

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN *EMOTION-FOCUSED COPING*  
PADA MAHASISWA ASRAMA KIP UNIVERSITAS SYIAH KUALA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**BIRRATUN NAJWA**

**210901089**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR- RANIRY  
BANDA ACEH  
2025**

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN *EMOTION-FOCUSED COPING*  
PADA MAHASISWA ASRAMA KIP UNIVERSITAS SYIAH KUALA**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

**Oleh:**

**BIRRATUN NAJWA  
NIM.210901089**

**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I,**



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si  
NIP. 197601102006042002**

**Pembimbing II,**



**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si  
NIP. 19901031201903214**

**HUBUNGAN ANTARA GRIT DENGAN EMOTION-FOCUSED COPING  
PADA MAHASISWA ASRAMA KIP UNIVERSITAS SYIAH KUALA**

**SKRIPSI**

**Telah Dinilai oleh Tim Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai  
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

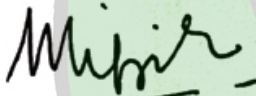
**Diajukan Oleh:**

**BIRRATUN NAJWA  
NIM.210901089**

**Pada Hari/Tanggal  
Rabu / 28 Mei 2025**

**Tim Munaqasyah Skripsi**

**Ketua.**



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si  
NIP. 197601102006042002**

**Sekretaris,**



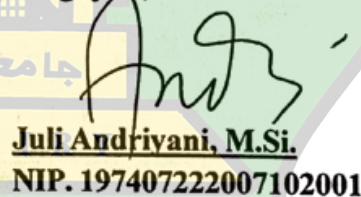
**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si  
NIP. 199010312019032014**

**Penguji I,**



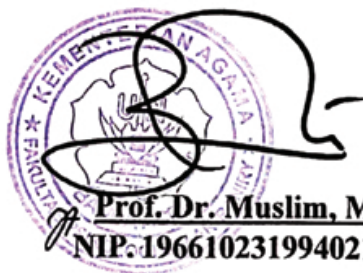
**Julianto, S.Ag., M.Si.  
NIP. 197209021997031002**

**Penguji II,**



**Juli Andriyani, M.Si.  
NIP. 197407222007102001**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry**



**Prof. Dr. Muslim, M.Si  
NIP. 196610231994021001**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Birratun Najwa

NIM : 210901089

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntunan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 28 Mei 2025

Yang Menyatakan



  
Birratun Najwa  
210901089

## PRAKATA

Puji beserta syukur kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala nikmat dan kemudahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Grit* dengan *Emotion-Focused Coping* pada Mahasiswa Asrama KIP Universitas Syiah Kuala” dengan lancar. Shalawat beserta salam kepada Nabi Muhammad SAW beserta sahabat dan keluarganya.

Skripsi merupakan salah satu persyaratan wajib untuk menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S1). Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan berbagai kemudahan dan tentunya tidak terlepas dari bantuan beserta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Ayah tercinta Jamaluddin dan Mama tersayang tentunya tercantik Mukarramah, yang siang malam selalu mendoakan, memfasilitas serta mendukung segala keputusan Awa dalam hal apapun dan tak pernah lupa selalu memberi semangat kepada Awa. Kakak dan abang yang selalu menjadi mood booster Awa yaitu Ghufuranullah, Ulfatul Jazilah dan Nailatul Muna. Penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Muslim, M. Si selaku dekan Fakultas Psikologi UIN ArRaniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada saya sebagai mahasiswa di Fakultas Psikologi.

2. Prof. Dr. Syafrilsyah, S.Ag., M.Si, sebagai Wakil Dekan I bidang Akademik Fakultas Psikologi yang telah banyak memberikan dukungan dan motivasi bagi saya.
3. Dr. Misnawati, S.Ag., M.Ag, sebagi Wakil dekan II bidang administrasi dan keuangan yang telah memberikan dukungan kepada saya dan mahasiswa lainnya.
4. Drs. Nasruddin, M.Hum sebagai wakil dekan III bidang kemahasiswaan dan Kerjasama yang telah memberikan dukungan kepada saya dan mahasiswa lainnya.
5. Julianto, S.Ag., M.Si., sebagai Ketua Program Studi Psikologi UIN ArRaniry yang telah membimbing, mengarahkan dan memberi motivasi bagi saya dan juga mahasiswa lainnya.
6. Ibu Dr. Miftahul Jannah, S.Pd, M.Si, selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing saya dengan sepenuh hati, serta dukungan dan tentunya motivasi yang membuat saya semangat.
7. Ibu Cut Rizka Aliana, S.Psi, M.Si selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing saya dengan sabar, meluangkan banyak waktu, dan tentunya dukungan serta motivasi yang diberikan membuat saya lebih semangat.
8. Seluruh dosen, staff dan civitas akademik Fakultas Psikologi yang telah membantu, mendidik, memberikan ilmu yang bermanfaat dengan tulus dan ikhlas.
9. Teman teman yang sudah seperti keluarga, Nadia Asqa, Tabligh Dini Dirayati dan Reza Akmalia.

10. Teman teman seperjuangan yang telah kebersamai perkuliahan sejak semester awal hingga mencapai gelar sarjana, Salwa Fachriyya, Salsabila, Tharifa Salsabila, Muhammad Daffa Al- Asyi, Muhammad Irsyad Aqil dan Arkas Trimaulana Darwis.
11. Teman teman berbagi cerita Khansa Nabilah, Hauzil Hayati dan Hasrarul Zikri, *always trustworthy* ya!
12. Seluruh mahasiswa/mahasiswi psikologi terutama teman-teman angkatan 2021 terutama yang telah kebersamai dari awal perkuliahan.
13. Seluruh partisipan mahasiswa/mahasiswi Asrama KIP USK yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Terimakasih atas kontribusinya. Semoga Allah mudahkan urusan teman-teman sekalian untuk menjadi sarjana.
14. *Last but not least, i wanna thank me i wanna thank me for believing in me, i wanna thank me for doing all this hard work, i wanna thank me for having no days off, i wanna thank me for never quitting, i wanna thank me for always being a giver and trying to give more than i receive, i wanna thank me for trying to do more right than wrong, i wanna thank me for just being me at all times.*

Penulis mengucapkan terima kasih banyak atas doa, dukungan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh sebab itu penulis berharap adanya kritikan dan saran yang

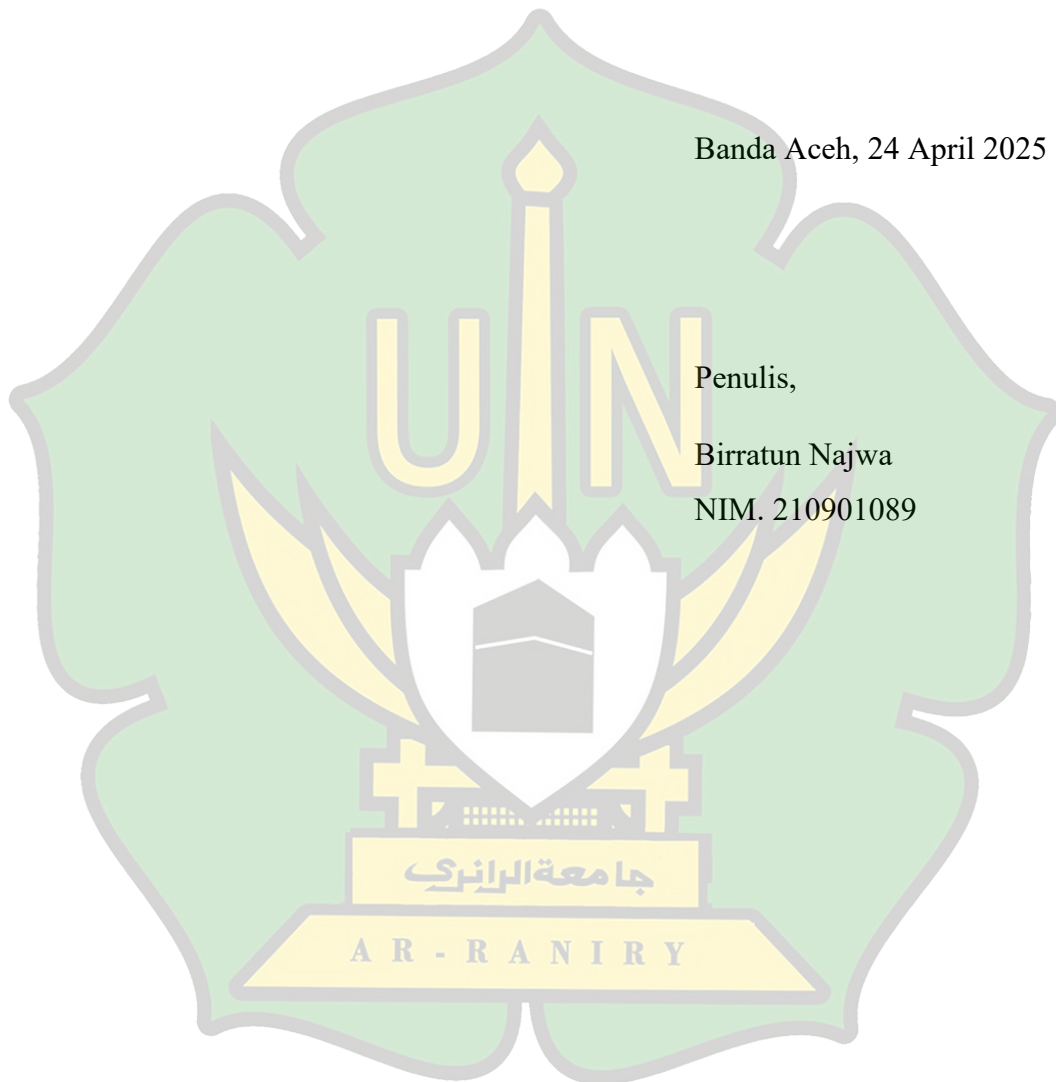
bersifat membangun, sehingga kekurangan itu tidak terulang lagi pada hari yang akan datang. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang lain terutama untuk penulis sendiri.

Banda Aceh, 24 April 2025

Penulis,

Birratun Najwa

NIM. 210901089



## DAFTAR ISI

|                                                                           |             |
|---------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING .....</b>                                 | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....</b>                                     | <b>ii</b>   |
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRPSI .....</b>                                   | <b>iii</b>  |
| <b>PRAKATA .....</b>                                                      | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                    | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                 | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                                 | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                              | <b>xii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                      | <b>xiii</b> |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                     | <b>xiv</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                             | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                            | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                                                  | 5           |
| C. Tujuan Penelitian .....                                                | 5           |
| D. Manfaat Penelitian .....                                               | 5           |
| 1. Manfaat Teoritis .....                                                 | 5           |
| 2. Manfaat praktis.....                                                   | 6           |
| E. Keaslian Penelitian.....                                               | 6           |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>                                        | <b>9</b>    |
| A. <i>Emotion-Focused Coping</i> .....                                    | 9           |
| 1. Pengertian <i>Emotion-Focused Coping</i> .....                         | 9           |
| 2. Aspek – Aspek <i>Emotion-Focused Coping</i> .....                      | 10          |
| 3. Faktor - Faktor <i>Emotion-Focused Coping</i> .....                    | 12          |
| B. <i>Grit</i> .....                                                      | 13          |
| 1. Pengertian <i>Grit</i> .....                                           | 13          |
| 2. Aspek – Aspek <i>Grit</i> .....                                        | 14          |
| C. Hubungan antara <i>Grit</i> dengan <i>Emotion-Focused Coping</i> ..... | 16          |
| D. Hipotesis.....                                                         | 18          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                                    | <b>19</b>   |
| A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....                                 | 19          |

|                                                    |                                           |           |
|----------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------|
| B.                                                 | Identifikasi Variabel Penelitian.....     | 19        |
| C.                                                 | Definisi Operasional.....                 | 19        |
|                                                    | 1. <i>Grit</i> .....                      | 19        |
|                                                    | 2. <i>Emotion-Focused Coping</i> .....    | 20        |
| D.                                                 | Subjek Penelitian.....                    | 20        |
|                                                    | 1. Populasi .....                         | 20        |
|                                                    | 2. Sampel.....                            | 21        |
| E.                                                 | Teknik Pengumpulan Data .....             | 22        |
|                                                    | 1. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....   | 22        |
|                                                    | 2. Uji Validitas .....                    | 25        |
|                                                    | 3. Uji Daya Beda Aitem .....              | 27        |
|                                                    | 4. Uji Reliabilitas .....                 | 30        |
| F.                                                 | Teknik Analisis Data.....                 | 32        |
|                                                    | 1. Proses Pengolahan Data .....           | 32        |
|                                                    | 2. Uji Prasyarat.....                     | 33        |
|                                                    | 3. Uji Hipotesis .....                    | 34        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> |                                           | <b>36</b> |
| A.                                                 | Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian..... | 36        |
| B.                                                 | Deskripsi Data Penelitian .....           | 37        |
|                                                    | 1. Demografi Penelitian .....             | 37        |
| C.                                                 | Pengujian Hipotesis.....                  | 44        |
|                                                    | 1. Hasil Uji Prasyarat .....              | 44        |
| D.                                                 | Pembahasan.....                           | 47        |
| <b>BAB V PENUTUP.....</b>                          |                                           | <b>50</b> |
| A.                                                 | Kesimpulan .....                          | 50        |
| B.                                                 | Saran.....                                | 50        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                        |                                           | <b>52</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                               |                                           | <b>56</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Data mahasiswa di asrama KIP USK.....                                   | 21 |
| Tabel 3.2 Skor Aitem Skala .....                                                  | 23 |
| Tabel 3.3 <i>Blue Print Emotion-Focused Coping</i> .....                          | 23 |
| Tabel 3.4 <i>Blue Print Grit</i> .....                                            | 25 |
| Tabel 3.5 Koefisien CVR <i>Emotion-Focused Coping</i> .....                       | 26 |
| Tabel 3.6 Koefisien CVR <i>Grit</i> .....                                         | 27 |
| Tabel 3.7 Koefisien daya beda aitem skala <i>Grit</i> .....                       | 28 |
| Tabel 3.8 <i>Blueprint</i> akhir skala <i>Grit</i> .....                          | 28 |
| Tabel 3.9 Koefisien daya beda aitem skala <i>Emotion-Focused Coping</i> .....     | 29 |
| Tabel 3.10 <i>Blueprint</i> akhir skala skala <i>Emotion-Focused Coping</i> ..... | 29 |
| Tabel 3.11 Koefisien reliabilitas <i>Alpha Cronbach</i> .....                     | 32 |
| Tabel 4.1 Diagram Data Demografi Subjek berdasarkan Jenis Kelamin.....            | 37 |
| Tabel 4.2 Diagram Data Demografi Subjek berdasarkan Asal .....                    | 37 |
| Tabel 4.3 Diagram Data Demografi Subjek berdasarkan Fakultas.....                 | 38 |
| Tabel 4.4 Diagram Data Demografi Subjek berdasarkan Angkatan.....                 | 39 |
| Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Grit</i> .....                       | 40 |
| Tabel 4.6 Data Kategorisasi Skala <i>Grit</i> .....                               | 42 |
| Tabel 4.7 Deskripsi Data Penelitian Skala <i>Emotion-Focused Coping</i> .....     | 42 |
| Tabel 4.8 Data Kategorisasi Skala <i>Grit</i> .....                               | 44 |
| Tabel 4.9 Uji Normalitas Data Penelitian .....                                    | 45 |
| Tabel 4.10 Uji Linearitas Hubungan Data .....                                     | 45 |
| Tabel 4.11 Uji Hipotesis Data Penelitian.....                                     | 46 |
| Tabel 4.12 Analisis <i>Measure of Association</i> .....                           | 46 |



## DAFTAR GAMBAR

|                                      |    |
|--------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Konseptual ..... | 18 |
|--------------------------------------|----|



## DAFTAR LAMPIRAN

|             |                                       |
|-------------|---------------------------------------|
| Lampiran 1  | :SK Pembimbing Skripsi                |
| Lampiran 2  | :Surat Izin Penelitian                |
| Lampiran 3  | :Surat Telah Menyelesaikan Penelitian |
| Lampiran 4  | :Skala <i>Try Out</i>                 |
| Lampiran 5  | :Tabulasi Data <i>Try Out</i>         |
| Lampiran 6  | :Analisis Data <i>Try Out</i>         |
| Lampiran 7  | :Skala Penelitian                     |
| Lampiran 8  | :Tabulasi Data Penelitian             |
| Lampiran 9  | :Analisis Data Penelitian             |
| Lampiran 10 | :Riwayat Hidup                        |



## HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DENGAN *EMOTION-FOCUSED COPING* PADA MAHASISWA ASRAMA KIP UNIVERSITAS SYIAH KUALA

### ABSTRAK

Mahasiswa Asrama KIP Universitas Syiah Kuala seringkali menghadapi tekanan dari berbagai aturan dan program di asrama, yang dapat menimbulkan stres dan mempengaruhi kesejahteraan mental mereka. *Emotion-Focused Coping* menjadi salah satu strategi yang penting dalam mengatasi tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Grit* dengan *Emotion-Focused Coping* pada Mahasiswa Asrama KIP Universitas Syiah Kuala (USK). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 1.646 mahasiswa dengan total sampel 232 mahasiswa, yang ditentukan menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 10%. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi dari *pearson*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien  $r$  sebesar 0,835 dengan nilai  $p = 0,000$ . Hal ini berarti terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara *Emotion-Focused Coping* dengan *Grit* pada mahasiswa Asrama KIP USK. Hal ini menunjukkan bahwasanya semakin tinggi *Grit* seseorang, maka semakin tinggi *Emotion-Focused Coping*. Begitupula sebaliknya, semakin rendah *Grit* seseorang, maka akan semakin rendah *Emotion-Focused Coping* yang dilakukan oleh seseorang.

**Kata kunci:** *Grit, Emotion-Focused Coping, Mahasiswa*

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GRIT AND EMOTION-FOCUSED  
COPING IN STUDENTS OF KIP DORMITORY,  
SYIAH KUALA UNIVERSITY**

**ABSTRACT**

*KIP Dormitory Students of Syiah Kuala University often face pressure from various rules and programs in the dormitory, which can cause stress and affect their mental well-being. Emotion-Focused Coping is one of the important strategies in dealing with stress. This study aims to determine the relationship between Grit and Emotion-Focused Coping in KIP Dormitory Students of Syiah Kuala University (USK). This study uses a quantitative approach with a correlation method. The population in this study was 1,646 students with a total sample of 232 students, which was determined using the Isaac and Michael table with an error rate of 10%. Sampling in this study used a purposive sampling method. Data analysis was carried out using the Pearson correlation technique. The results showed a coefficient value of  $r$  of 0.835 with a  $p$  value = 0.000. This means that there is a positive and very significant relationship between Emotion-Focused Coping and Grit in KIP Dormitory Students of USK. This shows that the higher a person's Grit, the higher their Emotion-Focused Coping. Likewise, the lower a person's Grit, the lower the Emotion-Focused Coping that a person does.*

*Keywords: Grit, Emotion-Focused Coping, Students*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Lee dkk (2019), tahun pertama perkuliahan merupakan masa yang menantang bagi mahasiswa baru. Tidak hanya mengalami transisi dari remaja akhir ke dewasa awal, memasuki kuliah juga mengharuskan mahasiswa baru untuk dapat memenuhi tuntutan perilaku, kognitif, serta afektif yang muncul dari lingkungan. Kompleksnya tuntutan tersebut membuat individu rentan mengalami permasalahan emosional, sulitnya membangun relasi sosial, prestasi akademik yang rendah, bahkan kehilangan motivasi dan gagal menyelesaikan studinya (Soledad dkk, 2012).

Meskipun masa transisi dari Sekolah Menengah Atas ke Perguruan Tinggi menawarkan tantangan untuk kematangan tugas perkembangan dan mencapai kemandirian, tidak sedikit mahasiswa yang merasa stres dan kewalahan ketika beradaptasi di tahun pertama kuliahnya. Berbagai masalah sering kali dihadapi oleh mahasiswa, terutama bagi mahasiswa yang berasal dari luar daerah. Kemampuan menyesuaikan diri dengan situasi kehidupan dan lingkungan belajar yang baru merupakan suatu hal yang pasti akan dialami oleh mahasiswa, diawali dengan membiasakan diri dengan suasana baru, pertemanan, dan sistem perkuliahan. Kondisi psikologis yang tidak nyaman dan dapat menimbulkan tantangan emosional yang dapat dialami oleh seseorang yang tidak mampu mengatasi permasalahannya (Suharsono & Anwar, 2020).

Menghadapi tantangan ini, mahasiswa sering mencari cara untuk mengelola emosi mereka dan menyesuaikan diri dengan tekanan akademik yang dihadapi .

Strategi ini mencakup upaya untuk memahami dan mengelola perasaan, yang dapat membantu mahasiswa merespons tantangan dengan lebih baik. Salah satu strategi koping yang relevan dalam konteks ini adalah *Emotion-Focused Coping* yang berfokus pada pengelolaan dan penyesuaian diri terhadap emosi yang terlibat dalam situasi yang penuh tekanan (Stewart et al., 2017).

Umayya (2006) menjelaskan *emotion focused coping* sebagai *coping* yang digunakan individu dengan memfokuskan pada usaha untuk menghilangkan emosi yang berhubungan dengan situasi stres, walaupun situasinya sendiri tidak dapat diubah. *Emotion-Focused Coping* adalah upaya individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres yang mereka alami bukan dengan menghadapinya secara langsung, tetapi lebih fokus pada usaha untuk mempertahankan keseimbangan emosi mereka. *Emotion-Focused Coping* memainkan peran penting dalam membantu individu mengelola emosi negatif dan mengatasi tantangan psikologis yang mungkin mereka hadapi selama masa transisi ke kehidupan kampus (Lazarus & Folkman, 1984).

Taylor (2006) menjelaskan bahwa *Coping* merupakan interaksi antara individu dengan sumber-sumber, nilai, dan komitmen terhadap tuntutan lingkungan, menjadikan hubungan antara *Coping* dan kejadian yang menekan sebagai proses yang dinamis. Ini mencakup pengelolaan kemampuan untuk bertindak dalam lingkungan, mengatasi gangguan emosional kognitif, dan merespons secara psikis. *Coping* adalah proses berkelanjutan yang terus berlangsung dengan lingkungan, bukan peristiwa tunggal. Mahasiswa KIP di asrama sering menggunakan strategi ini untuk menghadapi tantangan akademik dan

sosial dengan cara yang adaptif. Universitas Syiah Kuala mengharuskan seluruh mahasiswa baru yang mendapatkan beasiswa KIP untuk mengikuti program asrama KIP yang berlangsung selama dua semester.

Penelitian mengenai *Emotion-Focused Coping* yang dilakukan oleh Ridwan dkk (2021) menyatakan bahwa taruna/i menggunakan *emotion-focused coping* (EFC) strategi coping dalam mengatasi stres. Penggunaan *Emotion-Focused Coping* dapat digunakan untuk mengembangkan keyakinan positif individu di lingkungan pemasyarakatan.

Fenomena penggunaan *Emotion-Focused Coping* juga terjadi dikalangan mahasiswa di asrama KIP Universitas Syiah Kuala. Berikut hasil wawancara dan observasi personal dengan dua mahasiswa dari asrama KIP USK:

#### Cuplikan Wawancara 1:

“Gimana ya kak jelasinnya, sebenarnya mau diasrama ataupun enggak sama aja karna aku anak rantau, tapi aku ngerasa tertekan aja sama peraturan asrama yang harus nyetor hafalan, ikut pengajian, gabisa keluar malam gitu kak apalagi kan kita maba yang masih nyari temen, kadang mereka ngajak nugasnya malam tapi aku gabisa. Untuk cara ngatasinya sih biasanya aku kayak ngeyakinin diri sendiri kalo asrama ini galama gitu terus yauda aku usaha lebih lagi dalam proses belajar karnakan harus nyeimbangi kegiatan kuliah sama asrama.” (FE, Mahasiswa Teknik Sipil USK, wawancara personal, 6 November 2024).

#### Cuplikan Wawancara 2:

“Kak jujur aja ya, aku ngerasa stress kali selama diasrama. Aku asik keingat orangtua aja, mana diasrama banyak kali kak kegiatannya, gasanggup aku. Terus apalagi harus bangun subuh kan buat jamaah, nyetor hafalan gitu bikin tertekan kak. Aku kalo udah gitu biasaya kaya ngeyakinin diri banget untuk sungguh-sungguh dalam ngelakuin kegiatan diasrama. Aku juga kadang coba pikir positif lagi kaya mikir aku udah mulai jadi aku harus selesaikan, lagian ini cuma bentar”. (FN, Mahasiswa Biologi USK, wawancara personal, 3 Oktober 2024).

#### Cuplikan Wawancara 3:

*“Di asrama tentang program nya si kak yang bikin tertekan karnakan kita udah capek sama kuliah tapi harus tetap program gitu kan kak. Terus juga kayak program hafalan, itu harus bener-bener serius ngafalinnya. Pentingnya harus tetap semangatin diri dan kuat-kuatin diri untuk 2 semester di asrama kak”*. (WW, Mahasiswa Keperawatan USK, wawancara personal, 11 Desember 2024).

#### Cuplikan Wawancara 4:

*“Kalau asrama ni susah kita kak karna ada aturan kayak jam malam itu sampe jam 10 cuman terus juga belum kebiasa sama lingkungan yang rame-rame gini. Paling kadang keluar asrama main sama kawan itu udah cukup untuk refresh otak sih kak, kalo malam diatas jam 10 paling kek main hp aja nonton youtube gitu”*. (M, Mahasiswa Ilmu Kelautan USK, wawancara personal, 13 Desember 2024).

Berdasarkan wawancara diatas, terlihat bahwa mahasiswa KIP di asrama USK menghadapi berbagai tekanan, mulai dari tugas kuliah yang menumpuk, jadwal kegiatan asrama yang padat, hingga aturan yang ketat. Namun, meskipun begitu, mereka menunjukkan sikap gigih dan ketekunan yang menjadi ciri khas *Grit*. Contohnya, mahasiswa sering menyebutkan bahwa mereka “meyakinkan diri sendiri,” “usaha lebih keras,” dan “kuat-kuatin diri” agar bisa tetap menjalani program asrama dan kuliah dengan baik. Sikap seperti ini menunjukkan keteguhan hati dan konsistensi dalam usaha menghadapi rintangan, yang merupakan inti dari *Grit*.

*Grit* sendiri merupakan sumber daya psikologis penting yang membantu seseorang untuk tetap bertahan dan berjuang walaupun menghadapi kegagalan, tekanan, dan tantangan. Hal ini sesuai dengan pendapat Hochanadel dan Finamore (dalam Jonathan & Hadiwono, 2020) yang menyatakan bahwa *Grit* adalah ciri yang membantu seseorang memahami bahwa kecerdasan bukan satu-satunya penentu keberhasilan, melainkan kerja keras dan ketekunan jangka panjang. Dalam konteks

coping stres, *Grit* berperan sebagai salah satu faktor pendukung Emotion-Focused Coping, yang membuat individu mampu mengelola stres dengan menjaga semangat dan keyakinan diri.

Dilihat dari fenomena yang terjadi serta temuan berdasarkan hasil beberapa penelitian yang diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara *Grit* dengan *Emotion-Focused Coping* pada mahasiswa di asrama KIP Universitas Syiah Kuala.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang sudah dideskripsikan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *Grit* dengan *Emotion-Focused Coping* pada mahasiswa asrama KIP Universitas Syiah Kuala?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *GRIT* dengan *Emotion-Focused Coping* pada mahasiswa asrama KIP Universitas Syiah Kuala.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan memperkaya penelitian-penelitian dalam bidang ilmu psikologi khususnya yang berkaitan dengan bidang psikologi kepribadian

dan psikologi klinis serta yang berhubungan dengan *Grit* dan *Emotion-Focused Coping*.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi mahasiswa di asrama KIP Universitas Syiah Kuala untuk bisa bangkit dari tekanan melalui usaha dan terus semangat dalam melanjutkan kehidupan.

### b. Bagi Pengurus Asrama KIP Universitas Syiah Kuala

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dan pengetahuan bagi asrama KIP Universitas Syiah Kuala bahwanya tekanan yang dialami bukan merupakan akhir dari segalanya, namun awal untuk membangun sesuatu yang baru bagi seluruh mahasiswa.

## E. Keaslian Penelitian

Berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara *Grit* dan strategi coping, meskipun studi yang secara khusus mengaitkan *Grit* dengan *emotion-focused coping* pada mahasiswa asrama penerima KIP masih terbatas. Berikut ini adalah beberapa penelitian terdahulu yang relevan sebagai landasan teori.

Penelitian Fauziah (2021) meneliti hubungan antara *Grit* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung menggunakan metode kuantitatif korelasional dan analisis Spearman. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *Grit* dan kemampuan coping berorientasi pemecahan masalah. Penelitian ini serupa dalam variabel *Grit* dan pendekatan kuantitatif, namun berbeda karena fokus coping yang

diteliti adalah *problem focused coping*, serta subjeknya mahasiswa umum, bukan mahasiswa asrama penerima KIP.

Penelitian oleh Pertiwi et al. (2021) meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan *problem focused coping* pada mahasiswa berorganisasi di Universitas Paramadina dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Hasilnya menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan coping berfokus pada pemecahan masalah. Penelitian ini serupa dari segi pendekatan kuantitatif dan fokus pada mekanisme coping, namun berbeda pada variabel utama (kecerdasan emosional) dan subjek penelitian (mahasiswa organisasi, bukan asrama KIP).

Pratama dan Ningsih (2023) mengkaji hubungan antara kegigihan dan strategi coping pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan tugas akhir di Universitas Negeri Padang menggunakan metode kuantitatif dan analisis Pearson. Hasil penelitian menunjukkan korelasi positif signifikan meskipun lemah antara kegigihan dan coping secara umum. Penelitian ini serupa karena membahas kegigihan (bagian dari konsep *Grit*) dan menggunakan pendekatan kuantitatif, namun berbeda karena variabel coping yang diukur tidak spesifik pada *emotion-focused coping*, dan subjeknya mahasiswa tingkat akhir, bukan mahasiswa asrama KIP.

Situmorang dan Desiningrum (2020) meneliti hubungan kecerdasan emosional dengan coping stress pada mahasiswa baru jurusan musik di Institut Seni Indonesia Yogyakarta menggunakan analisis regresi sederhana. Hasilnya menunjukkan hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan coping stres. Penelitian ini

menggunakan pendekatan kuantitatif dan fokus pada coping, namun variabel utama adalah kecerdasan emosional dan subjeknya berbeda dari penelitian ini.

Penelitian Ratna (2017) mengkaji hubungan kecerdasan emosional dengan coping adaptif pada mahasiswa UIN Suska Riau yang tinggal di asrama Ma'had Al-Jami'ah. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan uji korelasi Pearson. Hasil menunjukkan hubungan positif yang kuat antara kecerdasan emosional dan coping adaptif. Penelitian ini memiliki kesamaan subjek (mahasiswa asrama) dan metode kuantitatif, namun berbeda pada variabel psikologis dan jenis coping yang diteliti.

Berdasarkan penelusuran hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya, peneliti tertarik untuk menggali atau mengkaji hubungan antara hubungan *Grit* dan *Emotion-Focused Coping* pada asrama KIP Universitas Syiah Kuala. Penelitian ini memiliki perbedaan yang mendasar dari penelitian sebelumnya, baik dari sisi subjek, lokasi penelitian, alat ukur dan teknik yang digunakan. Berdasarkan uraian diatas, diyakini bahwa penelitian yang dilakukan sebelumnya serta penelitian dapat membuktikan penelitian ini asli dan bukan plagiarisme serta dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya.