

ABSTRAK

Coping Stres Akademik Siswa Madrasah Aliyah Negeri Kota Padang.

Oleh: Ika Zulmai Fitra Yenti

Coping adalah usaha yang dilakukan oleh individu baik secara kognitif maupun perilaku untuk menekan, menghilangkan dan mengatasi tekanan yang dialami individu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan yang ada. Namun kenyataan yang ditemukan yaitu adanya siswa yang belum mampu secara kognitif maupun perilaku untuk menekan, menghilangkan, dan mengatasi stres dalam memenuhi tuntutan belajar. Penelitian ini bertujuan: (1) mendeskripsikan *coping stres* akademik siswa ditinjau dari *emotional focused coping*, dan (2) mendeskripsikan *coping stres* akademik siswa ditinjau dari *problem focused coping* di MAN Kota Padang.

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian siswa MAN Kota Padang sebanyak 1.966 orang siswa. Sampel diambil menggunakan teknik *proportional random sampling*, sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 301 orang siswa. Penelitian dilaksanakan dengan mengadministrasikan instrumen angket. Data dianalisis dengan analisis persentase.

Hasil penelitian menunjukkan (1) *Coping Stres Akademik* siswa ditinjau dari *Emotional Focused Coping* berada pada kategori tinggi, dengan indikator (a) *seeking social emotional* berada pada kategori sedang, (b) *distancing* berada pada kategori tinggi, (c) *Escape avoidance* berada pada kategori sedang, (d) *self control* berada pada kategori tinggi, (e) *accepting responsibility* berada pada kategori sangat tinggi, (f) *positive reappraisal* dengan kategori sangat tinggi (2) *coping stres* akademik siswa ditinjau dari *problem focused coping* berada pada kategori tinggi, dengan indikator (a) *seeking informational support* berada pada kategori sedang, (b) *confrontive coping* berada pada kategori tinggi, dan (c) *planful problem solving* berada pada kategori tinggi. Dari hasil temuan tersebut secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa *coping stres* akademik siswa MAN Kota Padang berada pada kategori tinggi.

Kata Kunci : STRES, EMOTIONAL, PESERTA DIDIK