efficacy*, *coping stress*, mahasiswa bekerja, stres, pendidikan

ABSTRACT

Jesslyn Septiani (01121200039)

Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap *Coping Stress* Pada Mahasiswa Bekerja di JABODETABEK

This research aims to investigate the influence of self-efficacy on stress coping mechanisms among working students in the JABODETABEK region. Self-efficacy is described as an individual's belief in their ability to control situations and achieve positive outcomes, which plays a crucial role in how individuals cope with challenges in difficult circumstances, known as stress coping. Stress coping is divided into three categories: problem-focused coping, emotion-focused coping, and less useful coping. This study is based on the notion that working students face dual demands from both their jobs and studies, which can be a significant source of stress in their lives. Therefore, understanding how self-efficacy affects the way working students cope with stress can provide valuable insights.

A quantitative methodology was employed in this research, and the results indicate that self-efficacy significantly influences both problem focused and emotion focused coping ($r = 0.480$, $p < 0.001$ & $r = 0.517$, $p < 0.001$). This suggests that higher self-efficacy among working students is associated with an increased utilization of problem-focused and emotion-focused coping strategies. Furthermore, the study reveals that gender also has a significant impact on stress coping.

Keywords: self-efficacy, stress coping, working students, stress, education.