

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *SELF-CONTROL* DENGAN KECENDERUNGAN PENGGUNAAN STRATEGI *COPING* PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING DI UNIVERSITAS LAMPUNG ANGGARAN 2022

Oleh

WIDYA AMALIA SILVY

Permasalahan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung Angkatan 2022, memiliki kecenderungan *strategi coping* yang rendah. Seperti kesulitan mengelola stress dan tekanan akademik yang mengakibatkan pada perilaku yang kurang adaptif (menghindari diri dari kegiatan sosial, penundaan mengerjakan tugas, dan perilaku menghindar). Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *self-control* dengan kecenderungan penggunaan strategi *coping* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung Angkatan 2022. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung Angkatan 2022. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen berupa Skala *Self-Control* dan Skala Strategi *Coping* dengan Skala Likert. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *Product Moment* (Pearson). Penelitian kuantitatif korelasional ini menggunakan Skala *Self-Control* dan Skala Strategi *Coping* sebagai instrumen pengumpulan data. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-control* dengan strategi *coping*. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah $r = 0,499$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai korelasi ini termasuk dalam kategori cukup kuat (0,40–0,599).

Kata Kunci: *Self-Control*, Strategi *Coping*, Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND THE TENDENCY TO USE COPING STRATEGIES AMONG GUIDANCE AND COUNSELING STUDENT AT THE UNIVERSITY OF LAMPUNG, CLASS OF 2022

By

WIDYA AMALIA SILVY

The problem in this study is that Guidance and Counseling students of the Faculty of Teacher Training and Education, University of Lampung, Class of 2022, have a tendency to use low coping strategies. Such as difficulty managing stress and academic pressure which results in less adaptive behavior (avoiding social activities, delaying assignments, and avoidance behavior). This study aims to examine the relationship between self-control and the tendency to use coping strategies in Guidance and Counseling Students of the University of Lampung, Class of 2022. The research method used is quantitative correlation. The research subjects were students of the Guidance and Counseling Study Program, University of Lampung, Class of 2022. Data collection was carried out using instruments in the form of a Self-Control Scale and a Coping Strategy Scale with a Likert Scale. The data analysis technique used is the Product Moment correlation test (Pearson). This quantitative correlational study uses the Self-Control Scale and the Coping Strategy Scale as data collection instruments. The results of the hypothesis test show that there is a significant relationship between self-control and coping strategies. The correlation coefficient value obtained was $r = 0.499$ with a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This correlation value is included in the fairly strong category (0.40–0.599).

Keywords: *Self-Control, Coping Strategies, Guidance and Counseling Students*