



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 4 Tahun 2024 Page 1568-1585

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Gambaran Problem Focused Coping Mahasiswa Berkebutuhan Khusus Universitas Negeri Surabaya

Firdausy Al Hajar<sup>1✉</sup>, Yohana Wuri Satwika<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: [firdausy.20119@mhs.unesa.ac.id](mailto:firdausy.20119@mhs.unesa.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Mahasiswa berkebutuhan khusus tentunya dalam masa perkuliahan memiliki kesulitan dan persoalan layaknya mahasiswa reguler lainnya. Dalam menghadapi permasalahan tentunya dibutuhkan cara atau strategi dalam menyelesaikan masalah tersebut. Penelitian ini berfokus pada gambaran *problem focused coping* mahasiswa berkebutuhan khusus Universitas Negeri Surabaya dengan kriteria responden yaitu mahasiswa berkebutuhan khusus yang merupakan mahasiswa aktif Universitas Negeri Surabaya yang pernah mengalami suatu persoalan dan mampu menghadapinya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semistrukturan bersama ketiga subjek dan orang terdekat yang relevan. Hasil data penelitian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Dari hasil tersebut mengungkap tiga tema besar yaitu strategi coping, aspek – aspek *problem focused coping*, serta faktor – faktor yang dapat mempengaruhi coping. Subjek dalam penelitian ini menunjukkan adanya coping yang baik dalam menghadapi permasalahan. Akan tetapi, terdapat salah satu subjek yang memilih *self harm* sebagai bentuk coping atas stressor yang ada.

Kata Kunci: *Problem Focused Coping, Strategi coping, Stressor, Self Harm*

## Abstract

Students with special needs of course in class time have difficulties and problems like other regular students. In the face of the problem, of course, it requires a way or a strategy in solving the problem. The study focused on the problem of focused coping of students with special needs of State University of Surabaya with the criteria of respondents, namely students with specific needs who are active students of State Universities of Surabaya who have experienced a problem and are able to cope with it. The data collection was carried out through semi-structured interviews with the three subjects and the closest relevant people. The results of the research data are analyzed using thematic analysis techniques. The results reveal three major themes: coping strategy, aspects of focused coping, and factors that can influence coping. Subjects in this study showed good coping in the face of the problem. However, there is one subject who chooses self harm as a form of coping over existing stressors

Keyword: *Problem focused coping, Strategies coping, Stressor, Self Harm*

## PENDAHULUAN

Mendapatkan pendidikan yang tinggi merupakan cita - cita setiap anak bangsa, salah satunya ialah dapat melanjutkan pendidikan hingga ke jenjang perkuliahan sehingga disebut sebagai seorang mahasiswa. Bercita – cita menjadi seorang mahasiswa tidak hanya dimiliki oleh siswa reguler melainkan juga dengan siswa yang memiliki keterbatasan fisik. Mereka dengan keterbatasan fisik biasanya disebut dengan mahasiswa berkebutuhan khusus. Adapun beberapa kategori dari keterbatasan fisik seperti tunarungu, tunanetra, serta tunadaksa (Manar, 2015). Dimana keterbatasan yang dimiliki oleh mahasiswa berkebutuhan khusus tentunya dapat berdampak pada proses interaksi mahasiswa tersebut pada saat perkuliahan berlangsung. Misalnya, mahasiswa dengan tunanetra memiliki hambatan dalam indra pengelihatannya sehingga tidak dapat melihat secara langsung lawan interaksinya serta mereka dalam perkuliahan juga tentunya mereka mengandalkan pendengaran saja dalam mencerna materi pembelajaran (Panjaitan, 2017). Selain itu, pada mahasiswa tunarungu-wicara dengan keterbatasan fisik yang tidak dapat berbicara serta mendengar sehingga mereka hanya mengandalkan pengelihatannya saja ketika tengah berinteraksi maupun dalam mencerna materi perkuliahan (Soeratman, 2017).

Sebagai mahasiswa pada umumnya yang tidak mengalami keterbatasan fisik, tetantunya dalam perkuliahan kerap mendapatkan kesulitan baik dari interaksi sosialnya, dalam menerima dan meresap materi pembelajaran, maupun dalam mengerjakan tugas perkuliahan. Adanya kesulitan dan permasalahan tersebut dapat menimbulkan stres dan beban kuliah (Dini, P. R., & Iswanto, A., 2019). Mengingat bahwasannya mahasiswa normal mampu merasakan kesulitan dan permasalahan dalam perkuliahan, tentunya mahasiswa

dengan keterbatasan juga mengalami kesulitan dan permasalahan selama proses kuliah berlangsung. Adanya keterbatasan fisik yang menjadikan mahasiswa berkebutuhan khusus tidak dapat maksimal dalam menyerap pelajaran perkuliahan layaknya mahasiswa normal lainnya serta memungkinkan menimbulkan kesulitan yang lebih besar. Tidak hanya itu, adanya stigma negatif masyarakat terhadap mahasiswa dengan keterbatasan fisik dapat menimbulkan perasaan terasing dari lingkungannya bagi mahasiswa tersebut (Nurul, 2021).

Secara tidak langsung, mahasiswa dengan keterbatasan tersebut juga mengalami rasa tidak percaya diri. Dimana, terdapat kemungkinan adanya sebagian dari mahasiswa normal lainnya yang memberikan kalimat celaan maupun belas kasihan ketika tengah memandang mereka. Oleh karena itu, adanya kesulitan dalam berinteraksi, kewajiban dalam menghadiri kelas, membuat tugas sebagai persyaratan lulus ujian dan mendapatkan gelar tentunya cukup menguras tenaga dan juga pemikiran mahasiswa berkebutuhan khusus. Adapun *strategi coping* yang dapat digunakan dalam mengatasi adanya kesulitan serta beban yang dirasakan pada masa perkuliahan ialah strategi *coping* kategori *problem focused coping* (Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M., 2019).

Strategi *coping* menurut Lazarus & Folkman ialah suatu tindakan yang dilakukan oleh individu guna mengurangi adanya efek negatif yang terjadi pada diri individu tersebut (dalam Vidyaputri, Y. X., Zefanya, N., & Hestyanti, Y. R., 2022). Lazarus dan Folkman juga mengartikan *coping* itu sendiri sebagai upaya individu mengolah adanya tuntutan internal maupun eksternal yang dapat membebani dirinya (dalam Vidyaputri, Y. X., Zefanya, N., & Hestyanti, Y. R., 2022). Sedangkan *Problem Focused Coping* menurut Carver *et al.*, yaitu usaha berupa *Active Coping*, *Planning*, dan *Using instrumental support* yang dilakukan oleh individu guna mengubah serta mengelola lingkungan yang dapat menyebabkan timbulnya stres (dalam Vidyaputri, Y. X., Zefanya, N., & Hestyanti, Y. R., 2022).

Raharjo & Prahara (2022) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *problem focused coping* yang tinggi maka ia akan dengan mudah dalam mendapatkan solusi guna mengatasi permasalahan yang ada. Selain itu, mahasiswa tersebut juga dapat minim merasakan adanya stress akademik seperti adanya management waktu yang baik, adanya negosiasi yang terjadi dengan baik, adanya kemampuan dalam berkolaborasi atau bekerjasama dengan rekan kerja, serta minim terjadi adanya waktu antara kuliah dan bekerja yang bertabrakan. Sebaliknya, menurut Tarwiyati (2013) mahasiswa dengan rendahnya *problem focused coping* dirinya akan lebih mudah mengalami stress akademik serta akan merasa kesulitan dalam mengatasi permasalahannya sendiri. Hal tersebut dikarenakan ketidak kemampuan dalam menyusun waktu yang baik serta rendahnya kemampuan dalam proses penyusunan strategi dalam menghadapi kebimbangan dapat menimbulkan

mahasiswa tersebut mengalami adanya stress akademik (Tarwiyati, 2013). Dalam penelitian Ogma (2020) dengan judul "*Problem Focused Coping* Burnout In The Medical Student. The Case Of Selected Medical School In Kenya" yang membuktikan bahwa *problem focused coping* lebih sering digunakan dalam menurunkan adanya kesulitan belajar serta mampu menurunkan stres akademik, sedangkan mahasiswa berkebutuhan khusus dengan rendahnya *problem focused coping* dirinya akan lebih mudah mengalami stress akademik serta akan merasa kesulitan dalam mengatasi permasalahannya sendiri. Hal tersebut dikarenakan ketidak mampuan dalam menyusun waktu yang baik dan rendahnya kemampuan dalam proses penyusunan strategi dalam menghadapi kebimbangan dapat menimbulkan mahasiswa mengalami stres akademik (Tarwiyati, 2013). Dalam penelitian Ogma (2020) dengan judul "*Problem Focused Coping* Burnout In The Medical Student. The Case Of Selected Medical School In Kenya" yang membuktikan bahwa *problem focused coping* lebih sering digunakan dalam menurunkan adanya kesulitan belajar serta mampu menurunkan stres akademik.

Hal tersebut sejalan dengan mahasiswa berkebutuhan khusus IAIN Salatiga yang dimana yang memiliki *coping* yang baik terkait hambatan yang hadir misalnya menyikapi hambatan berupa infrastruktur kampus yang kurang cocok dengan mahasiswa disabilitas yaitu banyaknya tangga di kampus untuk menuju hingga lantai 3. Berdasarkan hasil penelitian Chairunnisa (2016) menyebutkan bahwa mahasiswa tersebut mengatasi permasalahan yang ada dengan cara terus berpikiran positive terkait hambatan yang ada serta mengendalikan diri dalam menyikapi persoalan. Sehingga dalam pendidikannya mahasiswa tersebut mampu mendapati prestasi baik akademik maupun non akademik. Dimana mahasiswa tersebut berhasil meraih juara 2 catur se IAIN di Sulawesi serta mahasiswa tersebut juga mampu mendapatkan hasil akademis yang baik selama menjadi mahasiswa IAIN Salatiga di Palu yaitu mendapat IPK akademik 3,64.

Mengacu pada pemaparan di atas, peneliti ingin mengetahui lebih dalam terkait bagaimana gambaran *Problem Focused Coping* yang dimiliki Mahasiswa berkebutuhan khusus dalam perkuliahan. Mengingat pada penelitian sebelumnya membahas terkait (PFC) *problem focused coping* yang dimiliki para pengajar maupun mahasiswa normal lainnya. Sehingga pada penelitian kali ini peneliti ingin mengangkat subjek yang berbeda yaitu dengan subjek mahasiswa berkebutuhan khusus. Sebab, peneliti beranggapan jika mahasiswa normal merasakan adanya permasalahan dalam kuliah tentunya mahasiswa berkebutuhan khusus jauh mengalami permasalahan dan kesulitan ditengah keterbatasannya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bayu (dalam Budi *et al.*, 2021) menunjukkan bahwa mahasiswa berkebutuhan khusus mengerjakan tugas

dengan tepat waktu sebagai bentuk rasa tanggung jawab agar ia mendapatkan hasil penilaian yang bagus. Tidak sedikit dari mahasiswa tersebut meminta bantuan ketika mengalami kesulitan dalam perkuliahan terutama ketika perkuliahan dilakukan dengan daring. Dalam penelitian Budi *et al.*, (2021) dimana hambatan yang dimaksud ialah tidak semua mahasiswa berkebutuhan khusus dapat mengoperasikan *Microsoft Office*. Menurut Sun (dalam Budi *et al.*, 2021) proses perkuliahan yang dilakukan secara daring menuntut mahasiswa siap dalam menerima pembelajaran serta penugasan yang diberikan dosen lebih banyak. Sehingga adanya rasa antusias, percaya diri serta dorongan yang kuat dapat menjadikan mahasiswa tersebut mendapatkan nilai terbaik dari setiap penugasan yang diberikan oleh dosen.

Peneliti melakukan studi pendahuluan kepada mahasiswa berkebutuhan khusus yang sekaligus menjadi subjek dalam penelitian ini. Mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa dengan klasifikasi keterbatasan dalam indera penglihatannya. I dengan tunanetra lowicent sedangkan R dan Z merupakan tunanetra totally. Ketiganya merupakan mahasiswa disabilitas yang memiliki segudang prestasi dan aktif dalam berorganisasi, sehingga peneliti memilih ketiganya untuk menjadi subjek penelitian. Selain itu, semangat yang tinggi serta motivasi yang baik yang dimiliki I dan R membuat peneliti berpikir bagaimana cara mereka dalam menyelesaikan persoalan hingga dapat menjadi mahasiswa berprestasi dan penuh semangat. Sedangkan, Z merupakan mahasiswa yang pernah mengalami perundungan secara verbal serta mendapati adanya *sexual harassment* sehingga penulis ingin mengetahui bagaimana Z dapat berjuang ditengah permasalahan tetapi dirinya dapat lolos menjadi peserta UKM hingga tingkat nasional.

Universitas Negeri Surabaya merupakan perguruan tinggi umum yang menyediakan sistem pendidikan inklusi. Tentunya dengan adanya sistem pendidikan inklusi, perguruan tinggi tersebut memiliki fasilitas yang lebih baik untuk mahasiswa berkebutuhan khusus selama menjalani proses perkuliahan. Adapun fasilitas tersebut berupa adanya tempat layanan konseling bagi mahasiswa berkebutuhan khusus, adanya tangga khusus bagi pengguna kursi roda, adanya pemasangan simbol braille, menyediakan workshop kekhususan bagi mahasiswa berkebutuhan khusus, adanya penyaluran dunia kerja bagi mahasiswa berkebutuhan khusus lulusan Universitas Negeri Surabaya, dan lain sebagainya. Sehingga, peneliti ingin mengangkat subjek mahasiswa berkebutuhan khusus dari perguruan tinggi Universitas Negeri Surabaya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Dimana, pendekatan studikasus merupakan kegiatan penelitian alamiah yang dilakukan melalui cara yang intensif, terperinci, serta mendalam yang dimana berhubungan dengan peristiwa yang terjadi pada individu, kelompok, organisasi maupun lembaga untuk mencapai tujuan berupa dapat menggali adanya informasi secara mendalam terkait peristiwa maupun isu yang unik, keunikan tersebutlah yang dapat dikaji melalui pendekatan studi kasus (Raharjo, 2017). Sedangkan terkait partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa berkebutuhan khusus Universitas Negeri Surabaya dengan karakteristik berkebutuhan khusus Tunanetra. Dimana, ketiga partisipan tersebut merupakan Subjek I (S1 Pendidikan Luar Biasa), Subjek R (S1 Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia), serta Subjek Z (S1 Seni Musik).

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini ialah menggunakan teknik wawancara mendalam atau *indepth interview*. Wawancara mendalam menurut Denzin & Lincoln (dalam Risna & Nurchayati, 2021) ialah proses pengalihan informasi yang dimana dilakukan secara bebas, terbuka, serta mendalam tetapi tetap mengacu pada topik dari penelitian. Wawancara yang akan digunakan peneliti bersifat semi struktural. Dalam hal ini peneliti akan mendapatkan keuntungan menggunakan teknik wawancara semi struktural berupa waktu yang lebih fleksibel dalam melakukan proses wawancara. Dimana peneliti tetap menggunakan pedoman wawancara agar tidak terjadinya bias wawancara, namun peneliti tetap dapat mengeksplorasi mendalam sesuai dengan kondisi situasi lapangan. Dalam proses wawancara peneliti juga menggunakan alat perekam guna membantu serta menyimpan rekaman suara dan dapat mencatat informasi yang telah diberikan subjek selama wawancara berlangsung (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian kualitatif ini, penulis akan melakukan uji keabsahan data menggunakan *member checking* dan triangulasi guna menguji keabsahan data. *Member checking* merupakan uji validitas melalui proses verifikasi ulang maupun *cross check* data hasil interpretasi kepada subjek. Kemudian pada strategi triangulasi sumber data, peneliti akan melakukan adanya pemeriksaan data yang telah diberikan oleh subjek penelitian melalui melalui beberapa sumber berupa orang-orang terdekat dari subjek tersebut (*significant others*) (Cresswell, 2015). Hal tersebut bertujuan agar peneliti dapat melakukan proses membandingkan data yang berasal dari subjek dengan kondisi asli yang terjadi di luar kegiatan penelitian dengan melakukan wawancara.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Mahasiswa berkebutuhan khusus, dalam menjalani kehidupan perkuliahan tentunya mengalami kesulitan atau persoalan yang dapat memicu stres maupun perasaan tertekan dalam dirinya. Misalnya pada subjek I mengalami kesulitan dalam mencari referensi perkuliahan dimana referensi yang diberikan cenderung berupa buku cetak serta tidak menyediakan ebook "kalo ditunanetra itu kan gini mbak ee buku buku terbaru itu kan kebanyakan berupa buku cetak sehingga tidak ada yang menyediakan berupa e book yaa.. nah kami kan kalo cetak susah" (I – S1 – B69-75). Sedangkan pada subjek R menjelaskan bahwa permasalahan perkuliahan yang menjadi stressor ialah ketika deadline tugas kuliah dengan organisasi berdekatan disertai perasaan ambisi pribadi dapat menjadi tekanan bagi subjek R "tekanannya adalah ee ketika deadline tugas kuliah tentu saja, terus deadline organisasi pasti, dan juga ambisi pribadi itu ada persamaan tanpa bisa aku manage..." (R – S2 – B107-114). Hal tersebut dapat diatasi oleh subjek R dengan membuat note terkait jadwal kegiatan "Bikin notes kadang kadang bikin notes kegiatan yang berjalan dalam waktu dekat..." (R – S2 – B134-138)

Salah satu aspek yang juga penting bagi mahasiswa disabilitas ialah terkait fasilitas atau aksesibilitas yang tersedia pada kampus tempat ia berkuliah. Dimana subjek R menyebutkan bahwa fasilitas aksesibilitas yang tersedia di kampus cukup terpenuhi tetapi masih terdapat beberapa hal aksesibilitas yang dinilai kurang oleh subjek R. Misalnya, terdapat selokan yang mengganggu para penyandang disabilitas serta tangga yang kurang melandai sehingga bagi pengguna kursi roda mengalami kesulitan "Kalok fasilitas ee aksesibilitasnya sih kurang ya. Karna di sana di FBS itu ada kayak selokan gitu loh. Selokan yang menjebak gitu." (R – S2 – B503-506). Hal tersebut di dukung oleh statement subjek Z yang menyebutkan bahwa dirinya sering terjatuh di FBS dikarenakan konstruksi yang tidak rata serta banyak adanya parit "...Saya tuh sering baget jatuh di situ. Karena itu konstruksinya tidak rata, terus banyak ee parit banyak gotnya, kemudian tidak ada guiding block, terus tidak ada penanda di setiap ruangan..." (Z – S3 – B276-284). Menurut subjek R, solusi yang tepat atas permasalahan tersebut yaitu dengan bagaimana cara dia dalam menyikapi rintangan yang ada "Kalok penggunaa kursi roda dan bla bla bla itu agak kurang karna tangganya nggak dibikin melandai. Cuma Cuma menurutku ya, itu tergantung dengan cara kita menyikapinya aja sih. Seperti bagaimana cara kita menyikapi aksesibilitas seperti itu bagaimana... selesai." (R – S2 – B512-521). Selain terkait aksesibilitas di kampus, subjek Z menuturkan bahwa fasilitas pembaca layar hanya dapat mendeteksi huruf atau kalimat berbahasa indonesia dan inggris saja. Sehingga subjek Z mengalami kesulitan ketika

mendapati lirik lagu yang berbahasa asing lainnya "... sekali lagi gini, pembaca layar yang saya gunakan itu hanya bisa membaca tulisan huruf eee bahasa inggris sama bahasa indonesia. Adapun bisa tapi harus menggunakan bahasa lain" (Z – S3 – B154-162).

Permasalahan dalam perkuliahan tidak hanya seputar keterbatasan visual terhadap materi maupun tugas perkuliahan saja, melainkan juga terkait dengan bagaimana hubungan interaksi yang terjadi antara mahasiswa disabilitas dengan mahasiswa reguler maupun dosen. "... tidak ada pemisah antara saya dengan teman teman dan dosen yang berkaitan dengan kondisi ke disabilitas saya ya" (I – S1 – B485-490) sebab, menurut subjek I jika dalam berkomunikasi dengan individu lain terdapat gap atau pemisah maka mahasiswa penyandang disabilitas akan mengalami kesulitan untuk seterusnya "...kalok semisal komunikasi itu sudah ada gap ada pemisah. Itu akan kesulitan seterusnya. Tapi ketika komunikasi itu sudah baik nice itu tidak ada masalah gitu." (I – S1 - B497-504). Misalnya, dirinya menggunakan gaya komunikasi non formal serta melakukan stand up comedy agar dirinya dapat diterima oleh individu di sekitarnya "... membangun komunikasi yang yaa yang tidak terlalu formal lah. Terus saya itu juga punya materi materi apaa yaa jokes stand up komedi gitu lah untuk ee. Jadi saya pakek materi itu untuk mendekati diri saya dengan oranglain gitu...(I – S1 – B760-776)

Kesulitan dalam berkomunikasi juga dirasakan subjek Z dengan dosen yang mengajar melainkan juga dengan individu lainnya. Subjek Z menjelaskan secara tidak langsung terdapat perkataan negatif atas dirinya yang dapat merusak mentalnya "Berat sih tapi sudah saatnya orang orang tuh paham, terkadang perkataan buruk tidak hanya berdampak buruk bagi pendengaran tapi juga perasaan. Sejauh ini, kata kata negatif yang pernah saya terima. Saya tidak pernah melakukan apapun saya tidak pernah menyalahkan siapapun, tapi saya lebih menghukum diri saya sendiri" (Z – S3 – B378-386). Ketika ada permasalahan yang cukup berat hingga menekan dirinya, subjek Z cenderung memendam serta melakukan *self harm* sebagai bentuk coping atas permasalahannya "... kalok masalahnya berat kalok bener bener menekan saya sampek nggak ada ruang tuh saya biasanya self harm" (Z – S3 – B368-373)

Subjek Z kembali menjelaskan alasan mengapa dirinya melakukan *self harm* yaitu dirinya mengalami krisis percaya diri terhadap diri sendiri maupun orang lain "... Jujur saya krisis percaya diri, saya krisis percaya ke orang lain, saya krisis percaya, saya trust issue. Yaudah sendiri lebih enak" (Z – S3 – B390-396). Ketika berada dalam situasi yang dianggap sulit, tentunya subjek Z juga memiliki semangat untuk terus berusaha dengan terus mencoba mengatasi masalah serta berkeyakinan bahwa dirinya harus dapat menolong diri sendiri "(Z – S3 – B423-429). Subjek Z juga menjelaskan bahwa hal terpenting dalam



menyelesaikan persoalan ialah dengan menyiapkan mental terlebih dahulu "Mentalnya dulu sih yang harus siap... mentalnya udah ancur ya rusak semuanya." (Z – S3 – B453-457). Sebab subjek Z pernah mendapati perbuatan yang kurang baik dimana dirinya merasa tidak diterima di mana mana, sehingga membuat dirinya merasa tidak berguna "...Semacam tidak diterima di mana mana. Apakah se useless itu kah aku sampek tidak diterima dimana mana. Dan anyway, kita lahir di kondisi ini tuh kita gatau loh. Kan gak bisa milih" (Z – S3 – B504-513).

Adanya permasalahan yang hadir dalam diri subjek Z membuat dirinya berkeinginan untuk bebas dari adanya beban pikiran. Ia juga menjelaskan bahwa dirinya berjuang dengan *self harm* selama 4 tahun belakangan ini yaitu dimulai dari tahun 2020 hingga dirinya menyadari tengah mengalami PTSD "Hmm kayak lebih pengen bebas dari pikir dan keinginan ku emm. Ini aku tuh berjuang dengan self harm ini udah 4 tahun, jadi dari 2020 akhir tuh menyadari ternyata mentalku bermasalah. Memang ada trauma dari kecil, jadi muncullh PTSD PTSD dari situ ya pemirsa hahaha." (Z – S3 – B533-538). *Self harm* yang dimaksud subjek Z ialah berupa menusuk tangan dengan jarum serta membenturkan kepala ke tembok "Biasanya cuman nusuk tangan pakek jarum dan benturin kepala aja sih" (Z – S3 – B700-701)

Pengalaman hidup dalam perkuliahan subjek Z memang berbeda dengan subjek I dan R, dimana subjek Z beberapa kali mengalami kejadian yang kurang menyenangkan baik berupa perundungan (seperti yang dijelaskan pada studi pendahuluan) serta mengalami pelecehan "lyaa sampek dikata katain di maki maki di forum ya yang emang nggak banyak orangnya. Tapi diteriaki di depan umum kayak gitu sama orang yang bukan siapa siapa itu yahh kek apa sih ini kenapa sih. Belum lagi di kkn sendiri, aku kan kkn di panti kayak rehabilitasi untuk temen temen tunanetra gitu. Nah itu, aku juga masih dapat seksualharrasment juga. Nahh ini sekarang kayak gimana gitu. Jadi pelakunya tuh dari panti juga, anaknya gitu lah. Itu kan tau ya temen temen tunanetra jalhnya pakek tongkat. Nah dia tuh, nyentuh area bokong saya 2 kali. Yang pertama pakek tanganya, Cuma saya diemin karna saya pikir yaudah dia nggak sengaja mungkin. Nah yang kedua dongg, spektakuler pakek tongkat" (Z- S3 – B591-610).

Subjek Z mencoba untuk menyelesaikan permasalahan tersebut dengan membela diri dengan harapan orang yang berada di sekitar dapat membantu dirinya, akan tetapi hal tersebut tidak sesuai dengan yang dipikirkan subjek Z. Ketika mengadu, dirinya di minta untuk diam dan bahkan diminta untuk meminta maaf pada pelaku pelecehan "Dan dari pihak pantinya sendiri, mereka denial dan mereka malah bilang lupain aja kejadian ini. Kalok perlu kamu minta maaf aja karna mukul anak di sini. Yaa saya mukul karna saya buutuh bela

diri yaa buk yaa ceritanya di sini. Yaahhh nggak ngerti lagi deh kayak ee anggep aja ini nggak pernah terjadi demi instansi. Kasian kampusnya mbak, kasian panti ini. Lohh justru kalok ini dibiarin anak anak yang lain yang kasian. kalok korbannya bukan cuma aku giaman” (Z- S3 – B611-623).

Ditengah permasalahan maupun kesulitan yang dialami ketiga subjek tidak mengurungkan semangatnya untuk menjadi mahasiswa berprestasi di tengah kondisi disabilitasnya. Mereka merupakan mahasiswa aktif yang mampu meraih segudang prestasi. Dimana subjek I merupakan mahasiswa disabilitas yang aktif mengikuti kegiatan organisasi “...kalok yang pertama itu di Hima HMP itu dua tahun lah di HMP itu. terus tahun ketiga itu mungkin kemarin sih DPM fakultas.” (I – S1 – B159-167). Selain itu, subjek I juga merupakan atlet lari hingga mengikuti perlombaan paralimpik nasional di papua “di semester tiga itu di tahun 2021 itu saya kepanggil atlet untuk pemusatan latihan di daerah Jawa Timur untuk lomba itu pekan paralimpik nasional di papua” (I – S1 – B184-188). Subjek I menjelaskan bahwa dirinya merupakan atlet lari cepat jarak 100 – 200 meter “Ee saya atlet sprinter ya lari cepat. Lomba yang diikuti ya yang 100 meter 200 meter sama lompat jauh” (I – S1 – B214-216)

Sama halnya dengan subjek R merupakan mahasiswa disabilitas yang aktif mengikuti perlombaan dalam menulis cerpen “Emm jadi kan apa yaa, itu banyak kan kayak lomba puisi FJPN, FCPN cerpen. Nah itu kau ikut kayak gitu gitu. Jadi ya buat nambah kemampuan terus juga nambah nambah sertifikasi... alhamdulillah sih pernah kalok 1 tahun terakhir ini”(R – S2 – B333-343). “Capaian terbesar, alhamdulillah sih ee apa ya ee kalok tergolong juara belum sih. Juara favorit iya hahaha ...” (R – S2 – B395-404). Begitu juga dengan subjek Z merupakan mahasiswi disabilitas menjuarai kompetisi musik serta mengikuti PKM hingga lolos PKM nasional “... kemarin itu ikut bintang radio dan juara dua. Nah kalok yang ini sedang akan mengikuti seleksi internal pekan seni mahasiswa” Z – S3 – B196-202) “lyaa, termasuk PKM juga kemarin, tapi cuman sampek nasional cuman ee cuman nggak nggak masuk nominasi tapi lolos ke nasional gitu aja.” (Z – S3 – B206-209).

## Pembahasan

Setiap manusia dalam mengatasi persoalan tentunya memiliki strategi *coping* yang dijadikan sebagai cara agar mampu mengatasi persoalan yang dapat menjadi stressor. ketiga subjek menunjukkan adanya kesamaan strategi coping yang diambil dalam mengatasi persoalan yaitu yang pertama berupa mengidentifikasi permasalahan. Dalam mengidentifikasi permasalahan ini ketiga subjek mampu memahami faktor yang dapat memicu terjadinya hambatan, sehingga ketiga subjek dapat menentukan cara yang

digunakan sebagai strategi agar terhindar dari stressor (Lazarus & Folkman, dalam Fadlan, 2019). Tidak hanya itu, subjek I dan R juga mampu mengetahui penyebab terjadinya permasalahan. Meskipun kedua subjek mengalami persoalan yang berbeda tapi keduanya mampu memahami penyebabnya. Strategi *coping* kedua yang digunakan oleh ketiga subjek yaitu dengan mengumpulkan strategi lain melalui penyusunan strategi alternatif. Pada subjek I dirinya menyusun strategi dengan membangun beberapa siklus pertamanan tanpa sepengetahuan teman lainnya dengan harapan agar dirinya mampu mendapatkan bantuan jika teman lainnya sedang tidak dapat memberikan pertolongan.

Pada strategi *coping* yang ketiga yaitu mempertimbangkan keuntungan dari strategi yang digunakan, ketiga subjek menunjukkan bahwa mereka mampu mengetahui skala prioritas sebagai bentuk strategi tersebut. Dalam kasus subjek I dan R, keduanya menghadapi persoalan yang berkaitan dengan management waktu. Dimana subjek I terkendala oleh jadwal kegiatan olahraga dengan perkuliahan dalam satu waktu. Subjek I memprioritaskan kegiatan olahraga sebab dari sebelumnya dirinya sudah mendapatkan gaji sebagai tanggung jawab untuk dirinya menyelesaikan kegiatan tersebut. Sedangkan pada kasus subjek R, dirinya menjelaskan bahwa akan mengurangi kegiatan organisasi agar dapat fokus pada perkuliahan sebab dirinya harus mengikuti sidang skripsi sesuai dengan waktu yang di tentukan. Berbeda dengan subjek Z yang dimana dirinya berfokus pada strategi coping untuk menenangkan dirinya. Subjek Z menjelaskan bahwa tidak masalah jika persoalan itu terjadi padanya serta memilih untuk tetap diam. Sebab, subjek beranggapan jika permasalahan tersebut berasal dari dirinya dan dapat menyembuhkan dirinya maka ia tidak masalah jika persoalan itu terjadi

Strategi *coping* yang keempat yaitu berupa pengambilan sebuah tindakan guna mengatasi persoalan maupun hambatan. Dalam hal ini ketiga subjek memilih untuk mereduksi stressor. Ditunjukkan dari ketiganya memiliki cara yang berbeda dalam mereduksi stressor. Subjek I dan R berfokus pada melakukan usaha untuk menyelesaikan stressor. Akan tetapi subjek Z memilih melakukan kegiatan lain yang dapat mencegah keinginannya untuk menyakiti diri sendiri. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil data wawancara bersama *significant others* 1 yang merupakan pendamping subjek Z. Dimana SO1 menjelaskan bahwa subjek Z memiliki persoalan dengan tingkat kecemasannya. Selain dengan mereduksi stressor, ketiganya juga memiliki keberanian dalam mengambil tindakan untuk mengatasi persoalan. Subjek I menjelaskan bahwa dengan berani menghadapi persoalan maka dapat menjadi sarana untuk memahami individu lain terhadap bagaimana mahasiswa tunanetra itu. Begitu juga dengan subjek R dan Z yang memilih untuk terus mencari solusi serta beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Ketiganya juga

berusaha untuk sesegera mungkin menyelesaikan persoalan yang terjadi.

Pada penelitian ini didapatkan beberapa aspek aspek dari *problem focused coping* yang pertama berupa keaktifan diri. Keaktifan diri merupakan langkah yang dilakukan subjek dalam menghilangkan stressor secara langsung (Carver et al., dalam Andriyani, 2019). Adapun langkah yang diambil subjek yaitu dengan menjadi pribadi yang komunikatif. Dalam hal ini subjek I menjelaskan bahwa dirinya memiliki komunikasi yang baik dengan mengkomunikasikan apa yang menjadi hambatannya saat ini sehingga individu lain dapat mengerti dan bisa beradaptasi dengannya. Sama halnya dengan subjek R dan Z, ketika menemui hambatan maupun rintangan dalam perkuliahan dirinya langsung mengkomunikasikan dengan dosen agar mendapatkan solusi yang terbaik atas persoalan yang terjadi.

Sebagai bentuk keaktifan diri dalam menyelesaikan persoalan, subjek I dan R berusaha untuk menambah jam produktif agar mereka dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bayu (dalam Budi et al., 2021) dimana mahasiswa berkebutuhan khusus memiliki rasa tanggung jawab yang besar yang ditunjukkan dengan berusaha mengerjakan tugas tepat waktu untuk mendapatkan hasil yang baik. Tidak hanya itu, ketiganya juga terus melakukan evaluasi sebagai cara untuk mempelajari kesalahan yang terjadi agar tidak terjadi lagi untuk kedepannya. Aspek kedua, yaitu perencanaan yang digunakan sebagai cara dalam mengatasi permasalahan yang dapat menimbulkan stress (Carver et al., dalam Andriyani, 2019). Dalam hal tersebut subjek mengatasi dengan mengikuti program kegiatan pengembangan diri sebagai upaya subjek dalam menyiapkan diri untuk menghadapi stressor. Subjek I dan R mengikuti organisasi dan juga pelatihan. Dimana subjek I mengikuti kegiatan LKMTTD dalam membangun skill untuk memanager waktu serta mengikuti pelatihan microsoft word dan pelatihan komputer untuk penyandang tunanetra. Sejalan dengan hasil penelitian Budi et al., (2021) yang menjelaskan bahwa tidak semua penyandang tunanetra mampu mengoperasikan *microsoft office*. Oleh sebab itu, subjek I mengikuti program pengembangan diri dalam mengoperasikan komputer. Sedangkan, pada subjek R dirinya mengikuti program untuk mengasah skill dalam berbahasa inggris sebagai persiapan untuk melakukan tes Toefl untuk S2.

Selain mengikuti kegiatan pengembangan diri, kedua subjek juga membuat adanya jadwal kegiatan agar setiap kegiatannya dapat terorganisir dengan baik. Dimana subjek I melakukannya dengan meminta bantuan teman dalam menuliskan jadwal kegiatan yang ada agar antara kegiatan satu dengan kegiatan lainnya tidak saling bertabrakan. Begitu halnya dengan subjek R yang membuat notes berisikan kegiatan yang akan dirinya lakukan

dalam waktu dekat ini. Tidak hanya subjek I dan R, subjek Z melalui penjelasan SO1 juga merupakan individu planner yang mencatat jadwal kegiatan yang akan ia lakukan.

Aspek ketiga yaitu peningkatan dalam bersaing guna meningkatkan konsentrasi terhadap tantangan serta berusaha menghindar dari suatu hal yang mengganggu dan bahkan membiarkan beberapa hal terjadi jika memang diperlukan untuk menghadapi stressor (Carver et al., dalam Andriyani, 2019). Dalam hal ini subjek berupaya untuk konsentrasi terhadap tantangan yang ada. Tantangan yang dimaksud adalah kondisi disabilitas yang tengah mereka alami. Ketiga subjek merupakan mahasiswa disabilitas yang memiliki segudang prestasi. Subjek I merupakan olahragawan yang semasa SMA mengikuti kejuaraan kementerian di Solo. Hingga saat ini subjek I merupakan mahasiswa disabilitas yang memiliki prestasi hingga tingkat nasional dalam bidang olahraga. Kemudian subjek Z, merupakan individu yang menyukai kegiatan dalam menulis puisi hingga dirinya mampu memenangkan perlombaan. Serta subjek Z merupakan mahasiswa disabilitas yang memiliki peran sebagai host dalam acara KECE serta seringkali mendapatkan undangan bernyanyi dalam mengisi suatu acara.

Kondisi keterbatasan fisik tidak membuat subjek menyerah, mereka terus memberikan upaya yang terbaik untuk dirinya. Mereka selalu percaya terhadap dirinya sendiri baik dalam management waktu hingga keyakinan bahwa subjek mampu melewati rintangan yang ada dalam kehidupannya. Membahas terkait aspek keempat yaitu terkait kontrol diri. Langkah yang dilakukan oleh subjek I dan R yaitu dengan memberi pengertian. Proses pemberian pengertian ini yaitu berupa memahamkan individu lain terhadap apa itu disabilitas dan bagaimana cara dalam menyikapi mahasiswa dengan tunanetra. Selain itu, ketiga subjek berusaha untuk memahami kemampuan yang dimiliki sebagai bentuk kontrol diri. Baik subjek I, subjek R, dan subjek Z mereka selalu mengupayakan yang terbaik dalam menghadapi persoalan terlebih terkait penugasan perkuliahan. Mereka berusaha semaksimal mungkin agar dapat mengerjakan dengan sebaik – baiknya. Akan tetapi, mereka tidak memaksakan diri dan memahami batasan kemampuan yang dimiliki.

Subjek I dan R juga melakukan kontrol diri dengan memaklumi diri sendiri. Ketika kedua subjek telah berusaha semaksimal mungkin dalam mengerjakan penugasan terlebih yang membutuhkan visual maka jika mendapati hasil penilaian yang kurang baik maka mereka berusaha untuk memaklumi diri sendiri. Selanjutnya bersyukur dan mengalah merupakan cara yang ditempuh oleh subjek I dan Z guna mengontrol dirinya terhadap stressor yang ada. Keduanya berusaha untuk bersyukur atas apa yang terjadi serta mengalah dan mengabaikan stressor. Aspek *problem focused coping* ke lima yaitu berkaitan dengan dukungan sosial instrumental. Dimana subjek memerlukan bantuan

individu lain. Subjek I menyebutkan dirinya bertanya kepada satpam dan kepada teman ketika saat berada di kampus dirinya tidak mengetahui jalan menuju gedung FISH. Selain itu, ketika dirinya tidak memahami penugasan perkuliahan subjek I bertanya kepada kakak. Begitu pula dengan subjek R yang membutuhkan bantuan teman untuk mengarahkannya ke lokasi yang akan ia tuju di lingkungan kampus. Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi proses pemilihan coping yaitu faktor individu dan lingkungan (Fadlan, 2019). Adapun faktor individu yang dapat mempengaruhi pemilihan strategi coping berdasarkan dari data hasil penelitian yaitu terkait kesehatan mental. Semakin baik kondisi mental subjek maka akan cenderung melakukan usaha sebagai bentuk coping dari pada individu dengan kondisi kesehatan mental yang kurang baik.

Melalui hasil data penelitian dapat dikatakan bahwa kondisi kesehatan mental subjek I dan R berada dalam kondisi yang baik. Berbeda dengan subjek Z, ia memiliki tingkat kecemasan yang tinggi sehingga dapat dikatakan bahwa dirinya tengah dalam kondisi mental yang tidak baik baik saja. Hal tersebut di dukung dengan pernyataan SO1 dimana menjelaskan rentang kesehatan mental subjek Z berada pada angka 8 untuk tingkat kecemasannya. Berada dalam kondisi kesehatan mental yang kurang baik membuat Z memilih coping dengan cara *self harm* atau menyakiti dirinya sendiri. Dirinya menyadari bahwa hal tersebut merupakan hal yang salah untuk dilakukan sedangkan dirinya tengah mengalami krisis kepercayaan terhadap siapapun serta menganggap dirinya tidak akan pernah didengar oleh siapapun.

Subjek Z menjelaskan bahwa dirinya menyadari bahwa mentalnya sedang tidak baik baik saja. Subjek menuturkan bahwa dirinya berjuang dengan *self harm* selama 4 tahun belakangan ini. Subjek Z menceritakan bahwa semasa kecil dirinya mengalami trauma sehingga muncul adanya PTSD (Post Traumatic Stress Disorder). Selain itu, subjek Z juga menceritakan bahwa dirinya mengalami perbuatan yang tidak mengenakkan ketika sedang mengikuti kegiatan KKN. Dimana subjek Z mendapatkan perlakuan *sexual harassment* yang dilakukan oleh anak dari tempat subjek melakukan kegiatan KKN. Ketika mendapatkan perlakuan tersebut, dirinya tidak mendapatkan sebuah bantuan dalam menyuarkan perlakuan yang tidak mengenakkan. Subjek bercerita bahwa dirinya berusaha menyuarkan untuk membela dirinya namun pihak tempat subjek KKN memilih untuk meminta subjek berhenti bersuara dan meminta maaf pada pelaku pelecehan seksual dengan alasan subjek telah memukul pelaku menggunakan tongkat. Merasa tidak terdapat individu yang ada di pihaknya sehingga subjek memilih untuk diam dan melakukan *self harm* sebagai coping untuk meredakan stressor. Subjek Z menganggap bahwa *self harm* dapat membuat dirinya merasa tenang. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Asyafina & Salam (2022)

pada para mahasiswa Pekanbaru yang melakukan *self harm* menjelaskan bahwa *self harm* merupakan cara yang dapat menghadirkan ketenangan serta dapat membebaskan diri dari rasa psikologis yang sedang dialami.

Faktor individu selanjutnya yaitu berupa kepribadian. Kepribadian yang dimiliki subjek dapat membedakan strategi yang akan digunakan dalam menghadapi persoalan. Subjek I dan R merupakan individu dengan kepribadian ekstrovert. Mereka mudah berbaur dengan siapapun, sehingga mereka dengan mudah untuk meminta bantuan dengan teman maupun individu lain ketika sedang mengalami suatu hambatan. Sedangkan subjek Z merupakan sebagai individu yang fleksibel dan tidak suka membuat to do list. Tidak hanya itu, faktor yang dapat mempengaruhi coping pada setiap subjek juga ditentukan dari bagaimana keterampilan subjek dalam memecahkan masalah. Hal tersebut meibatkan kemampuan subjek dalam menganalisis sesuatu dengan tujuan mampu mengidentifikasi masalah sehingga dapat menciptakan strategi alternatif (Fadlan, 2019). Berdasarkan hasil data wawancara subjek I dn R memiliki kesamaan keterampilan dalam memecahkan masalah dengan gaya komunikasi yang unformal. Dimana kedua subjek memilih untuk melakukan kegiatan lelucon seperti jokes atau stand up comedy dengan tujuan agar dapat diterima dalam lingkungan pertemanannya.

Kemudian, kematangan emosional juga dapat mempengaruhi individu dalam menciptakan coping. Subjek I dan R memiliki kematangan emosional yang cukup baik dikarenakan dirinya lebih cenderung menghadapi permasalahan yang ada dengan cara tidak takut untuk meminta maaf terlebih dahulu serta memilih untuk tidak mengingat perkataan buruk yang dilontarkan individu lain terhadap dirinya. Berbeda dengan subjek Z yang memilih untuk menghindar ketika mendapati suatu hal yang membuatnya tidak nyaman. Hal tersebut sejalan dengan penjelasan dari Fadlan (2019) bahwa individu dengan kematangan emosional akan berorientasi pada tindakan secara langsung sedangkan individu dengan kematangan emosional yang rendah memilih untk meredakan ketenangan.

Selanjutnya faktor lingkungan. Faktor lingkungan ini berkaitan dengan dukungan sosial, sistem budaya, dan jenis kelamin (Fadlan, 2019). Berdasarkan hasil penelitian dukungan sosial sangat berpengaruh bagi ketiga subjek, mengingat keterbatasan fisik dalam pengelihatan sehingga membuat subjek kesulitan dalam visualnya teruama ketika mendapati tugas dalam bentuk gambar. Terkait sistem budaya, subjek I menjelaskan bahwa dirinya berada di lingkungan dengan tingkatan religius yang tinggi sehingga dirinya memilih untuk beribadah sebagai bentuk menenangkan dirinya. Sedangkan subjek Z menuturkan bahwa adanya rules atau aturan dari alam berupa perlakuan baik berasal dari perilaku yang baik. Selian itu, berdasarkan faktor jenis kelamin berdasarkan data penelitian bahwa SO1

menuturkan subjek I merupakan individu yang tertutup sebagaimana karakteristik yang dimiliki oleh laki – laki, dan subjek Z merupakan individu dalam menyelesaikan permasalahan cenderung menggunakan perasaan sebagaimana perempuan pada umumnya.

## SIMPULAN

Hasil data penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki strategi coping yang sama yaitu dengan mengidentifikasi permasalahan yang terjadi, mengumpulkan strategi lain sebagai bentuk antisipasi subjek dalam menghadapi stressor, mempertimbangkan keuntungan serta strategi yang digunakan melalui penentuan skala prioritas, serta strategi coping berupa bertindak secara langsung terhadap permasalahan. Dimana ketiga subjek bertindak secara langsung dalam menghadapi persoalan dengan mereduksi stressor, berani dalam menghadapi permasalahan, dan sesegera mungkin dalam menyelesaikan konflik.

Peneliti juga mendapati dua faktor yang dapat mempengaruhi subjek mengambil sebuah strategi dalam menyelesaikan masalah yaitu faktor individu dan lingkungan. Dimana faktor individu berupa kesehatan mental, kepribadian, keterampilan dalam memecahkan masalah, serta kematangan emosional. Pada faktor kesehatan mental dan juga kematangan emosional, subjek I dan R menunjukkan bahwa subjek termasuk individu memiliki tingkat kesehatan mental dan emosional yang baik. Berbeda dengan subjek Z yang dimana dirinya memiliki kondisi kesehatan mental dan kematangan emosional yang kurang sehingga coping yang dilakukan oleh subjek Z yaitu berupa *self harm* untuk meredakan stressor yang dialami. Serta faktor lingkungan berupa dukungan sosial yang sangat penting bagi ketiga subjek dalam menghadapi permasalahan yang ada, dan juga sistem budaya serta jenis kelamin yang dapat membedakan subjek dalam membentuk coping.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi coping stres dalam mengatasi problema psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37-55.
- Asyafina, N., & Salam, N. E. (2022). Fenomena Mahasiswa Pelaku Self Harm di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(3), 13930-13936.
- Budi, S., Nurhastuti, I. S. U., Wulandari, N. L., & Jannah, R. N. (2021). Kesiapan Mahasiswa Berkebutuhan Khusus dalam Pembelajaran Daring di Era New Normal. *In Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*, (Vol. 3, pp. 67-71).
- Chairunnisa, S. (2016). *Profil Mahasiswa Berkebutuhan Khusus di IAIN Salatiga* (Doctoral dissertation, IAIN SALATIGA).



- Cresswell, J. W. (2015). *Penelitian kualitatif desain riset: Memilih antara lima pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Fifth Edition: Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Copyright © 2018 by SAGE Publications.
- Dini, P. R., & Iswanto, A. (2019). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 10(2).
- Fadlan, Z. (2019). Hubungan Problem Focused Coping Dengan Academic Stress Pada Siswa Kelas X SMA Negeri Unggul Binaan Kabupaten Bener Meriah. (*Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry Banda*
- Lio, S., & Sembiring, K. (2019). Strategi Coping Mahasiswa Tugas Akhir Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(1), 52-61.
- Manar, M. (2015). Persepsi Mahasiswa Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Penyelenggara Pendidikan Inklusif P (Survei di Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta). (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA*).
- NURUL, H. (2021). Pelayanan Akademik Bagi Mahasiswa Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus Di Universitas Muhammadiyah Jakarta). (*Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA*).
- Ogma, S. O. (2020). Problem-focused coping controls burnout in medical students: The . *Journal of Psychology & Behavioral* , 8(1), 69–79.
- Panjaitan, F. U. (2017). Strategi pembelajaran pendidikan agama islam bagi siswa tuna grahita di Sekolah Menengah Pertama Luar Biasa Negeri pembina tingkat provinsi Sumatera utara. (*Doctoral dissertation, Pascasarjana UIN-SU*).
- Perianto, E. (2016). Minat dan Motivasi Belajar Mahasiswa Berkebutuhan Khusus (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa Tuna Netra). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1).
- Pernantah, P. S., Khadijah, K., Hardian, M., Ibrahim, B., & Khasanah, M. F. (2022). Desain pembelajaran berbasis case study pada mata kuliah pendidikan IPS. *Indonesian Journal of Social Science Education (IJ SSE)*, 4(2), 95-105.
- Raharjo, M. (2017). Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif: Konsep Dan Prosedurnya. *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*.

- Raharjo, S. T., & Prahara, S. A. (2022). Mahasiswa Yang Bekerja: Problem Focused Coping Dengan Academic Burnout. *Jurnal Sudut Pandang (JSP)*.
- Rianto, P. (2020). *Modul Metode Penelitian Kualitatif*. Penerbit Komunikasi Ull.
- Risna, I. G. A. A. I., Devi, P., & Nurchayati, N. (2021). PENYESUAIAN DIRI PEREMPUAN BALI TURUN KASTA. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 10(3), 368-390.
- Soeratman, S. (2017). PENDIDIKAN ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS.
- Suardiantari, L. N., & Rustika, I. M. (2019). Peran kecerdasan emosional dan efikasi diri terhadap problem focused coping pada mahasiswa prelinik Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(3), 99-110.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. *Alfabeta*.
- Tarwiyati, H. (2013). Hubungan antara tingkat problem focused coping dengan tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Gresik. *Jurnal Psikosains*, 6(1), 63–80.
- Vidyaputri, Y. X., Zefanya, N., & Hestyanti, Y. R. (2022). GAMBARAN STRATEGI COPING PADA MAHASISWA YANG MENGALAMI ACADEMIC BURNOUT DI MASA PANDEMI. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(3), 606-614.