

HUBUNGAN COPING STRESS DAN MOTIVASI BELAJAR TARUNA DI PENDIDIKAN VOKASI PELAYARAN DAN FORMULASI KEBIJAKANNYA

D Purwiyanto *, A Purwanto, B A Setiono and Sudirman

Fakultas Vokasi Pelayaran, Universitas Hang Tuah, Surabaya, Indonesia, 60111

email: didik.purwiyanto@hangtuah.ac.id

Submitte: 25 April 2025; Review: 19 Juni 2025; Published 30 Juli 2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara coping stres dan motivasi belajar taruna dalam Pendidikan Maritim Vokasional serta merumuskan kebijakan yang relevan. Populasi penelitian ini terdiri dari 95 taruna tahun pertama di Fakultas Vokasi Pelayaran. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh, di mana seluruh 95 taruna menjadi partisipan penelitian. Metode pengumpulan data mencakup kuesioner, observasi, dan wawancara. Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi berganda, dengan pengujian hipotesis melalui uji t dan uji F. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Emotion-Focused Coping tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar jika dianalisis secara terpisah. Namun, Problem-Focused Coping memiliki dampak yang signifikan terhadap motivasi belajar. Ketika kedua strategi coping dipertimbangkan secara simultan, keduanya berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar taruna. Berdasarkan temuan ini, penelitian ini menyarankan perlunya kebijakan yang komprehensif untuk membantu taruna dalam mengelola stres. Kebijakan tersebut mencakup penyediaan layanan bimbingan dan konseling serta pengembangan program pelatihan manajemen stres yang efektif guna meningkatkan kesejahteraan taruna, mengurangi angka putus kuliah, dan meningkatkan motivasi belajar. Implementasi kebijakan ini diharapkan dapat mendukung taruna dalam mencapai kinerja akademik yang optimal dan menyelesaikan pendidikan tepat waktu.

Kata Kunci: coping stres; motivasi belajar; perumusan kebijakan.

Abstract

This study aims to analyze the relationship between stress coping and cadets' learning motivation in Vocational Maritime Education and to formulate relevant policies. The study population consisted of 95 first-year cadets' at the Vocational Faculty of Maritime. The sampling technique used was saturated sampling, where all 95 cadets' became research participants. Data collection methods included questionnaires, observations, and interviews. Data analysis was conducted using multiple regression analysis, with hypothesis testing performed using t-tests and F-tests. The results showed that Emotion-Focused Coping did not significantly affect learning motivation when analyzed separately. However, Problem-Focused Coping had a significant impact on learning motivation. When considered simultaneously, both coping strategies significantly influenced cadets' learning motivation. Based on these findings, this study suggests the necessity of a comprehensive policy to help cadets' manage stress. This includes providing guidance and counseling services and developing effective stress management training programs to enhance cadets' well-being, reduce dropout rates, and increase learning motivation. Implementing these policies is expected to support cadets' in achieving optimal academic performance and completing their education on time.

Keywords: stress coping; learning motivation; policy formulation.



PENDAHULUAN

Institusi pendidikan diberi mandat untuk mengelola pembangunan pendidikan sejalan dengan implementasi Nawacita Bapak Presiden melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Departemen Perhubungan menyadari tren global terkait kemajuan teknologi, perubahan sosial budaya, perubahan lingkungan dan perbedaan masa depan pekerjaan di semua tingkat pendidikan. Pendidikan Vokasi pelayaran merupakan lembaga pendidikan tinggi yang mempersiapkan taruna untuk keterampilan terapan khusus di bidang maritim. Perubahan tuntutan era global menjadikan pendidikan tinggi vokasi mempunyai peran strategis sehingga menjadi garda terdepan dalam keamanan kerja. Meskipun pendidikan vokasi sebelumnya kurang begitu diminati dalam dunia pendidikan. Hal ini karena tujuan pendidikan vokasi itu sendiri: mempersiapkan lulusan menghadapi tantangan dunia kerja (Avis, Orr & Warmington, 2017). Pendidikan tinggi vokasi bertujuan untuk menghasilkan lulusan yang mempunyai kemampuan ilmu pengetahuan dan teknologi, mandiri, berkualitas dan terlatih serta memenuhi persyaratan industri dan dunia kerja.

Persaingan yang cukup ketat dan kompetitif antar Perguruan Tinggi saat ini sangat jelas terasa, semenjak Perguruan Tinggi Negeri (PTN) berubah menjadi Perguruan Tinggi Negeri Berbadan Hukum (PTNBH) yang ending-nya menyerap begitu besar calon mahasiswa, belum lagi Akademi Pelayaran Negeri yang kemudian membuka jalur pendaftaran Reguler dan jalur Non Reguler (Mandiri) yang terdiri dari beberapa gelombang sehingga daya serap calon taruna pada jalur tersebut begitu besar. Ditengah Perubahan Peraturan yang diterapkan oleh pemerintah terkait Penyelenggaraan Pendidikan dan persaingan antar perguruan tinggi baik Negeri maupun Swasta, memaksa Perguruan Tinggi Swasta untuk dapat berinovasi dan melakukan perubahan strategi untuk dapat tetap eksis.

Tabel 1. Data mahasiswa kurun waktu 3 tahun terakhir

No	Program Studi	Jumlah		
		202	202	2023
1	Teknologi Rekayasa Operasi Kapal (TROK)	4	4	4
2	Teknologi Rekayasa Permesinan Kapal (TRPK)	3	3	2
3	Manajemen Pelabuhan Logistik dan Maritim	3	3	3
		11	11	106

Sumber data diolah oleh Peneliti tahun 2024

Pada tabel diatas dijelaskan bahwa tren jumlah taruna Fakultas Vokasi Pelayaran dalam 3 tahun terakhir mengalami penurunan, pada tahun 2021 total taruna yang masuk pada 3 proogram studi adalah sebanyak 113, pada tahun 2022 sebanyak 115 dan pada tahun 2023 sebanyak 106.

Fakultas Vokasi Pelayaran Universitas Hang Tuah (FVP-UHT) adalah mendidik dan melatih taruna untuk menjadi perwira pelayaran niaga yang memiliki kompetensi sebagai perwira jaga navigasi (TROK), bidang keahlian mesin kapal (TRPK) serta ahli ketatalaksanaan pelayaran niaga (MPLM) yang berdedikasi, beretika dan disiplin. Model pendidikannya semi militer dengan kolaborasi pengajar dan instruktur baik dari Akademisi, Praktisi dan TNI-AL.

Tabel 2. Data mahasiswa berdasarkan status kurun waktu 3 tahun terakhir

No	Program Studi	2021		2022		2023	
		Masuk	Keluar	Masuk	Keluar	Masuk	Keluar
1	Teknologi Rekayasa Operasi Kapal (TROK)	48	15	42	6	46	4
2	Teknologi Rekayasa Permesinan Kapal (TRPK)	32	8	38	17	25	2
3	Manajemen Pelabuhan Logistik & Maritim (MPLM)	33	17	35	7	35	5
		113	40	115	30	106	11

Sumber data diolah oleh Peneliti tahun 2024



[Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional.](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Pada tabel diatas dijelaskan bahwa pada tahun 2021 total taruna yang keluar pada 3 program studi adalah sebanyak 40, pada tahun 2022 sebanyak 30 dan pada tahun 2023 sebanyak 11. Pada setiap tahunnya dipastikan terdapat status mahasiswa keluar dan terbanyak pada tahun 2021 adalah 40 taruna.

Motivasi belajar ada dua jenis, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi yang berasal dari dalam diri sendiri, dan motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang berasal dari luar lingkungan. Motivasi juga dibagi menjadi beberapa komponen diantaranya adalah komponen emosional, komponen nilai dan komponen harapan. Faktor agar motivasi belajar optimal adalah cita-cita, keterampilan belajar, status siswa, kondisi lingkungan, faktor dinamika dalam belajar, dan usaha guru dalam belajar siswa, Darsono (2000). Karena beberapa faktor tersebut tidak dipenuhi oleh taruna, mereka merasa terbebani dan stres, sehingga juga berdampak pada menurunnya motivasi belajarnya. Banyak kejadian tersebut yang mengakibatkan taruna tidak dapat melanjutkan belajar atau tidak menunjukkan keinginan untuk belajar. Stres merupakan suatu tekanan internal yang menghalangi seseorang untuk mencapai atau mencapai apa yang diinginkannya. Walaupun stres pada umumnya dianggap mempunyai dampak negatif, namun stres juga dapat menimbulkan dampak positif, tergantung dari berbagai karakteristik setiap siswa yang menentukan respon siswa terhadap sumber stres tersebut.

Ada beberapa cara untuk mengatasi stres, salah satunya dengan manajemen stres. Coping dalam arti psikologis adalah kemampuan individu dalam mengatasi stres. Menurut Lazarus (Prayascitta, 2010), manajemen stres diartikan sebagai kemampuan untuk terus-menerus mengubah kemampuan kognitif dan perilaku untuk memenuhi tuntutan eksternal dan internal. Secara khusus, stres yang dirasakan dan di luar kemampuan individu dapat melemahkan. Menurut Lazarus & Folkman (1976, Rahmayanti, 2010), gaya coping berbasis tujuan individu dapat dibagi menjadi dua bagian utama: coping yang berfokus pada masalah dan coping yang berfokus pada emosi.

Mengatasi masalah yang terfokus adalah strategi di mana individu mengendalikan masalah yang mereka hadapi untuk mengurangi tuntutan situasi stres. Sedangkan coping yang berfokus pada emosi adalah strategi di mana pikiran dan tindakan individu bertujuan untuk mengatasi emosi langsung yang timbul dari situasi stres (Rahmayanti, 2010). Menurut Lenjeli (2012), ada beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen stres, adalah kesehatan fisik, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan dan pola pikir positif, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan dukungan materi. Apabila masalah atau kendala tersebut tidak dapat diatasi dengan baik dan efektif, maka akan memberikan dampak yang negatif yang pada akhirnya menimbulkan stress dan dapat mengganggu kestabilan emosi selama menjalankan tugas-tugas perkuliahan (Dena Noor Apriliana, 2021). Secara fisiologis, dapat mempengaruhi kualitas tidur, menyebabkan gangguan dan kelelahan, sehingga mengurangi kehidupan individu, kepuasan dan rasa kesejahteraan yang merusak fungsi social, menyebabkan penurunan keterampilan social, dan kemampuan komunikasi interpersonal (Jun Zhang et al, 2025).

Dari dampak stres yang dialami tersebut bagaimanakah langkah-langkah Pimpinan Fakultas maupun Universitas dapat memfasilitasi taruna yang sedang melaksanakan kuliah yang mengalami stres dalam perjalanan studinya, stres yang tidak mampu dikendalikan dan diatasi oleh individu akan memunculkan dampak negative secara kognitif, emosional, fisiologis dan perilaku (Wijaya, Y., & Ramadhani, M. 2023). Disini peran dari Fakultas sangatlah penting, dimana Fakultas bisa memberikan bantuan berupa bimbingan konseling seperti yang ada pada Pendidikan Dasar. Lembaga yang dapat menampung aspirasi, keluhan ataupun masalah serta memberikan solusi masalah yang dialami oleh Para mahasiswa. Stres yang dialami mahasiswa sangat mempengaruhi proses perkuliahan, mulai dari tidak melanjutkan studi, takut dengan dosen pembimbing, hingga sampai dengan *drop out*. Taruna yang mampu menggunakan strategi manajemen stres secara tepat dan optimal dapat mengurangi stres dan memaksimalkan motivasi belajar. Hal ini membantu mengurangi stres dan meningkatkan motivasi belajar mereka. Tujuan penulis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui, “Apakah ada hubungan antara coping stress dengan motivasi belajar pada taruna di Fakultas Vokasi Pelayaran?” tentunya dengan harapan manfaat dalam penelitian ini adalah membantu taruna mengurangi stres, meningkatkan



motivasi, lulus tepat waktu, dan terhindar dari hal-hal sulit, serta kondisi yang tidak kita inginkan adalah taruna mengalami hal seperti tidak bisa melanjutkan studi di kampus. Dalam pelaksanaan penelitian ini melibatkan taruna yang akan membantu peneliti.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif, Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara coping stress dengan motivasi belajar taruna di Pendidikan Vokasi Pelayaran serta merumuskan kebijakan yang relevan. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian ini dengan menggunakan skala likert.

Dalam penelitian ini, populasinya yaitu Taruna tingkat 1 Program Studi TROK, TRPK dan MPLM semester 1 Fakultas Vokasi Pelayaran UHT dan jumlah taruna 3 prodi adalah 95 taruna yang terdiri dari Prodi TROK sebanyak 42 taruna, prodi TRPK sebanyak 23 taruna dan prodi MPLM sebanyak 30 taruna, menjadikan jumlah populasi di penelitian ini, dan sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi dengan menggunakan sampling jenuh.

Dalam menganalisis data pada penelitian ini yang digunakan adalah SPSS Statistics 26 sebagai alat pengolah data. Metode statistik yang digunakan meliputi analisis statistik deskriptif dan analisis korelasi *product moment Pearson*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner, observasi dan wawancara. Analisis data dengan Regresi, uji hipotesis menggunakan uji t dan uji F.

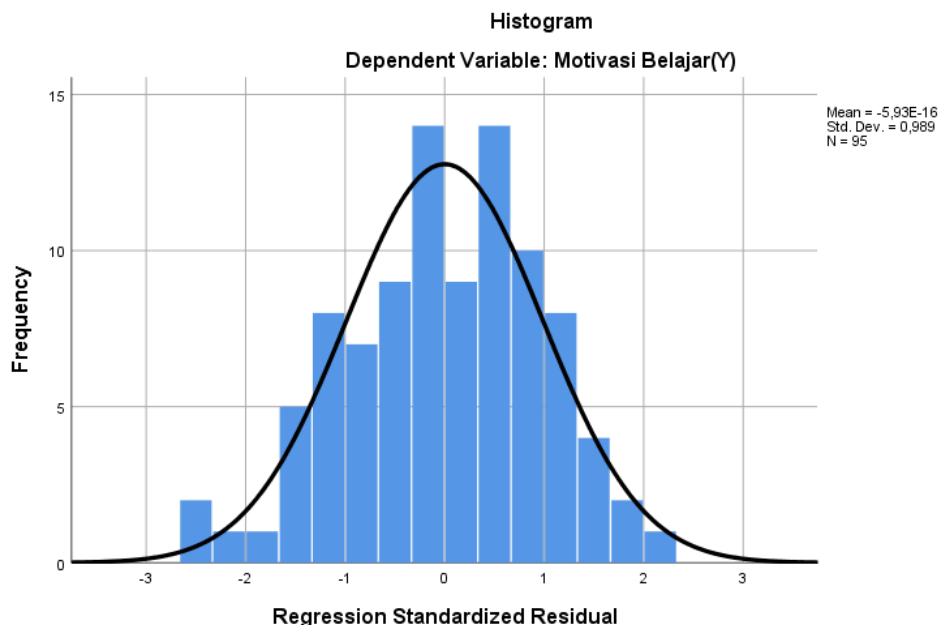
Instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala strategi coping stress dan skala motivasi belajar. Peneliti menyusun skala strategi coping stress berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984) yang terdiri dari delapan indikator yaitu confrontative coping, planful problem-solving, seeking social support, self controlling, escape avoidance, accepting responsibility, positive reappraisal, dan juga distancing. Kuesioner ini berbentuk model skala likert dengan rentang pilihan jawaban: Tidak pernah, Jarang, Kadang-kadang, Sering dan Selalu. Instrumen ini terdiri dari pernyataan-pertanyaan yang menggambarkan masing masing indikator.

Sedangkan skala motivasi belajar peneliti susun berdasar teori Sadirman yang terdiri dari dua dimensi yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Indikator motivasi intrinsik adalah: a) mempunyai minat terhadap sesuatu, b) memiliki kebutuhan untuk mencapai tujuan, c) adanya rasa senang saat mengerjakan suatu hal, d) serta memiliki rasa ingin tahu terhadap sesuatu. Indikator untuk motivasi ekstrinsik diantaranya yaitu: 1) berharap mendapatkan pujian atau hadiah dari orang lain, 2) tekanan sosial seperti pengaruh teman sebaya, 3) dan juga adanya hukuman memberi pengaruh dalam melakukan sesuatu. Kuesioner ini menggunakan skala likert dengan rentang pilihan jawaban: Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Instrumen ini terdiri dari pernyataan-pertanyaan yang menggambarkan masing masing indikator.

Universitas Hang Tuah belum mempunyai kebijakan mengatasi mahasiswa yang mengalami Beberapa faktor permasalahan akademik yang membuat taruna tersebut mengalami kendala dalam proses belajar mengajar yang berujung hingga tidak melanjutkan pendidikan di Fakultas Vokasi Pelayaran. Perumusan Kebijakan untuk mengatasi problem mahasiswa, standar Akreditasi dari BAN-PT, Peraturan Tata Tertib Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Universitas Hang Tuah, Peraturan Akademik FVP.

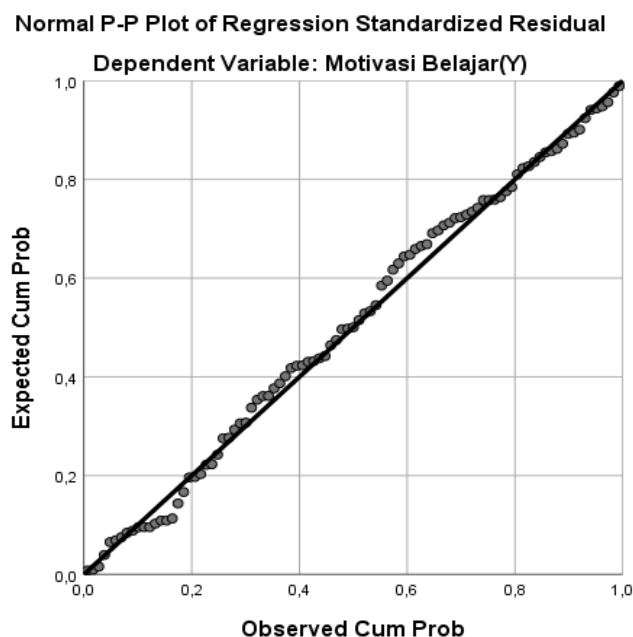
HASIL

Hasil Uji Normalitas



Gambar 2. Histogram

Berdasarkan histogram di atas, distribusi data berada di bawah lekungan dan lekungan membentuk seperti lonceng. Hal ini berarti bahwa distribusi data adalah normal, untuk menguatkan hasil di atas, dilakukan uji melalui grafik P-P Plot di bawah ini:



Gambar 3. Normal P-Plot

Berdasarkan hasil uji melalui grafik P-P Plot di atas, terlihat bahwa titik-titik menyebar lurus di dekat garis diagonal, sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian sudah terdistribusi normal.

Untuk menguatkan kedua hasil di atas, dilakukan pengujian melalui Uji One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Uji normalitas dilakukan dengan menguji nilai unstandardized residual (selisih nilai prediksi dengan nilai sebenarnya) model regresi menggunakan Uji One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Data dikatakan normal apabila nilai signifikansinya lebih besar dari 0,05.

Table 3. Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov-Smirnov Test
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		95
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	16,06514594
Most Extreme Differences	Absolute	,058
	Positive	,058
	Negative	-,056
Test Statistic		,058
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Hasil uji normalitas dapat dilihat pada di atas yang menunjukkan nilai signifikansi 0,200 (lebih besar dari 0,05) sehingga data dikatakan terdistribusi normal.

Hasil Uji Multikolinieritas

Uji Multikolinieritas dilakukan dengan membandingkan nilai toleransi (*tolerance value*) dan nilai *variance factor* (VIF) dengan nilai yang disyaratkan. Nilai yang disyaratkan bagi nilai toleransi adalah lebih besar dari 0,01 dan untuk nilai VIF kurang dari 10 (Nasution, 2020) berikut adalah perhitungan uji multikolinieritas.

Tabel 4. Hasil Uji Multikolinieritas Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	143,367	17,400		8,239	,000		
Emotion Focus(X1)	,331	,207	,169	1,597	,114	,703	1,422
Problem Focus(X2)	1,475	,377	,414	3,913	,000	,703	1,422

a. Dependent Variable: Motivasi Belajar(Y)

Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai toleransi adalah lebih dari 0,1 dan untuk nilai VIF kurang dari 10. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinearitas pada data penelitian.

Hasil Uji Regresi Linier Berganda



Teknik analisis yang digunakan selanjutnya adalah regresi berganda. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 26 yang dalam perhitungannya diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	143,367	17,400		8,239	,000		
Emotion Focus(X1)	,331	,207	,169	1,597	,114	,703	1,422
Problem Focus(X2)	1,475	,377	,414	3,913	,000	,703	1,422

a. Dependent Variable: Motivasi Belajar(Y)

Dari tabel diatas, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 143,367 + 0,331 X1 + 1,475 X2$$

Rumus diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Nilai konstanta 143,367 menunjukkan bahwa apabila *Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping* sebesar 0, maka Motivasi Belajar adalah sebesar 143,367.
2. Nilai koefisien *Emotion Focus Coping* sebesar 0,331 nilai positif. Hal ini dapat diartikan bahwa setiap terjadinya peningkatan sebesar 1 kali maka Motivasi Belajar meningkat sebesar 0,331.
3. Nilai koefisien *Problem Focus Coping* sebesar 1,475 nilai positif. Hal ini dapat diartikan bahwa setiap terjadinya peningkatan sebesar 1 kali maka Motivasi Belajar meningkat sebesar 1,475.

Hasil Uji Parsial (t-test)

Penggunaan uji t adalah mengetahui dari variabel dependen. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS, yang mana pengujian dilakukan dalam signifikan level 0,05 ($\alpha = 5\%$). Adapun kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Parsial

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	143,367	17,400		8,239	,000		
Emotion Focus(X1)	,331	,207	,169	1,597	,114	,703	1,422
Problem Focus(X2)	1,475	,377	,414	3,913	,000	,703	1,422

a. Dependent Variable: Motivasi Belajar (Y)

Hasil perhitungan diatas dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Variabel *Emotion Focus Coping* memiliki nilai sebesar 0,114 lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa secara parsial memiliki pengaruh tidak signifikan terhadap Motivasi Belajar.

- b. Variabel *Problem Focus Coping* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa secara parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Motivasi Belajar.

Hasil Uji F

Table 7. Hasil Uji F
ANOVA^a

	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	9248,274	2	4624,137	17,536	,000 ^b
	Residual	24260,358	92	263,700		
	Total	33508,632	94			

a. Dependent Variable: Motivasi Belajar(Y)
b. Predictors: (Constant), Problem Focus(X2), Emotion Focus(X1)

Berdasarkan tabel diatas hasil Uji F diatas, dapat diketahui bahwa secara bersama-sama (simultan) hal ini menunjukkan bahwa memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Motivasi Belajar yang mana nilai signifikansi-nya sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05.

Hasil Koefisien Determinasi

Tabel 8 . Hasil Koefisien Determinasi
Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics F Change	df 1	df 2	Sig. F Change
1	,525 ^a	,276	,260	16,239	,276	17,536	2	92	,000

a. Predictors: (Constant), Problem Focus(X2), Emotion Focus(X1)
b. Dependent Variable: Motivasi Belajar(Y)

Dari hasil uji di atas, diperoleh nilai R^2 sebesar 0,260 atau 26%. Hal ini menunjukkan bahwa Motivasi Belajar dapat dipengaruhi sebesar 26% oleh variabel independen yaitu *Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping*. Sedangkan 74% Motivasi Belajar dipengaruhi oleh variabel-variabel lain diluar model penelitian yang digunakan pada penelitian ini.

Formulasi kebijakan *Coping Stress* di Fakultas Vokasi Pelayaran

Formulasi kebijakan *Coping Stress* dengan menggunakan Model Teori Proses menurut Thomas R Dye, meliputi: a) identifikasi permasalahan, b) menata agenda formulasi kebijakan, c) perumusan proposal kebijakan, d) legitimasi kebijakan, e) implementasi kebijakan, dan f) evaluasi kebijakan. Dalam penelitian ini, menggunakan model teori Proses tersebut hanya sampai pada tahap legitimasi kebijakan (formulasi kebijakan). Peneliti memfokuskan mengenai Formulasi kebijakan *Coping Stress* di Fakultas Vokasi Pelayaran Universitas Hang Tuah.

Berikut Formulasi kebijakan *Coping Stress* di Fakultas Vokasi Pelayaran menurut Thomas R Dye, adalah:

a. Identifikasi Masalah

Mengemukakan tuntutan atau masalah agar pemerintah (pimpinan) mengambil tindakan.



Mencari isu-isu yang terjadi, permasalahan apa saja yang dihadapi oleh mahasiswa yang akan dimunculkan agar pimpinan bisa memberikan solusi dalam suatu kebijakan. mencari permasalahan yang terjadi pada mahasiswa yang mengalami stres.

Dalam kegiatan Tridharma yang dilakukan oleh Fakultas Vokasi Pelayaran yaitu Bidang Pendidikan, Penelitian serta Pengabdian Masyarakat khususnya pada bidang pendidikan yang menerapkan pola asuh ala semi militer sehingga selain kegiatan perkuliahan mahasiswa yang dalam dunia pendidikan pelayaran disebut sebagai taruna mempunyai wadah organisasi ketarunaan yang disebut Batalyon. Organisasi batalyon memiliki berbagai macam kegiatan di dalam kampus yang wajib diikuti oleh taruna, yang kenyataannya adalah kegiatan perkuliahan dan kegiatan batalyon menjadikan masalah bagi beberapa taruna terkait manajemen waktu, kesehatan, stamina dan pola hidup di lingkungan kampus terutama sangat dirasakan oleh taruna pada tingkat awal yang pada masa mereka adalah merupakan masa penyesuaian dan adaptasi ke lingkungan baru. Berdasarkan pengamatan beberapa dosen yang mengeluhkan saat pelaksanaan perkuliahan berlangsung banyak taruna kurang fokus bahkan terlihat kecapean sehingga kegiatan belajar mengajar tidak maksimal.

b. Menata agenda formulasi kebijakan

Sebuah Fase dan proses yang sangat strategis dalam realitas kebijakan publik, dalam proses ini ialah ada ruang untuk memaknai apa yang disebut sebagai masalah publik, serta memutuskan isu apa yang dipilih dan permasalahan apa yang hendak dikemukakan.

Menghadiri kuliah berarti berdedikasi dalam menekuni kegiatan belajar sehari-hari sekaligus memberikan ruang bagi taruna untuk bereksplorasi sebanyak-banyaknya. Persyaratan ini tidak mudah, banyaknya taruna yang mengeluhkan adanya beberapa faktor yang menyebabkan taruna tidak dapat menyelesaikan tugasnya tepat waktu, karena aktivitas lain di batalyon otomatis mempengaruhi penyelesaian tugasnya. Beberapa taruna yang merasa lelah saat mengikuti perkuliahan, dan perhatiannya teralihkan. Pada pagi hari aktivitas batalyon menguras energi mereka dan membuat banyak orang mengantuk. Untuk memenuhi syarat kelulusan setiap semester, taruna harus menyelesaikan tugas dari Dosen, keaktifan didalam perkuliahan, ikut ujian tengah (UTS) dan ujian akhir semester (UAS). Umumnya, ketika merencanakan perjalanan studi, taruna memiliki harapan lulus dan dapat tepat waktu menyelesaikan pendidikan

c. Perumusan proposal kebijakan

Pengembangan kebijakan yang efektif dan dapat diterima untuk mengatasi masalah yang telah ditempatkan dalam agenda kebijakan. Universitas Hang Tuah telah mengakomodir terkait Hak dan Kewajiban Kehidupan di Kampus melalui Skep Rektor Nomor : Kep/164/UHT.0/VII/2021 tentang Peraturan Tata Tertib Kehidupan Kampus bagi Mahasiswa Universitas Hang Tuah, yang kemudian diturunkan melalui Peraturan Akademik Fakultas Vokasi Pelayaran. Dalam Struktur Organisasi Fakultas Vokasi Pelayaran telah terwadahi pada Unit Etika, Bimbingan dan Konseling berdasarkan Skep Rektor No : Kep/338/UHT.A0/X/2022.

d. Legitimasi kebijakan

Masalah yang sudah masuk dalam agenda kebijakan kemudian dibahas oleh para pembuat kebijakan. Masalah-masalah tersebut didefinisikan untuk kemudian dicari pemecahan masalah yang terbaik. Pemecahan masalah tersebut bisa berasal dari berbagai alternative atau pilihan kebijakan yang ada.

Dosen wali berperan dalam membantu menyelesaikan Masalah akademik taruna, akan tetapi ada Unit-unit yang sudah terwadahi dalam struktur organisasi Fakultas Vokasi Pelayaran yang bisa jadi tugas dan fungsinya adalah serupa. Bimbingan konseling belum dilakukan secara efektif, disamping Dosen Wali sebagai pendamping taruna selama melakukan pendidikan di fakultas Vokasi Pelayaran ada unit didalam struktur organisasi yang memiliki peran yang hampir sama adalah Unit Pusat Bimbingan Mental dan Unit Pembinaan Taruna.

PEMBAHASAN

Hubungan Coping Stress dan Motivasi Belajar Taruna di Pendidikan Vokasi Pelayaran

1. *Emotion Focus Coping* berpengaruh tidak signifikan secara parsial terhadap Motivasi Belajar di Pendidikan Vokasi Pelayaran.

Hasil penelitian membuktikan bahwa Variabel *Emotion Focus Coping* memiliki nilai sebesar 0,114 lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa secara parsial memiliki pengaruh tidak signifikan terhadap Motivasi Belajar. Hal ini mengindikasikan bahwa apabila pengaruh Coping Stress pada variabel tersebut rendah maka berpengaruh terhadap motivasi belajar taruna di fakultas vokasi pelayaran.

Lazarus dan Folkman (2014: 143) mendefinisikan coping sebagai sesuatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan, baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi stress.

Pendidikan di Fakultas Vokasi Pelayaran adalah mendidik dan melatih taruna yang berdedikasi, beretika dan disiplin, dengan model pendidikannya semi militer dengan kolaborasi pengajar dan instruktur baik dari akademisi, Praktisi dan TNI-AL. Pendidikan semi militer merupakan salah satu kegiatan di fakultas vokasi pelayaran yang bertujuan membentuk sikap dan perilaku taruna, artinya semi militer berfungsi untuk membentuk sikap dan perilaku taruna dalam kehidupan sehari-hari dengan menerapkan dan mentaati tata tertib yang berlaku di fakultas vokasi pelayaran. Hal ini adalah linier dengan tuntutan pekerjaan mereka disaat berada diatas kapal maupun di linkup kepelabuhanan yang memerlukan ketelitian, ketekunan serta mental yang kuat.

Taruna yang baru masuk adalah mayoritas dari sekolah-sekolah umum baik dari SMA/SMAN, SMK serta dari jurusan yang lain, yang belum mengenal pendidikan yang disiplin ala semi militer, sehingga sebagian dari mereka memerlukan penyesuaian terhadap lingkungan baru. Pola kegiatan-kegiatan yang terjadwal dan tersusun dari Kegiatan Perkuliahan maupun kegiatan Batalyon membuat taruna harus dapat adaptif, sehingga dari sini menimbulkan kecenderungan menjadi rentan terjadinya stress. Di sisi lain adanya pembedaan istilah junior dan senior menambah tekanan tersendiri bagi taruna baru saat melakukan pendidikan di vokasi pelayaran. Stres merupakan suatu respon yang tidak menyenangkan, suatu keadaan dan tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya dan dapat berpengaruh pada kondisi mental dan psikis seseorang. Stres dapat terjadi jika orang tidak dapat mengatasi problem yang disebabkan karena tekanan yang mereka alami.

Dari penyebaran skor pada variabel *Emotion Focus Coping* yang menarik untuk diamati adalah pada indikator Menerima Tanggung Jawab, dari 95 responden dengan nilai rata-rata 2,17 menyatakan bahwa mereka sering kecewa dengan keadaan yang membuat mereka stress, artinya bahwa pada taruna tingkat 1 beberapa dari mereka adalah masih belum bisa menerima keadaan dan lingkungan baru sehingga menimbulkan stres. Kemudian dari 95 responden dengan nilai rata-rata 2,96 menyatakan bahwa mereka sering menyalahkan keadaan yang ada, ketika menghadapi situasi yang membuat nya stress, yang artinya adalah sebenarnya mereka merasa belum siap menghadapi situasi-situasi baru yang belum pernah mereka temui dan mereka beranggapan bahwa hal itu membuat nya tidak nyaman sehingga menimbulkan stress.

Pada Indikator Lari atau penghindaran, mereka menyatakan bahwa berkhayal seandainya saja mereka berada pada situasi yang lebih menyenangkan dan mereka membayangkan sedang tidak berada ditempat sumber masalah ketika merasa sangat tertekan, artinya bahwa mereka tidak percaya diri, merasa tidak siap, ingin lepas dari tanggung jawab hingga merasa tertekan.

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwasannya ada beberapa taruna masih belum mampu mengelola emotion focus coping dalam dirinya sehingga sangat berpengaruh didalam motivasi

belajar. Tempat baru, lingkungan baru, budaya baru serta kebiasaan baru sangat berdampak bagi taruna tingkat 1 di fakultas vokasi pelayaran. Sesuatu yang belum pernah mereka temui dan lakukan dari kegiatan-kegiatan perkuliahan maupun batalyon menjadikan masalah tersendiri bagi taruna sehingga berdampak pada motivasi belajar yang mengakibatkan penurunan hasil belajar bahkan sampai dengan mengundurkan diri dari fakultas vokasi pelayaran.

2. ***Problem Focus Coping* berpengaruh signifikan secara parsial terhadap Motivasi Belajar di Pendidikan Vokasi Pelayaran.**

Hasil penelitian membuktikan bahwa Variabel *Problem Focus Coping* memiliki nilai signifikan sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa secara parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Motivasi Belajar. Artinya adalah semakin baik coping stres pada problem focus coping taruna maka memiliki motivasi belajar yang baik. Dari penelitian dapat dijelaskan bahwa penggunaan problem focus coping pada taruna tingkat 1 di dalam indikator Konfrontasi, dimana bagaimana mereka berpegang teguh dengan pendirian mereka menghadapi masalah dapat dikatakan baik, serta dalam bertindak untuk mengatasi masalah dapat dikatakan baik pula. Adanya dukungan sosial dalam menghadapi masalah serta kebutuhan akan dorongan dari teman dan orang lain disaat menghadapi masalah sangat diperlukan bagi taruna tingkat 1, artinya seseorang yang memiliki dukungan sosial yang baik dari keluarga, dari kedua orang tuanya, dari teman dekatnya ataupun dari orang lain maka akan merasa lebih aman pada saat menghadapi kesulitan dan masalah yang dialaminya. pada indikator merencanakan masalah terkait bagaimana merencanakan kegiatan, memikirkan cara apa yang harus dilakukan, serta berfikir keras untuk memecahkan masalah pada taruna tingkat 1 di fakultas vokasi pelayaran dikatakan baik. dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa Taruna tingkat 1 cenderung menggunakan problem focus coping untuk menolong mereka dalam menghadapi masalah akademik sehingga dapat memotivasi belajar mereka. Lazarus dan Folkman (dalam Lestari, 2013) bahwa individu cenderung menggunakan strategi ini, saat dirinya yakin dapat mengubah situasi. Dalam hal ini individu menyadari bahwa ia dapat melakukan sesuatu yang konstruktif atau ia merasa sumberdaya yang ada dapat merubah situasi menjadi lebih baik.

3. ***Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping* berpengaruh signifikan secara simultan terhadap Motivasi Belajar di Pendidikan Vokasi Pelayaran.**

Hasil penelitian membuktikan bahwa secara bersama-sama (simultan) *Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Motivasi Belajar yang mana nilai signifikasinya sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Secara simultan hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dari dua variabel diatas dengan motivasi belajar taruna di fakultas vokasi pelayaran. Namun demikian taruna diharapkan mampu meningkatkan motivasi belajar mereka di dalam proses pembelajaran, serta taruna diharapkan mampu menyesuaikan diri terhadap masalah akademik, non akademik, kegiatan-batalyon dan interaksi dengan senior yang dialami dengan *Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping*. Karena motivasi belajar yang tinggi dan pengelolaan coping stres yang baik dan tepat akan meningkatkan semangat belajar dan prestasi taruna. Maka peran tenaga pengajar/dosen, orang tua, unit yang membidangi serta lembaga sangat penting sekali untuk membantu taruna selama melakukan pendidikan di fakultas vokasi pelayaran.

4. **Formulasi kebijakan *Coping Stress* di Fakultas Vokasi Pelayaran**

Pelayanan pendidikan kepada mahasiswa selaku penerima pelayanan adalah berbasis customer oriented, yang diberikan oleh Universitas Hang Tuah secara transparan, akuntabel, efektif, dan efisien. Oleh karenanya Peraturan Akademik ini memuat hak dan kewajiban yang diterima mahasiswa selama menempuh studi di Universitas Hang Tuah sebagaimana tertuang didalam Skep Rektor Nomor: Kep/164/UHT.0/VII/2021 tentang Peraturan Tata Tertib Kehidupan Kampus bagi



Mahasiswa. Didalamnya memuat tentang Kewajiban dan Hak Mahasiswa pada bagian kedua tentang Hak Mahasiswa pasal 6 ayat 7 yaitu Mahasiswa berhak atas kehidupan yang aman, tertib, tentram dan nyaman dalam mengikuti kegiatan akademik dan kegiatan lain yang sah. Serta pada ayat 9 yaitu mahasiswa berhak memperoleh pelayanan konseling, artinya adalah di dalam peraturan tersebut sudah mengakomodir terciptanya suasana akademik yang baik dan mendukung kegiatan konseling namun pada taraf implementasinya belum adanya wadah ditingkat Universitas yang menangani masalah-masalah mahasiswa.

Turunan Peraturan Tata Tertib Kehidupan Kampus telah tertuang di dalam Peraturan Akademik Fakultas Vokasi Pelayaran yang terbit setiap Tahun ajaran baru. Didalam Peraturan tersebut pada pasal 35 tentang Hak dan Kewajiban pada point (d) menyebutkan bahwa taruna mendapat bimbingan dari dosen yang bertanggung jawab, atas program studi yang diikutinya dalam penyelesaian studinya. Pada point tersebut dapat diartikan bahwa Kegiatan Pembimbingan yang dilakukan oleh dosen memiliki tafsir yang beragam dimana pembimbingan dapat diartikan dosen wali, dosen pembimbing Magang/Tugas Akhir atau kegiatan pembimbingan yang lain, sementara pada Peraturan Universitas Hang Tuah sudah spesifik menyatakan adanya kegiatan bimbingan konseling. Namun disisilain pada Struktur Organisasi Fakultas Pelayaran melalui Skep Rektor No : Kep/338/UHT.A0/X/2022. Adanya unit yang sudah mengakomodir Kegiatan konseling mahasiswa yaitu Unit Etika, Bimbingan dan Konseling. Tetapi pada struktur organisasi yang sama ada Unit lain seperti Unit Pusat Bimbingan Mental dan Unit Ketarunaan yang penerapannya pada saat berinteraksi terkait permasalahan taruna saling tumpang tindih, apalagi pengawak dari unit-unit tersebut belum mengetahui secara pasti wewenang dan tanggung jawab mereka. Dampak dari hal diatas dalam penanganan masalah-masalah taruna dan kesulitan-kesulitan taruna dalam kegiatan akademik dan non akademik menjadi tidak efektif.

KESIMPULAN

Pengaruh Tidak Signifikan Emotion Focus Coping: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh tidak signifikan secara parsial dengan motivasi belajar taruna di fakultas vokasi pelayaran. Ini berarti bahwa perubahan dalam strategi coping yang berfokus pada emosi tidak memiliki dampak nyata terhadap motivasi belajar taruna, Pendampingan terhadap taruna yang memiliki masalah sangat diperlukan sehingga kedepan mereka dapat mengelola stres dengan strategi emotion focus coping.

Pengaruh Signifikan Problem Focus Coping: Ditemukan bahwa pengaruh signifikan secara parsial terhadap motivasi belajar taruna. Artinya, semakin tinggi kemampuan taruna dalam menggunakan strategi coping yang berfokus pada pemecahan masalah, maka motivasi belajar mereka cenderung meningkat. Ini menunjukkan pentingnya pendekatan proaktif dalam menghadapi tantangan untuk memotivasi proses belajar.

Pengaruh signifikan secara simultan antara *Emotion Focus Coping* dan *Problem Focus Coping* dengan Motivasi belajar taruna. Ini mengindikasikan bahwa kombinasi kedua strategi coping ini, ketika dikelola dengan baik, dapat memberikan kontribusi positif terhadap motivasi belajar, meskipun masing-masing memiliki tingkat pengaruh yang berbeda.

Kebutuhan Akan Unit Konseling: Terdapat kebutuhan mendesak untuk mendirikan unit konseling di tingkat universitas untuk menangani masalah yang dihadapi mahasiswa, mengingat unit yang ada di tingkat fakultas belum berjalan efektif. Unit ini diharapkan dapat menyediakan dukungan yang lebih terstruktur dan terpusat, sehingga mampu membantu taruna dalam mengelola stres dan mempertahankan motivasi belajar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Achroni, Keen. 2014. Recharge Your Spirit. Yogyakarta: *Trans Idea Publishing*



- [2] Azwar, Saifudin. 2010. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- [3] Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. 1989. Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2).
- [4] Cherniss, C & Goleman, D. 2001. *The Emotionally Intelligent Workplace*. San Fransisco: Jossey-Bass.
- [5] Desmita. 2005. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- [6] Gadzella, B. M. & Masten, W. G. 2005. An analysis of the categories in the student life stress inventory. *American Journal of Psychology Research*, 1 (1), 1-10.
- [7] Gunarsa, D. Dra. Yulia, Singgih. 2012. Psikologi Remaja. Jakarta: Penerbit Libri.
- [8] Hamalik, Oemar. 2001. Proses Belajar Mengajar. Jakarta: PT Bumi Askara.
- [9] Hamzah. B. Uno. 2008. Teori Motivasi dan Pengukurannya. Jakarta: Bumi Aksara
- [10] Hardani dkk. 2020. Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- [11] Humairo, U. S., Irma, S., Rakimin (2021). Hubungan Strategi Coping Stress dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMAN 96 Jakarta Barat dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi. *Prosiding Konferensi Nasional Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia*, 01, No.01.
- [12] Jonathan, Sarwono. 2006. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif edisi pertama. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [13] Kai-Wen, C. 2009. A study of stress sources among college student in taiwan. *Journal of Academic and Business Ethics*.
- [14] Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984. Stress, appraisal, and coping. Springer publishing company. <http://libgen.gs/ads.php?d5=7965cdc5d7f7dd5143146b6b53b5b5>.
- [15] Listiyarti, Retno. 2020. KPAI: Banyak siswa stres hingga putus sekolah selama ikuti PJJ Daring. Jakarta: Antara news.com.
- [16] Nurul, A. S., Dwi, N. S., (2019). Hubungan Coping Stress Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi BK pada Mata Kuliah Statistika. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. Vol.2, No.2.
- [17] Olejnik, S. N. L & Holschuh, J. P. 2007. *College rules 2nd Edition How TI study survive, and succeed in college*. 2007. New York: Macmillan Publishing.
- [18] Pantiyasa, I Wayan. 2011. Metodologi Penelitian. Denpasar: Penerbit Andi.
- [19] Safaria, T dan Saputra, N. E. 2009. Manajemen Emosi. Jakarta : Bumi Aksara.
- [20] Sarafino, E.P., Smith, T.W. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7TH Edition)*. USA: John Willey & Sons, INC.
- [21] Sardiman, A.M. 2007. *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- [22] Vega, F. A., Firdaus, S, Irma, S. D., Tony, S., Darul, P., Moh. Zaenal, A., (2022). Tata kelola pengasuhan taruna dalam masa pendidikan dan pelatihan politeknik ilmu pelayaran (PIP) Semarang. *Jurnal Saintek Maritim*, 22 Nomor 2.
- [23] Buku Peraturan Tata Tertib Kehidupan Kampus Bagi Mahasiswa 2023
- [24] Buku Peraturan Akademik Fakultas Vokasi Pelayaran 2023
- [25] Joko Mahadma, 2022. Formulasi Kebijakan Coping stress terhadap Mahasiswa Pascasarjana Di Universitas Hang Tuah.
- [26] Fitriani, A., & Suryadi, D. (2021). Coping Stress Strategies and Academic Motivation Among Vocational Students During the Pandemic. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 134-145.
- [27] Jun Zhang, Jiawen Meng, Xin Wen (2025). The Relationship Between Stress and Academic Burout in College Students: Evidence from Longitudinal data on Indirect Effect. *Frontiers in Psychology*, 10(1), 52–67.
- [28] Dena Noor Apriliana (2021), Strategi Koping dan Stres Akademik Mahasiswa Dalam Melaksanakan Kuliah Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 89-96.



- [29] Santrock, J. W. (2020). *Educational Psychology* (7th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- [30] Wijaya, Y., & Ramadhani, M. (2023). Digital Counseling Interventions for Stress Reduction in Maritime Vocational Students. *Journal of Maritime Education and Psychology*, 5(3), 201–212.
- [31] Yulianto Kadji, M. Si, P. D. (2006). Formulasi dan Implementasi Kebijakan Publik “kepemimpinan dan Perilaku Birokrasi dalam Fakta Realitas.” 1999.
- [32] Zamrodah, Y. (2016). Pengertian Kebijakan. 15(2), 1–23.