

Analisis Psikometrik Skala Strategi Coping Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik Berbasis CVI AIKEN dan CFA

Adinda Taradiva Roni Saputri^{*1}

Dhaniel Yudha Prasetyo²

Athya Febriana Putri³

Auliya Zahra Rizki Ananda⁴

Laila Muzzammil Nur⁵

Rita Aprilia Putri⁶

Rahayu Farida⁷

Desti Purnamasari⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia

*e-mail: 2311102433052@umkt.ac.id¹, 2311102433063@umkt.ac.id², 2311102433086@umkt.ac.id³, 2311102433090@umkt.ac.id⁴, 2311102433083@umkt.ac.id⁵, 2311102433051@umkt.ac.id⁶, rf@umkt.ac.id⁷, dp@umkt.ac.id⁸

(Naskah masuk : 30 Desember 2025, Revisi : 17 Juli 2026, Publikasi : 31 Agustus 2026)

Abstrak

Beban akademik merupakan tuntutan pembelajaran yang berpotensi menimbulkan stres akademik apabila dipersepsikan melebihi kemampuan mahasiswa untuk mengatasinya. Meskipun berbagai instrumen strategi coping telah digunakan, instrumen tersebut umumnya mengukur coping terhadap stres secara umum sehingga belum secara spesifik mengukur strategi coping mahasiswa dalam menghadapi beban akademik. Penelitian ini bertujuan mengembangkan dan menguji kualitas psikometrik Skala Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Beban Akademik berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984). Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei terhadap 209 mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Validitas isi diestimasi menggunakan teknik Content Validity Index (CVI) dari Aiken, validitas konstruk diestimasi menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA), serta reliabilitas menggunakan Chronbach's Alpha. Dari 150 item awal diperoleh 41 item yang memenuhi kriteria valid dan reliabel. Hasil CFA menunjukkan model memenuhi kriteria goodness of fit, sedangkan koefisien Chronbach's Alpha sebesar 0,909 menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik. Skala ini layak digunakan untuk mengevaluasi strategi coping mahasiswa dalam menghadapi beban akademik serta mendukung layanan konseling, pendampingan akademik, intervensi psikologis di perguruan tinggi.

Kata kunci: Beban Akademik, CFA, Psikologi, Reliabilitas, Strategi Coping, Validitas.

Abstract

Academic workload is a learning demand that may lead to academic stress when students perceive it as exceeding their capacity to cope. Although various coping strategy instruments have been widely used, most are designed to assess coping with general stress rather than specifically measuring students' coping strategies in dealing with academic workload. This study aimed to develop and examine the psychometric properties of the Student Coping Strategy Scale for Managing Academic Workload based on the coping theory proposed by Lazarus and Folkman (1984). A quantitative survey design was employed involving 209 undergraduate students from various universities in Indonesia selected through purposive sampling. Content validity was evaluated using the Content Validity Index (CVI) and Aiken's V, construct validity was assessed using Confirmatory Factor Analysis (CFA), and reliability was examined using Cronbach's alpha. Of the initial 150 items, 41 met the criteria for validity and reliability. The CFA results indicated that the measurement model achieved acceptable goodness of fit indices, while a Cronbach's alpha coefficient of 0,909 demonstrated excellent internal consistency. The developed scale is suitable for assessing students's coping strategies in managing academic workload and may be used to support counseling services, academic guidance, and psychological interventions in higher education.

Keywords: Academic Workload, CFA, Coping Strategies, Psychology, Reliability, Validity.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan tahap penting dalam perkembangan akademik maupun personal mahasiswa, namun juga menjadi periode yang rentan terhadap munculnya berbagai tekanan psikologis. Mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran yang semakin kompleks, menghadapi tingginya beban tugas akademik, mencapai target prestasi, serta memenuhi ekspektasi dari lingkungan sosial maupun keluarga (Soniawan et al., 2025 dalam Sholekhah et al., 2026). Kondisi tersebut menjadikan mahasiswa sebagai kelompok yang rentan mengalami tekanan psikologis selama menjalani proses pembelajaran.

Salah satu sumber utama tekanan tersebut adalah beban akademik. Beban akademik merupakan keseluruhan tuntutan pembelajaran yang harus dipenuhi mahasiswa sesuai dengan ketentuan akademik yang berlaku, meliputi keikutsertaan dalam perkuliahan, penguasaan materi, serta penyelesaian berbagai bentuk evaluasi seperti tugas, kuis, dan ujian (Oktaviani & Marsofiyati, 2025). Mahasiswa sering dihadapkan pada tingginya jumlah tugas, tenggat waktu yang singkat, serta tuntutan untuk beradaptasi dengan lingkungan akademik yang kompetitif (Fariz, 2025). Sahara dan Muslikah (2022 dalam Oktaviani & Marsofiyati, 2025) menjelaskan bahwa beban akademik ditandai oleh tekanan dalam proses belajar, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, kekhawatiran terhadap pencapaian nilai, serta munculnya perasaan putus asa. Apabila tuntutan tersebut dipersepsikan melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya, kondisi tersebut dapat memicu stres, kelelahan, hingga *burnout* yang berdampak negatif terhadap performa akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa (Oktaviani & Marsofiyati, 2025).

Setiap mahasiswa menggunakan strategi *coping* yang berbeda – beda dalam menghadapi tuntutan akademik tersebut. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh karakteristik individu, pengalaman, dukungan sosial, serta cara individu mempersepsikan situasi yang dihadapi (Fares et al., 2016 dalam Sholekhah et al., 2026). Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dipersepsikan melebihi sumber daya yang dimiliki (Izah et al., 2023). Strategi *coping* terdiri atas dua dimensi utama, yaitu *problem-focused coping* yang berorientasi pada penyelesaian masalah dan *emotional-focused coping* yang berfokus pada pengelolaan respons emosional. Penggunaan strategi *coping* yang adaptif diyakini mampu membantu mahasiswa mengurangi tekanan psikologis serta mempertahankan performa akademik (Widyaningtyas & Pratama, 2025).

Berbagai instrumen telah dikembangkan untuk mengukur strategi *coping*, di antaranya *Coping Inventory for Stressful Situations* (Elder & Parker, 1990), *Coping Strategies Inventory* (Tobin et al., 1989), dan *Brief COPE* (Carver, 1997) (dalam Bariyyah et al., 2026). Instrumen – instrumen tersebut telah banyak digunakan dalam penelitian serta menunjukkan kualitas psikometrik yang baik pada berbagai populasi (Baumstarck et al., 2017). Di Indonesia, adaptasi *Coping Strategies Inventory* pada mahasiswa juga menunjukkan reliabilitas yang sangat baik dan memenuhi kriteria validitas berdasarkan analisis *Rasch* (Oktara, 2025). Selain itu, penggunaan *Brief COPE* pada mahasiswa menunjukkan bahwa strategi *coping* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan tingkat *perceived stress* (Barus et al., 2026).

Meskipun demikian, instrumen yang tersedia umumnya dikembangkan untuk mengukur strategis *coping* terhadap stres secara umum maupun *perceived stress*, bukan secara khusus terhadap beban akademik. Padahal, beban akademik dan stres akademik merupakan dua konstruk yang saling berkaitan, tetapi memiliki fokus yang berbeda. Beban akademik mengacu pada tuntutan pembelajaran yang harus dipenuhi mahasiswa, sedangkan stres akademik merupakan respons psikologis yang muncul ketika tuntutan tersebut dipersepsikan melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (Oktaviani & Marsofiyati, 2025; Lazarus & Folkman, 1984). Perbedaan karakteristik kedua konstruk tersebut mengindikasikan perlunya instrumen yang secara spesifik mampu mengukur strategi *coping* mahasiswa dalam menghadapi beban akademik sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih akurat mengenai upaya mahasiswa dalam mengelola tuntutan akademik (Fariz, 2025).

Pengembangan instrumen psikologi harus didukung oleh bukti psikometrik yang memadai. Menurut Lawrence (1994 dalam utami et al., 2024), validitas isi menunjukkan sejauh mana butir instrumen merepresentasikan konstruk yang diukur, sedangkan validitas konstruk mengacu pada kemampuan instrumen dalam mengukur konsep teoritis yang menjadi sasaran pengukuran (Julia, 2024 dalam Kamila & Widodo, 2025). Oleh karena itu, pembuktian validitas menggunakan metode *Content Validity Index (CVI)* berbasis Aiken's V dan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* diperlukan untuk memastikan bahwa instrumen memiliki validitas dan reliabilitas yang memadai.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan skala psikologi serta menguji kualitas psikometriknya melalui pengujian validitas dan reliabilitas pada skala strategi *coping* mahasiswa dalam menghadapi beban akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan instrumen yang valid dan reliabel sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur yang akurat dalam penelitian maupun praktik psikologi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei yang bertujuan untuk mengembangkan dan menguji validitas serta reliabilitas alat ukur strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik. Variabel yang dikaji dalam penelitian ini adalah strategi *coping* yang konseptual mengacu pada upaya kognitif dan perilaku individu dalam menghadapi tuntutan akademik yang menimbulkan stres. Variabel ini disusun berdasarkan teori utama, yaitu *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*, yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984).

Pada penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang memilih responden berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan tujuan penelitian (Mukti & Aprianti, 2021). Adapun kriteria responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif perguruan tinggi di Indonesia yang berusia 18-28 tahun serta bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Data dikumpulkan menggunakan *google form* yang berisi *item-item* dalam skala yang telah disusun. Sebanyak 209 mahasiswa berpartisipasi dalam uji coba instrumen. Responden berasal dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia, dengan mayoritas berasal dari berbagai perguruan tinggi di Indonesia, dengan mayoritas berasal dari Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah responden perempuan lebih banyak dibandingkan responden laki – laki.

Instrumen yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah skala strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik yang disusun berdasarkan dari teori Lazarus dan Folkman (1984), Rusman serta Andriyani. Skala ini mencakup dua aspek utama yaitu, *problem focused coping* dan *emotional focused coping* yang di mana memiliki subaspek berupa pada *problem focused coping* yaitu tindakan dan perencanaan aktif, penekanan kegiatan, dan kontrol diri. Kemudian pada *emotional focused coping* yaitu penerimaan positif, penolakan, dan dukungan sosial. Setiap *item* disusun dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan menggunakan skala *likert* lima tingkat, yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, dan sangat setuju.

Pengujian validitas instrumen dilakukan melalui beberapa tahapan. Validitas isi diuji dengan menggunakan *expert judgement* dengan menghitung nilai *Content Validity Index (CVI)* untuk menilai kesesuaian *item* dengan konstruk yang diukur. Pada *item* yang tidak memenuhi kriteria validitas dieliminasi dan dihapus dari instrumen. Selanjutnya, validitas konstruk diuji menggunakan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* yang dianalisis menggunakan *software* Jamovi versi 2.6.44 untuk memastikan kesesuaian kriteria indeks *goodness of the fit*, dilakukan modifikasi model hingga diperoleh model pengukuran yang sesuai.

Untuk melihat konsistensi internal antar *item*, reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien *Alpha Cronbach*. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai koefisien *Alpha* berada di atas 0,80 yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang baik. Analisis data dilakukan secara bertahap, dimulai dari analisis deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden, kemudian dilanjutkan dengan uji validitas dan uji reliabilitas untuk memastikan bahwa

instrumen yang dikembangkan layak digunakan sebagai alat ukur strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Pengembangan Alat Ukur

Tahap awal dari pengembangan instrumen yaitu dengan perumusan indikator perilaku serta penyusunan butir pertanyaan yang mengacu pada aspek operasional strategi coping yang telah ditetapkan. Strategi *coping* dalam penelitian ini terdiri atas dua aspek utama, yaitu *problem-focused* dan *emotional-focused*. Aspek *problem-focused* mencakup tiga subaspek di dalamnya, yakni tindakan dan perencanaan aktif, penekanan kegiatan aktif, serta kontrol diri. Sementara itu, aspek *emotional-focused* meliputi penerimaan positif, penolakan, dan dukungan sosial.

Berdasarkan kedua aspek utama beserta sub aspek di dalamnya, dirumuskan sebanyak 30 indikator perilaku, dengan masing – masing aspek memiliki 5 indikator. Selanjutnya, setiap indikator dikembangkan menjadi butir item yang dirancang untuk mengukur perilaku secara spesifik. Instrumen ini memuat dua jenis item, yaitu item *favorable* (F) dan *unfavorable* (UF). Setiap indikator menghasilkan lima item. *Blueprint* item Skala Strategi *Coping* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik disajikan sebagai berikut.

Tabel 1. Blueprint Skala Strategi Coping Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik

Aspek	Indikator	Jenis Item		Total
Problem Focused Coping (yaitu strategi yang berfokus pada upaya individu untuk mengatasi sumber stres secara langsung)	Menyusun rencana belajar yang teratur untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi ujian secara bertahap	1,2,4	3,5	5
	Membagi pekerjaan akademik menjadi langkah – langkah kecil dan realistis agar mudah dikelola	6,7,9	8,10	5
	Tindakan dan Perencanaan Aktif	11,12,14	13,15	5
	Segera mengambil tindakan untuk menyelesaikan masalah akademik tanpa menunda – nunda	16,17,19	18,20	5
	Mencari sumber atau			

Penekanan Kegiatan Aktif	strategi alternatif (seperti membaca referensi tambahan atau diskusi dengan dosen/teman) untuk memperbaiki kesulitan belajar			
	Mengevaluasi dan menyesuaikan rencana belajar ketika strategi sebelumnya tidak efektif dalam mengatasi beban akademi.	21,22,24	23,25	5
	Mengurangi waktu untuk aktivitas hiburan demi menyelesaikan tugas	26,27	28,29,30	5
	Menolak ajakan dari teman yang tidak berkaitan dengan penyelesaian masalah	31,32,33	34,35	5
	Membuat dan mengatur jadwal harian agar fokus pada pekerjaan atau tugas terpenting	36,37	38,39,40	5
	Mengurangi nongkrong atau kegiatan organisasi ketika ada tugas yang mendesak	41,42,43	44,45	5
	Membatasi penggunaan media sosial selama belajar	46,47,48	49,50	5

Emotional Focused Coping (yaitu strategi yang berfokus pada pengaturan respons emosional terhadap stres agar individu dapat beradaptasi dengan tekanan Yang Penolakan dihadapi)	Kontrol Diri	atau sedang dalam mengerjakan tugas			
		Menunda mengambil keputusan	51,52,53	54,55	5
		sampai suasana hati lebih baik			
		Menghindari tindakan agresif	56,57,58	59,60	5
		Memeriksa kembali penyebab masalah	61,62,63	64,65	5
		Berbicara dengan sikap terkendali ketika berdiskusi atau berdebat			
		Tetap fokus pada tujuan	71,72,73	74,75	5
		Mampu menerima kenyataan tanpa menyalahkan diri sendiri atau orang lain	76,77,78	79,80	5
Penerimaan Positif	Berusaha tetap berpikir optimis dan yakin bahwa setiap masalah	Menilai masalah sebagai bagian dari proses hidup yang harus dijalani	81,82,83	84,85	5
		96,97,98	99,100	5	

	dapat diatasi			
	Menyangkal	104,105	101,102,103	5
	ketersediaan fakta	109,110		
	Menunjukkan		106,107,108	5
	sikap acuh tak			
	acuh Menghindari			
	Perhatian Kognitif	114,115	111,112,113	5
	Berfantasi/Wishful	119,120	116,117,118	5
	Thinking			
	Menjauhi Sumber	124,125	121,122,123	5
	Masalah/ Diskusi			
	Mencari bantuan	126,127,128	129,130	5
	dan saran dari			
	orang lain ketika			
	menghadapi			
	kesulitan			
	Memanfaatkan	131,132	133,134,135	5
	bantuan dan saran			
	yang diberikan			
	oleh lingkungan			
	sosial			
Dukungan	Menceritakan	136,137	138,139,140	5
Sosial	perasaan kepada			
	orang yang			
	dipercaya agar			
	lebih tenang			
	Menerima	141,142,143	144,145	5
	dukungan dari			
	orang lain dengan			
	sikap terbuka			
	Menjaga hubungan	146,147	148,149,150	5
	sosial agar			
	mendapat			
	dukungan saat			
	dibutuhkan			
	Total	80	70	150

Berdasarkan tabel 1, tabel ini memuat blueprint skala strategi *coping* yang dikembangkan berdasarkan dua dimensi utama Lazarus dan Folkman (1984), yaitu *Problem Focused Coping* (PFC) dan *Emotional Focused Coping* (EFC), dengan proporsi yang dirancang seimbang. Keseimbangan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa memerlukan fleksibilitas dalam menggunakan kedua strategi tidak semata – mata aktif memecahkan masalah tanpa pengelolaan emosi, maupun sebaliknya. Pada *Problem Focused Coping* (PFC), indikator Tindakan dan Perencanaan Aktif merekam inisiatif mahasiswa menyusun strategi belajar terstruktur, Penekanan Kegiatan Aktif menangkap pengorbanan sosial yang berpotensi menimbulkan tekanan baru, dan Kontrol Diri mengukur kemampuan menahan impuls serta menjaga relasi interpersonal. Pada *Emotional Focused Coping* (EPC), Penerimaan Positif mencerminkan kapasitas menghindari rasa bersalah berlebihan, Penolakan mengungkapkan mekanisme pertahanan yang kerap tidak disadari, dan Dukungan Sosial mengukur keterbukaan terhadap bantuan orang lain yang selaras dengan budaya kolektif Indonesia.

Keberadaan item *favorable* dan *unfavorable* berfungsi teknis mengendalikan bias respons dan memungkinkan instrumen menjangkau perilaku *coping* yang sulit diakui secara sadar. Dengan

demikian, blueprint ini merepresentasikan mahasiswa secara utuh sebagai individu yang tidak sekadar memecahkan masalah secara rasional, tetapi juga mengalami tekanan emosional, terkadang menyangkal stres, dan sangat bergantung pada dukungan sosial sehingga instrumen ini memiliki relevansi yang kuat terhadap pengalaman riil mahasiswa.

3.2. Uji Coba Alat Ukur

3.2.1. Hasil Analisis Validitas Isi

Analisis validitas isi dilakukan untuk menilai kesesuaian antara *item* skala dengan indikator perilaku yang merepresentasikan konstruk strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik.

Tabel 2. Identitas *Rater*

NO	Nama <i>Rater</i>	Jabatan
1	Annisya Muthmainnah, M.Psi., Psikolog	Psikolog
2	Anggita Pradnya P., S.Psi	Lulusan S1 Psikologi
3	Alaisha Yuniar, S.Psi	Lulusan S1 Psikologi
4	Dinda Kurdiana, S.Psi	Lulusan S1 Psikologi
5	Alsya Fadhyha Zharna Abella, S.Psi	Lulusan S1 Psikologi
6	Angriani, S.Psi	Lulusan S1 Psikologi

Tabel 2 memaparkan profil enam orang penilai (*rater*) yang terlibat dalam uji validitas isi, terdiri atas seorang psikolog profesional dan lima lulusan S1 Psikologi. Komposisi ini menghadirkan keseimbangan antara pengalaman praktis dan wawasan teoritis, psikolog profesional memberikan kepekaan terhadap manifestasi perilaku *coping* di lapangan, sementara lulusan S1 menyumbangkan pemahaman konseptual yang segar. Perpaduan ini memastikan *item* dinilai tidak hanya dari ketepatan konsep, tetapi juga dari keterbacaan dan kemudahan respons bagi mahasiswa. Keterlibatan enam penilai dengan latar belakang beragam mencerminkan proses pengembangan instrumen yang cermat, dimana setiap *item* yang lolos merupakan hasil kesepakatan kolektif para ahli yang memahami secara mendalam dinamika *coping* mahasiswa, sehingga instrumen memiliki landasan teoritis dan empiris yang kuat sebelum memasuki uji coba lanjutan.

Berikut adalah tabel *BluePrint* hasil dari butir *item* yang akan digunakan setelah dilakukan uji validitas isi.

Tabel 3. *Blueprint* setelah dilakukan Uji Validitas Isi

Aspek	Indikator	Jenis <i>Item</i>		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Problem Focused Coping</i>	Tindakan dan Perencanaan Aktif	1	4	2
		2	6,7,9	4
		3	11,12,14	5
		4	16,17,19	5
		5	21,22,24	5
	Penekanan Kegiatan Aktif	1	26,27	5
		2	31,32,33,	3
		3	36,37	5
		4	41,42,43	3
		5	46,47,48	5
Kontrol Diri		1	51,52,53	5
		2	56,57,58	5
		3	61,62,63	5
		4	66,67,68	5

Emotional Focused Coping	Penerimaan Positif	5	71,72,73	74,75	5
		1	76,77,78	79,80	
		2	81,82,83	85	
		3	86,87,88	89,90	
		4	91,92,93	-	
	Penolakan	5	96,97,98	100	
		1	104,105	101	
		2	109,110	107,108	
		3	114,115	111,112,113	
		4	119,120	116,117,118	
	Dukungan Sosial	5	124,125	123	
		1	126, 127,	129, 130	
			128		
		2	131, 132	133	
		3	136, 137	138, 139,	
				140	
	Total	4	141, 142,	-	
			143		
		5	146, 147	149	
		78	49		

Berdasarkan tabel 3, tabel ini mencakup *blueprint* skala strategi coping pasca uji validitas isi yang melibatkan enam orang penilai. Dari 150 *item* awal, sebanyak 127 *item* dinyatakan valid dengan nilai CVI $\geq 0,75$, sementara 23 *item* tidak dipakai karena termasuk dalam kategori *moderately valid*. Proses reduksi ini mengindikasikan bahwa mayoritas *item* dinilai relevan dan mampu merepresentasikan indikator perilaku yang telah dirumuskan. Tidak dipakainya 23 *item* yang tidak masuk kategori valid menunjukkan kecermatan para penilai dalam mengidentifikasi pernyataan yang masih ambigu atau kurang tepat secara konseptual, sehingga *item* yang dipertahankan memiliki kualitas isi yang lebih baik dan terjamin.

Secara kualitatif, pengurangan *item* dari 150 menjadi 127 bukanlah sekadar penurunan jumlah, melainkan upaya pemurnian makna pada setiap indikator. *Item – item* yang tidak lolos umumnya dinilai kurang spesifik atau mengalami tumpang tindih makna dengan indikator lainnya. Dengan demikian, proses validitas isi ini menjamin bahwa setiap *item* yang tersisa benar-benar mencerminkan perilaku *coping* yang hendak diukur, tanpa adanya unsur yang dapat mengaburkan konstruk. Hal ini krusial karena instrumen dengan validitas isi yang memadai akan menghasilkan data yang lebih akurat dan dapat diinterpretasikan secara tepat pada tahap pengukuran berikutnya (Azwar, 2017).

3.2.2. Hasil Analisis CFA

Peneliti menguji 80 *item* dengan model CFA menggunakan bantuan aplikasi Jamovi 2.6.44. Uji validitas konstruk ini dilakukan untuk mendapatkan informasi apakah *item-item* konstruk skala Strategi *Coping* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik ini bersifat unidimensional.

Tabel 4. Hasil Model *Fit* Analisis CFA Sebelum Modifikasi

X2	df	p	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
9718	3065	<0.001	0.482	0.466	0.159	0.102

Pada tabel 4, tabel ini memuat hasil pengujian *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) terhadap model awal yang terdiri atas 80 *item*. Dari hasil analisis diperoleh nilai *Chi-square* = 9718 dengan df = 3065 serta signifikansi $p < 0,001$. Adapun indeks *goodness of fit* menunjukkan CFI = 0,482, TLI = 0,466, SRMR = 0,159, dan RMSEA = 0,102. Keseluruhan indeks tersebut masih berada di bawah atau melampaui batas kriteria yang dapat diterima, sehingga model awal

dinyatakan belum memenuhi kriteria *fit* dan memerlukan perbaikan melalui prosedur modifikasi.

Tabel 5. Hasil Model Fit Analisis CFA Setelah Modifikasi

X2	df	P	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
1221	736	<0.001	0.910	0.900	0.0636	0.0560

Berdasarkan tabel 5 tersebut, tabel ini menyajikan hasil uji CFA setelah model diperbaiki. Perbaikan dilakukan dengan membuang *item – item* yang memiliki muatan faktor di bawah 0,60 dan menambahkan korelasi antar kesalahan pengukuran pada sejumlah *item* yang dinilai masih memiliki hubungan makna. Dari proses ini, tersisa 41 *item* yang bertahan. Hasilnya, model akhir menunjukkan perbaikan yang cukup signifikan pada seluruh indeks *goodness of fit*. Nilai CFI meningkat dari 0,482 menjadi 0,910, dan TLI dari 0,466 menjadi 0,900 keduanya berada di atas batas 0,90. Sementara itu, RMSEA turun dari 0,102 menjadi 0,056 dan SRMR dari 0,159 menjadi 0,064, yang berarti keduanya kini berada di bawah batas 0,08. Dengan demikian, model akhir ini dinyatakan *fit* dan secara statistik dan telah terbukti mampu merepresentasikan struktur faktor dari skala strategi *coping* mahasiswa.

Tabel 6 Koefisien Muatan Faktor

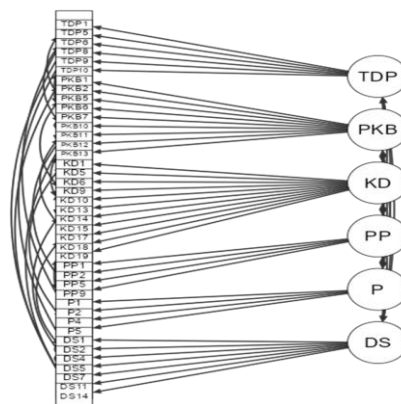
Factor	Indicator	SE	Z	p	Stand. Estimate	Keterangan
TDP	TDP1	0.0621	10.54	<.001	0.655	Valid
	TDP5	0.0513	12.01	<.001	0.726	Valid
	TDP6	0.0528	12.51	<.001	0.743	Valid
	TDP8	0.0501	13.33	<.001	0.781	Valid
	TDP9	0.0621	10.34	<.001	0.638	Valid
	TDP10	0.0524	11.68	<.001	0.710	Valid
PKB	PKB1	0.0568	12.85	<.001	0.766	Valid
	PKB2	0.0585	10.60	<.001	0.665	Valid
	PKB5	0.0545	11.45	<.001	0.707	Valid
	PKB6	0.0659	9.91	<.001	0.633	Valid
	PKB7	0.0559	10.99	<.001	0.683	Valid
	PKB10	0.0598	12.24	<.001	0.727	Valid
	PKB11	0.0608	10.24	<.001	0.647	Valid
	PKB12	0.0685	11.37	<.001	0.700	Valid
	PKB13	0.0675	10.63	<.001	0.664	Valid
	PKB13	0.0675	10.63	<.001	0.664	Valid
KD	KD9	0.0501	11.85	<.001	0.720	Valid
	KD10	0.0476	13.95	<.001	0.797	Valid
	KD13	0.0618	9.93	<.001	0.629	Valid
	KD14	0.0609	9.05	<.001	0.584	Valid
	KD15	0.0471	11.02	<.001	0.679	Valid
	KD17	0.0509	11.56	<.001	0.706	Valid
	KD18	0.0522	12.75	<.001	0.756	Valid
	KD19	0.0498	12.57	<.001	0.752	Valid
PP	PP1	0.0735	10.69	<.001	0.681	Valid
	PP2	0.0735	10.57	<.001	0.673	Valid
	PP5	0.0725	13.02	<.001	0.786	Valid
	PP9	0.0781	13.42	<.001	0.800	Valid
P	P1	0.0598	11.29	<.001	0.706	Valid
	P2	0.0706	10.18	<.001	0.664	Valid
	P4	0.0701	10.78	<.001	0.679	Valid
	P5	0.0769	9.41	<.001	0.612	Valid
DS	DS1	0.0746	9.82	<.001	0.632	Valid
	DS2	0.0749	11.82	<.001	0.724	Valid

Factor	Indicator	SE	Z	p	Stand. Estimate	Keterangan
	DS4	0.0627	13.71	<.001	0.792	Valid
	DS5	0.0703	12.60	<.001	0.755	Valid
	DS7	0.0735	9.37	<.001	0.615	Valid
	DS11	0.0664	11.99	<.001	0.732	Valid
	DS14	0.0739	12.28	<.001	0.735	Valid

Berdasarkan tabel 6, tabel ini memuat koefisien muatan faktor terstandar (*standardized factor loading*) dari 41 *item* yang lolos setelah proses modifikasi model. Keseluruhan *item* memiliki muatan faktor di atas 0,60 dengan rentang 0,584 hingga 0,797, dan semuanya signifikan secara statistik pada $p < 0,001$. Nilai muatan yang tinggi ini menunjukkan bahwa setiap *item* memberikan kontribusi yang cukup terhadap konstruk yang diukur.

Bila dicermati lebih mendalam, sejumlah *item* mencatat nilai muatan tertinggi, seperti KD10 (0,797), PP9 (0,800), dan DS4 (0,792) yang mengindikasikan bahwa pernyataan – pernyataan tersebut paling kuat dalam merepresentasikan inti dari masing-masing indikator dan paling seragam dipahami oleh mahasiswa. Di sisi lain, *item* dengan muatan yang lebih rendah, misalnya KD14 (0,584) dan P5 (0,612), meskipun masih berada di atas ambang batas, mencerminkan bahwa pernyataan tersebut mungkin ditafsirkan dengan sedikit lebih bervariasi antar responden, namun tetap dipertahankan karena kontribusinya masih berarti secara statistik.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa struktur dua aspek utama (*Problem Focused Coping* dan *emotional Focused Coping*) beserta enam indikatornya yang disusun berdasarkan landasan teoritis, terbukti secara empiris mampu menjelaskan variasi jawaban mahasiswa terhadap skala strategi *coping*. Berikut merupakan model akhir skala strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik disajikan pada gambar berikut:



Gambar 1. Diagram Jalur Skala Strategi *Coping* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik

Hasil CFA model akhir divisualisasikan dalam bentuk diagram jalur pada Gambar 1, yang menunjukkan hubungan antara *item*, indikator, dan dua aspek utama skala strategi *coping*. Berdasarkan gambar 1 tersebut diagram jalur hasil CFA dari model akhir skala strategi *coping* mahasiswa yang terdiri atas 41 *item*, menggambarkan hubungan antara setiap *item* dengan enam indikator, serta hubungan antara masing-masing indikator dengan dua aspek utamanya, yaitu *Problem Focused Coping* (PFC) dan *emotional Focused Coping* (EFC).

Pada aspek *Problem Focused Coping*, terdapat tiga indikator yang menyusunnya. Indikator Tindakan dan Perencanaan Aktif (TDP) terdiri dari 6 *item*, Penekanan Kegiatan Aktif (PKB) terdiri dari 9 *item*, dan Kontrol Diri (KD) terdiri dari 11 *item*. Pada aspek *emotional Focused Coping*, terdapat tiga indikator, yaitu Penerimaan Positif (PP) dengan 4 *item*, Penolakan (P) dengan 4 *item*, dan Dukungan Sosial (DS) dengan 7 *item*.

Secara keseluruhan, jumlah *item* pada setiap indikator menunjukkan variasi yang cukup

besar, dikarenakan setiap garis panah dalam diagram menunjukkan hubungan antara *item* dengan indikatornya, dengan nilai koefisien muatan faktor yang tertera pada setiap jalur, yang seluruhnya berada di atas 0,60 dan signifikan secara statistik pada taraf $p < 0,001$.

3.2.3. Hasil Analisis Reliabilitas

Uji reliabilitas skala strategi *coping* dilaksanakan melalui dua tahapan. Tahap pertama dilakukan dengan menguji 35 *item* sebagai sampel awal untuk mendeteksi *item* yang memiliki konsistensi internal rendah sekaligus mereduksi jumlah *item* sebelum masuk ke tahap uji validitas konstruk. Tahap kedua merupakan uji reliabilitas lanjutan terhadap 80 *item* yang telah melalui proses seleksi setelah pengujian CFA. Dari hasil uji tersebut, diperoleh koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,909, yang menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat baik karena berada di atas 0,80. Dengan demikian, *item – item* dalam skala ini terbukti mampu mengukur konstruk yang sama secara konsisten dan saling mendukung.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa skala strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik memiliki reliabilitas yang tinggi dan layak digunakan sebagai alat ukur yang andal pada penelitian - penelitian berikutnya. Menurut Azwar (2017), reliabilitas menunjukkan sejauh mana instrumen menghasilkan skor yang konsisten, dan merupakan prasyarat bagi validitas. Instrumen yang terlalu panjang juga berpotensi menurunkan kualitas respons karena responden lelah sehingga dapat menurunkan reliabilitas (DeVellis, 2017). Oleh karena itu, strategi seleksi *item* pada tahap awal dan lanjutan bertujuan memastikan bahwa hanya *item* yang stabil dan konsisten yang dipertahankan. Kemudian instrumen diuji kepada 209 responden dengan hasil akhir *blueprint* sebagaimana tabel berikut.

Tabel 7. *Blueprint* Final Skala Strategi *Coping* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik

	Aspek	Indikator	Jenis <i>Item</i>		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Problem Focused Coping</i>	Tindakan dan Perencanaan Aktif	1	4		1
		3	11,14		2
		4	16,17,19		3
	Penekanan Kegiatan Aktif	1	26,27		2
		2	31		1
		3	36,37		2
		4	41,42		2
		5	47,48		2
	Kontrol Diri	1	51		1
		2	57,58		2
		3	62,63		2
		4	66,67,68		3
		5	71,72,73		3
	Penerimaan Positif	1		79,80	2
		2		85	1
		4		95	1
<i>emotional Focused Coping</i>	Penolakan	1		102	1
		2		107	1
		4		117,118	2
	Dukungan Sosial	1		129, 130	2
		2		133,135	2
		3		139	1
		4		145	1
		5		148	1
	Total		26	15	41

Tabel 7 menyajikan *blueprint* akhir skala strategi coping mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik setelah melalui seluruh tahap uji psikometrik, meliputi validitas isi, validitas konstruk melalui CFA, dan uji reliabilitas. Dari 150 *item* awal, tersisa 41 *item* yang dinyatakan valid dan reliabel. Berdasarkan tabel tersebut, *item-item* yang bertahan terbagi ke dalam dua aspek utama. Aspek *Problem Focused Coping* (PFC) terdiri dari tiga indikator, yaitu Tindakan dan Perencanaan Aktif dengan 6 *item*, Penekanan Kegiatan Aktif dengan 9 *item*, dan Kontrol Diri dengan 11 *item*. Sementara itu, aspek *emotionalal Focused Coping* (EFC) juga terdiri dari tiga indikator, yaitu Penerimaan Positif dengan 4 *item*, Penolakan dengan 4 *item*, dan Dukungan Sosial dengan 7 *item*.

Secara keseluruhan, dari 41 *item* yang lolos, terdapat 26 *item favorable* dan 15 *item unfavorable*. Jumlah *item* pada setiap indikator menunjukkan variasi yang cukup besar. Indikator Kontrol Diri memiliki jumlah *item* terbanyak (11 *item*), sedangkan indikator Penerimaan Positif dan Penolakan memiliki jumlah *item* paling sedikit (masing-masing 4 *item*).

3.2.4. Hasil Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik responden yang terlibat dalam penelitian ini. Berdasarkan distribusi jenis kelamin, dari 209 responden, sebagian besar berjenis kelamin perempuan (85,2%), sementara responden laki-laki hanya 14,8%. Ketimpangan ini merefleksikan komposisi mahasiswa psikologi di Indonesia yang memang didominasi oleh perempuan, namun sekaligus menjadi catatan bahwa hasil pengukuran ini cenderung lebih mencerminkan pengalaman coping mahasiswa perempuan, sehingga belum dapat digeneralisasikan sepenuhnya pada populasi mahasiswa laki-laki.

Distribusi usia responden menunjukkan bahwa kelompok terbanyak berada pada usia 20 tahun (37,1%), disusul usia 21 tahun (24,8%) dan 19 tahun (21,9%). Secara keseluruhan, lebih dari separuh responden (61,0%) berusia 20 tahun ke atas, yang mengindikasikan bahwa sampel didominasi oleh mahasiswa pada semester pertengahan hingga akhir tahap perkuliahan di mana beban akademik semakin berat dan strategi coping menjadi semakin krusial untuk diandalkan.

Responden dalam penelitian ini berasal dari 32 perguruan tinggi di Indonesia, dengan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur sebagai kontributor terbesar (47,6%), diikuti oleh Universitas Mulawarman, Universitas Sebelas Maret, dan Universitas Pendidikan Indonesia (masing-masing 6,7%), serta Universitas Muhammadiyah Berau dan UIN Sunan Kalijaga (masing-masing 6,2%). Meskipun terdapat dominasi dari satu institusi, keterlibatan responden dari berbagai perguruan tinggi tetap memberikan variasi latar belakang akademik yang memperkaya pemahaman terhadap strategi *coping* mahasiswa dari konteks pendidikan yang beragam. Secara keseluruhan, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa karakteristik responden sesuai dengan tujuan pengukuran dan distribusi skor mendukung kualitas awal instrumen sebagai alat ukur strategi *coping* mahasiswa dalam menyelesaikan beban akademik.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah *item* yang dipertahankan setelah proses validasi belum seimbang antar aspek sehingga representasi skor pada masing – masing aspek belum proporsional. Kedua, masih terdapat ketidakseimbangan jumlah *item favorable* dan *unfavorable* pada beberapa indikator. Ketiga, kajian teoritis yang digunakan dalam pengembangan instrumen masih terbatas. Keempat, sampel penelitian belum sepenuhnya merepresentasikan populasi mahasiswa Indonesia karena sebagian besar responden berasal dari Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Kondisi ini berpotensi membatasi daya generalisasi hasil penelitian terhadap mahasiswa dari perguruan tinggi lain yang memiliki karakteristik akademik, budaya, maupun lingkungan belajar yang berbeda.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan *item* yang lebih proporsional pada setiap aspek, menyeimbangkan jumlah *item favorable* dan *unfavorable*, memperkaya landasan teoritis, serta melakukan pengembangan norma skor dan pengujian lintas pengukuran. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu memperluas cakupan sampel dengan melibatkan mahasiswa dari lebih banyak perguruan tinggi, wilayah, dan karakteristik institusi secara lebih seimbang sehingga instrumen yang dikembangkan memiliki tingkat presisi, validitas

eksternal, dan daya generalisasi yang lebih baik terhadap populasi mahasiswa di Indonesia.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan Skala Strategi *Coping* Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik. Strategi *coping* dipahami sebagai serangkaian upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk menghadapi, mengurangi, atau menyesuaikan diri dengan tekanan akademik yang dirasakan melebihi kemampuan yang dimilikinya. Skala ini dibangun berdasarkan dua aspek utama, yaitu *problem-focused coping* yang mencakup sub aspek perencanaan aktif, penekanan kegiatan aktif, dan kontrol diri, serta *emotional-focused coping* yang meliputi subaspek penerimaan positif, penolakan, dan dukungan sosial.

Skala ini pada tahap awal terdiri atas 150 item. Melalui proses pengujian psikometrik yang meliputi validitas isi menggunakan *Content Validity Index* (CVI) dan Aiken's V, validitas konstruk menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA), serta uji reliabilitas menunjukkan koefisien *Chronbach's Alpha* sebesar 0,909 yang mengindikasikan tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, skala ini layak digunakan sebagai instrumen untuk mengukur strategi *coping* mahasiswa dalam menghadapi beban akademik.

Dalam penggunaannya, skor total yang lebih tinggi menunjukkan kecenderungan mahasiswa memiliki strategi *coping* yang lebih adaptif dalam menghadapi tuntutan akademik, sedangkan skor yang lebih rendah mengindikasikan bahwa mahasiswa cenderung memiliki kemampuan *coping* yang kurang adaptif sehingga memerlukan perhatian atau intervensi lebih lanjut. Selain itu, skor pada masing – masing aspek dapat digunakan untuk mengidentifikasi kecenderungan strategi coping yang lebih dominan digunakan mahasiswa, baik *problem-focused coping* maupun *emotional-focused coping*, sehingga hasil pengukuran dapat dimanfaatkan sebagai dasar penyusunan program pendampingan akademik maupun layanan psikologis yang lebih tepat sasaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur atas bimbingan, arahan, kesempatan dan dukungan keilmuan yang telah diberikan dalam pelaksanaan dan penyusunan penelitian “Analisis Psikometrik Skala Strategi Coping Mahasiswa dalam Menyelesaikan Beban Akademik Berbasis CVI Aiken dan CFA”. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh responden serta pihak-pihak yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi ke-4). Pustaka Pelajar.
- Bariyyah, K., Ifdil, I., Arjanto, P., Rahmawati, H., Pratiwi, A. S., Soejanto, L. L., . . . Makaruku, V. K. (2026). The COSY: a coping strategies scale for undergraduate counseling students. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 14(1), 690-699. doi:<https://doi.org/10.29210/1180000>
- Barus, E., Muzakki, A., & Jannah, R. (2026). Analisis Sumber Daya Koping dan Perceived Stress Mahasiswa Menggunakan *Brief Cope* dan *Perceived Stress Scale*: Kajian Kuantitatif. (*JPAP*) *Jurnal Praktisi Administrasi Pendidikan*, 10(1), 12-21. doi:10.29303/jpap.v10i1.1165
- DeVellis, R. F. (2017). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). Sage.
- Fariz, A., Fitriana, L. A., & Puspita, A. P. (2025). Strategi Coping Mahasiswa Semester Akhir dalam Menghadapi Stres Akademik: Studi Kasus di Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 11(1), 34-42.
- Izah, N., Aini, D. K., & Bukhori, B. (2023). Stres dan Strategi Coping Pada Mahasiswa Yang Bertempat Tinggal di Pondok Pesantren. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1s), 231-242. doi:<https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12364>

- Kamila, A., & Widodo, B. (2025). Validitas Konstruk dalam Psikometri: Peran Analisis Faktor Eksploratori dan Konfirmatori. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 13(1), 1-7. doi:<https://doi.org/10.37721/psi.v13i1.1592>
- Laher, Z., Badat, A., Gathoo, A., Notoria, M. M., Cachalia, M., Sardiwalla, Z. M., ... Tlalajoe-Mokhatla, N. (2026). *Assessing the Implications of Loadshedding on Academic Workload Management by Preclinical MBChB Students. FUTURITY Education*, 6(1), 198-216. doi:<https://doi.org/10.57125/FED.2026.03.11>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: McGraw-Hill.
- Mukti, A., & Aprianti, K. (2021). Pengaruh Kualitas Pelayanan dan Harga Terhadap Keputusan Pembelian Pada Kedai Kirani Coffe. *Jurnal Bina Manajemen*, 10(1), 229-245. doi:<https://doi.org/10.52859/jbm.v10i1.163>
- Oktara, T. W. (2025). *Coping Strategies Inventory (CSI): Sebuah Alat Ukur Strategi Coping dalam Menghadapi Stres Pada Mahasiswa. Psychocentrum Review*, 7(1), 180-191. doi:<https://doi.org/10.26539/pcr.713376>
- Oktaviani, D. Z., & Marsofiyati. (2025). Pengaruh Beban Tugas Akademik dan Dukungan Sosial Terhadap Tingkat *Burnout* Mahasiswa Pendidikan Administrasi Perkantoran. *Harmoni Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 312-326. doi:<https://doi.org/10.62383/hardik.v2i1.1102>
- Sholekhah, N. B., Shovmayanti, N. A., & Kurniawan, D. (2026). Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Burnout Akademik. *Analogi Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 4(1), 32-41.
- Utami, L., Festiyed, Ilahi, D. P., Ratih, A., Lazulva, & Yenti, E. (2024). Analisis Indeks Aiken Untuk Mengetahui Validitas Isi Instrumen *Scientific Habits of Mind. Journal of Research and Education Chemistry (JREC)*, 6(1), 59-67. doi:10.25299/jrec.2024.vol 6(1).17430
- Widyaningtyas, C. H., & Pratama, D. (2025). Hubungan Strategi Coping Stress Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Pedagogy: Jurnal Pendidikan Matematika*, 10(4), 1705-1715. doi:<https://doi.org/10.30605/pedagogy.v0i4.7167>