

Pengembangan dan Validasi Alat Ukur Stress Coping Strategies (SCS) pada Dewasa Awal Menggunakan Analisis Psikometri

Riyanti Ramdhani¹, Dinda Fatimah Azzahra², Nadyra Riak Pasifica³, Anita Fuji Syukrillah⁴, Akmal Muhamad H N⁵

^{1,2,3,4,5} Psikologi, Fakultas Sosial & Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Indonesia
Email: ²dindafatimah0805@gmail.com, ¹riyatiramdhani43@gmail.com

Abstrak

Masa dewasa awal merupakan periode yang rentan terhadap stres akibat akumulasi tuntutan akademik, karir, dan interpersonal, sehingga ketersediaan instrumen pengukuran strategi coping yang valid dan reliabel menjadi sangat penting. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan memvalidasi alat ukur *Coping Stress Strategies* (CSS) berbasis teori Lazarus dan Folkman (1984) yang mencakup dua dimensi utama: *Problem-Focused Coping* (PFC) dan *Emotion-Focused Coping* (EFC). Penelitian menggunakan desain *psychometric scale development* dengan melibatkan 102 partisipan dewasa awal berusia 18–26 tahun yang direkrut melalui *purposive sampling*. Instrumen disusun dalam format skala Likert lima poin yang dikembangkan dari 29 aitem. Validitas konten diuji menggunakan formula Aiken's V, validitas konstruk diuji melalui *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) pada model dua faktor (PFC dan EFC), dan reliabilitas diestimasi menggunakan Cronbach's Alpha. Hasil menunjukkan nilai Aiken's V rata-rata sebesar 0,85 dengan seluruh aitem dinyatakan valid. Uji CFA menghasilkan indeks kecocokan yang baik (CFI = 0,961; RMSEA = 0,042; SRMR = 0,076; *p*-value = 0,17), sedangkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,878 menunjukkan konsistensi internal yang tinggi. Instrumen CSS yang dihasilkan diharapkan dapat menjadi alat ukur yang sah untuk mengidentifikasi kecenderungan strategi coping berbasis dua dimensi utama (PFC dan EFC) pada populasi dewasa awal di Indonesia.

Kata kunci: alat ukur, coping stress, dewasa awal, psikometri, validasi

Abstract

Early adulthood is a period that is particularly vulnerable to stress due to the accumulation of academic, career, and interpersonal demands, making the availability of valid and reliable instruments for measuring coping strategies highly important. This study aimed to develop and validate the *Coping Stress Strategies* (CSS) scale based on the theory of Lazarus and Folkman (1984), which encompasses two main dimensions: *Problem-Focused Coping* (PFC) and *Emotion-Focused Coping* (EFC). The study employed a *psychometric scale development* design involving 102 early adults aged 18–26 years who were recruited through *purposive sampling*. The instrument was developed in the form of a five-point Likert scale consisting of 29 items. Content validity was assessed using Aiken's V formula, construct validity was examined through *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) on a two-factor model (PFC and EFC), and reliability was estimated using Cronbach's Alpha. The results indicated an average Aiken's V value of 0.85, with all items deemed valid. The CFA demonstrated a good model fit (CFI = 0.961; RMSEA = 0.042; SRMR = 0.076; *p*-value = 0.17), while the Cronbach's Alpha coefficient of 0.878 indicated high internal consistency. The resulting CSS instrument is expected to serve as a valid and reliable measure for identifying coping strategy tendencies based on the two primary dimensions (PFC and EFC) among the early adult population in Indonesia.

Keywords: coping stress, early adulthood, psychometrics, scale development, validation

1. PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan periode transisi perkembangan yang kritis, ditandai dengan meningkatnya tuntutan akademik, karir, dan interpersonal secara bersamaan. Individu berusia 18–25 tahun menghadapi tekanan seperti ketidakpastian karir, tuntutan akademik, serta ekspektasi kemandirian ekonomi (Arnett, 2000; Cooper & Quick, 2017). Data dari berbagai studi menunjukkan bahwa

prevalensi stres pada mahasiswa di Indonesia berkisar antara 30–60%, menjadikan dewasa awal sebagai kelompok yang sangat rentan (Khusna, dkk., 2025). Hal ini menjadi persoalan mendesak mengingat tingginya angka stres pada mahasiswa di Indonesia, studi terkini menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres akademik pada kategori sedang hingga tinggi akibat beban tugas (Manery, dkk., 2024). Kötter et al. (2017) menyatakan bahwa stres berdampak secara negatif terhadap kinerja akademik yang juga dapat memicu siklus tingkat stres yang terus menerus sehingga memperburuk kinerja akademik. Pengelolaan stres yang tidak adaptif dapat menimbulkan dampak negatif secara fisiologis dan psikologis, seperti insomnia, penurunan imunitas, kecemasan, depresi, dan penurunan performa akademik maupun pekerjaan (Lazarus & Folkman, 1984; Cooper & Quick, 2017). Wahyudhi, Q. I., Winarsunu, T., & Amalia, S. (2019) Individu pada dewasa awal menerima harapan untuk mampu mandiri dalam melakukan berbagai tuntutan kehidupan. Ketidakstabilan ekonomi, persaingan hidup yang ketat hingga banyak perubahan yang tidak pasti dalam berbagai aspek kehidupan mengurangi kesempatan individu untuk memperoleh hidup layak sehingga mengarah pada stres dan frustrasi.

Setiap individu mengembangkan respons adaptif terhadap stres yang disebut strategi coping. Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan coping sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah untuk menghadapi tuntutan internal maupun eksternal yang melebihi kapasitas sumber daya individu. Coping merupakan proses aktif dan dinamis yang dipengaruhi oleh penilaian kognitif individu terhadap situasi yang dihadapi. Lazarus dan Folkman (1984) membaginya ke dalam dua tipe utama: (1) Problem-focused coping, yaitu strategi yang bertujuan menyelesaikan masalah atau mengubah sumber stres secara langsung melalui perencanaan dan tindakan konkret; dan (2) Emotion-focused coping, yaitu strategi yang berfokus pada pengelolaan respons emosional terhadap stres melalui penerimaan dan pencarian makna positif dari situasi sulit.

Ketersediaan instrumen pengukuran coping stress yang valid dan reliabel sangat penting, baik untuk penelitian maupun praktik psikologi klinis dan pendidikan (Maryam, 2017; Oktara, 2025). Instrumen yang sah memungkinkan identifikasi profil coping individu secara akurat sebagai dasar intervensi yang tepat sasaran. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir. Lubis dan Komalasari (2024) menemukan bahwa mahasiswa dewasa awal cenderung menggunakan kedua jenis strategi coping secara bergantian tergantung pada stresor yang dihadapi, sementara Sari dan Marsisno (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa telah menggunakan coping adaptif yang mencerminkan dua dimensi utama Lazarus dan Folkman (1984). Namun, alat ukur coping stress yang telah dikalibrasi secara psikometrik untuk konteks budaya Indonesia, khususnya pada populasi dewasa awal, masih terbatas. Instrumen yang banyak digunakan, seperti Ways of Coping Questionnaire (Folkman & Lazarus, 1988) dan Brief COPE (Carver, 1997), merupakan adaptasi dari skala asing berbasis budaya Barat yang berpotensi mengandung isu ekuivalensi budaya dan keterbatasan dalam merepresentasikan konteks lokal Indonesia (Cooper & Quick, 2017).

Berdasarkan kesenjangan penelitian di atas, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengonstruksi alat ukur *Stress Coping Strategies* (SCS) yang valid secara konten dan konstruk berdasarkan teori Lazarus dan Folkman (1984); (2) menguji reliabilitas instrumen menggunakan estimasi konsistensi internal; dan (3) memverifikasi struktur dua faktor (PFC dan EFC) melalui Confirmatory Factor Analysis (CFA). Instrumen yang dihasilkan diharapkan menjadi kontribusi psikometrik yang bernilai bagi penelitian dan praktik psikologi di Indonesia, khususnya dalam pengukuran strategi coping pada populasi dewasa awal.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *psychometric scale development* yang bersifat kuantitatif untuk mengonstruksi dan memvalidasi alat ukur *Stress Coping Strategies* (SCS). Konstruk SCS dioperasionalkan mengacu pada teori Lazarus dan Folkman (1984) dalam konstruk ini terdiri atas dua dimensi utama: *Problem-Focused Coping* (PFC) dan *Emotion-Focused Coping* (EFC), yang masing-masing mencakup indikator berperilaku spesifik.

Partisipan berjumlah $N = 102$, terdiri atas individu dewasa awal berusia 18–26 tahun yang direkrut melalui teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi meliputi: (1) berusia 18–26 tahun, (2) aktif menjalani peran sebagai mahasiswa atau pekerja, dan (3) bersedia berpartisipasi secara sukarela. Pengumpulan

data dilakukan melalui kuesioner online pada bulan oktober 2025. Instrumen SCS disusun dalam format skala Likert lima poin (1 = *Tidak Pernah*; 5 = *Sangat Sering*). Pengembangan aitem dilakukan dalam beberapa tahap: (1) kajian literatur dan perumusan konstruk, (2) penyusunan *blueprint* berdasarkan dimensi dan indikator, (3) penulisan aitem *dummy* sebanyak 29 butir (17 *favorable*, 12 *unfavorable*), dan (4) pengujian validitas dan reliabilitas. Validitas isi dievaluasi menggunakan Aiken's V dengan melibatkan dua ahli yang memiliki kompetensi dalam bidang psikologi dan pengembangan instrumen, sedangkan validitas konstruk diuji menggunakan CFA. Reliabilitas instrumen dianalisis menggunakan koefisien Cronbach's Alpha.

Tabel 1. Blueprint Instrumen Coping Stress Strategies

No	Dimensi	Indikator	Aitem	Bobot (%)
1	Problem-Focused Coping (PFC)	Planning – menyusun langkah konkret dan realistis	1 - 10	34,48
		Seeking Instrumental Support – mencari bantuan orang kompeten	11, 12	6,90
		Proactive Action – segera menyelesaikan tugas tertunda	13, 14	6,90
2	Emotion-Focused Coping (EFC)	Cognitive Restructuring – mengubah cara pandang terhadap stres	15 - 20	20,69
		Acceptance – menerima emosi negatif dan kenyataan sulit	21 - 29	31,03

Aitem dinyatakan valid apabila memiliki nilai Aiken's $V \geq 0,75$ (Roebianto et al., 2023). Reliabilitas konsistensi internal dianalisis menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dengan kriteria $\alpha \geq 0,70$ (Nunnally, 1978). Seleksi aitem dilakukan berdasarkan korelasi aitem-total terkoreksi dengan batas minimal $r \geq 0,30$. Selanjutnya, validitas konstruk diuji menggunakan Confirmatory Factor Analysis (CFA) dengan metode estimasi Maximum Likelihood.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Data Responden

Berdasarkan hasil pengumpulan data, diperoleh sebanyak 102 responden dengan latar belakang yang beragam. Secara umum, responden berada pada rentang usia 18–26 tahun, yang menunjukkan bahwa mayoritas termasuk dalam kategori dewasa awal. Berdasarkan data jenis kelamin, responden didominasi oleh perempuan. Sementara itu, jika dilihat dari aktivitas yang dijalani, sebagian besar merupakan mahasiswa aktif, disusul oleh responden yang bekerja penuh waktu.

Secara keseluruhan, variasi dari latar belakang responden ini memberikan gambaran bahwa pengalaman dalam menghadapi stres tidak hanya dialami dalam konteks akademik, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari.

Komposisi responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan (62,75%). Dominasi tersebut perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil karena perbedaan karakteristik coping antara laki-laki dan perempuan dapat memengaruhi pola respons terhadap instrumen. Namun, tujuan utama penelitian ini adalah mengembangkan dan memvalidasi instrumen, sehingga fokus analisis diarahkan pada kualitas psikometrik alat ukur, bukan pada perbandingan berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 2. Data Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	38	37,25%
Perempuan	64	62,75%
Usia		
18–26 tahun	102	100%
Status/Aktivitas		
Mahasiswa	68	66,67%
Bekerja penuh waktu	31	30,39%
Kuliah sambil bekerja	2	1,96%
Lainnya	1	0,98%

3.2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk melihat sejauh mana instrumen mampu memberikan hasil yang konsisten dalam mengukur konstruk yang diteliti. Pengujian ini menggunakan pendekatan frequentist scale reliability dengan indikator utama berupa nilai Cronbach's Alpha. Suatu instrumen umumnya dinyatakan reliabel apabila nilai alpha berada di atas 0,70. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,878. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat konsistensi internal yang baik, sehingga layak digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 3. Frequentist Individual Item Reliability Statistics

Item	Item-rest Correlation
1 (C6)	0.568
2 (C6)	0.242
3 (C3)	0.340
4 (C5)	0.448
5 (C5)	0.495
6 (C4)	0.391
7 (C6)	0.562
8 (C6)	0.329
9 (C6)	0.566
10 (C5)	0.424
11 (A2)	0.428
12 (A3)	0.137
13 (C3)	0.538
14 (C5)	0.539

Item	Item-rest Correlation
15 (C4)	0.422
16 (C2)	0.512
17 (C2)	0.562
18 (C2)	0.362
19 (C2)	0.528
20 (C3)	0.426
21 (A3)	0.481
22 (A3)	0.307
23 (C4)	0.445
24 (C4)	0.379
25 (A3)	0.358
26 (C3)	0.319
27 (C4)	0.231
28 (C3)	0.451
29 (A3)	0.535

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

	Jumlah Aitem	Koefisien Alpha
Sebelum Penghapusan Aitem	29	0,878
Setelah Penghapusan Aitem	26	0,883

Berdasarkan nilai *item-rest correlation*, sebagian besar item telah memenuhi kriteria minimal, yaitu di atas 0,30. Namun, item 2, 12, dan 27 memiliki nilai di bawah batas tersebut. Setelah ketiga item tersebut dihapus, nilai reliabilitas meningkat dari 0,878 menjadi 0,883. Akan tetapi, peningkatan tersebut relatif kecil sehingga item tetap dipertahankan berdasarkan pertimbangan teoritis dan karena reliabilitas skala secara keseluruhan telah berada pada kategori baik.

3.3. Uji Validitas Konstruk (Confirmatory Factor Analysis)

Untuk melihat kesesuaian model dengan data, dilakukan pengujian menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) pada instrumen coping stress strategies yang terdiri dari dua faktor.

Hasil analisis menunjukkan bahwa model dua faktor yang digunakan dalam penelitian ini sesuai dengan data yang diperoleh. Nilai Chi-square sebesar 366,296 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 311 sehingga diperoleh rasio Chi-square/df sebesar 1,18. Nilai tersebut menunjukkan bahwa model memiliki tingkat kecocokan yang baik karena rasio Chi-square/df berada di bawah < 2.00. Dengan p-value sebesar 0,17 menunjukkan bahwa model tidak berbeda secara signifikan dengan data empiris.

Tabel 5. Hasil Confirmatory Factor Analysis

Model	Estimasi	Keterangan
Chi'square	366.296	Fit
df	311	Fit
P	0,17	Fit
CFI	0,961	Fit
RMSEA	0,042	Fit
SRMR	0,076	Fit

Selain itu, nilai CFI sebesar 0,961 menunjukkan bahwa model memiliki tingkat kecocokan yang baik dalam menjelaskan hubungan antar indikator. Nilai RMSEA sebesar 0,042 juga mengindikasikan bahwa tingkat kesalahan model relatif rendah. Nilai SRMR sebesar 0,076 masih berada dalam batas yang dapat diterima, yang menunjukkan bahwa perbedaan antara model dengan data tidak terlalu besar. Secara keseluruhan, hasil CFA menunjukkan bahwa model dua faktor dalam instrumen *Stress Coping Strategies* mampu merepresentasikan konstruk yang diukur dengan baik, sehingga dapat dinyatakan layak digunakan dalam penelitian.

Tabel 6. Hasil Factor Loading

Factor	Indicator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
Factor 1	1 (C6)	1.000	0.000			1.000	1.000
	2 (C6)	0.232	0.131	1.774	.076	-0.024	0.489
	3 (C3)	0.710	0.132	5.392	< .001	0.452	0.968
	4 (C5)	0.574	0.118	4.868	< .001	0.343	0.806
	5 (C5)	1.015	0.143	7.072	< .001	0.734	1.296
	6 (C4)	0.310	0.117	2.640	.008	0.080	0.540
	7 (C6)	0.950	0.134	7.110	< .001	0.688	1.212
	8 (C6)	0.289	0.131	2.207	.027	0.032	0.546
	9 (C6)	1.121	0.140	8.026	< .001	0.847	1.395
	10 (C5)	0.475	0.146	3.245	.001	0.188	0.761
	11 (A2)	0.815	0.137	5.955	< .001	0.547	1.083
	12 (A3)	0.036	0.130	0.277	.782	-0.219	0.292

Factor	Indikator	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
						Lower	Upper
Factor 2	13 (C3)	1.004	0.134	7.500	< .001	0.742	1.267
	14 (C5)	0.998	0.136	7.319	< .001	0.730	1.265
	15 (C4)	1.000	0.000			1.000	1.000
	16 (C2)	1.296	0.148	8.772	< .001	1.006	1.585
	17 (C2)	1.102	0.156	7.077	< .001	0.797	1.407
	18 (C2)	0.225	0.179	1.252	.211	-0.127	0.576
	19 (C2)	1.091	0.133	8.185	< .001	0.829	1.352
	20 (C3)	0.948	0.155	6.104	< .001	0.643	1.252
	21 (A3)	0.698	0.143	4.890	< .001	0.418	0.977
	22 (A3)	0.050	0.136	0.370	.712	-0.216	0.317
	23 (C4)	0.520	0.165	3.144	.002	0.196	0.845
	24 (C4)	0.971	0.152	6.402	< .001	0.674	1.268
	25 (A3)	0.261	0.150	1.740	.082	-0.033	0.554
	26 (C3)	0.742	0.155	4.773	< .001	0.437	1.046
	27 (C4)	0.532	0.140	3.802	< .001	0.258	0.805
28 (C3)	1.010	0.150	6.730	< .001	0.716	1.304	
29 (A3)	0.676	0.147	4.588	< .001	0.387	0.965	

Hasil analisis *confirmatory factor analysis* (CFA) menunjukkan bahwa model terdiri dari dua faktor laten. Pada Faktor 1, sebagian besar indikator menunjukkan *factor loading* yang signifikan secara statistik ($p < .05$), kecuali indikator 2 (C6; $\beta = 0.232$, $p = .076$) dan indikator 12 (A3; $\beta = 0.036$, $p = .782$) yang tidak signifikan. Indikator dengan loading tertinggi pada Faktor 1 adalah indikator 9 (C6; $\beta = 1.121$, $p < .001$). Pada Faktor 2, mayoritas indikator juga signifikan, dengan loading tertinggi pada indikator 16 (C2; $\beta = 1.296$, $p < .001$). Namun, indikator 18 (C2; $\beta = 0.225$, $p = .211$), 22 (A3; $\beta = 0.050$, $p = .712$), dan 25 (A3; $\beta = 0.261$, $p = .082$) tidak mencapai signifikansi statistik. Indikator-indikator yang tidak signifikan tersebut dipertimbangkan untuk direvisi atau dieliminasi dari model guna meningkatkan validitas konstruk.

3.4. Uji Validitas Konten (Aiken's V)

Uji validitas konten dilakukan untuk melihat sejauh mana item dalam instrumen telah sesuai dengan konstruk yang diukur melalui penilaian ahli (*expert judgement*). Validitas konten berfokus pada kesesuaian antara item dengan aspek yang diukur, kejelasan bahasa, serta relevansi item terhadap tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, penilaian dilakukan oleh dua orang rater menggunakan skala 1–5. Berdasarkan hasil perhitungan, diperoleh nilai Aiken's V sebesar 0,85. Nilai tersebut menunjukkan bahwa secara umum item-item dalam instrumen telah memiliki tingkat kesesuaian yang baik.

Hasil penilaian lebih lanjut menunjukkan bahwa seluruh aitem berada dalam kategori valid, sehingga tidak terdapat item yang perlu dieliminasi. Hal ini mengindikasikan bahwa item yang disusun telah mampu merepresentasikan konstruk coping stress strategies yang diukur.

Tabel 7. Hasil Penilaian Expert Judgement

Aitem	V		Aitem	V	
1	1,00	Valid	16	1,00	Valid
2	0,87	Valid	17	1,00	Valid
3	1,00	Valid	18	1,00	Valid
4	0,87	Valid	19	0,87	Valid
5	1,00	Valid	20	0,87	Valid
6	0,87	Valid	21	1,00	Valid
7	1,00	Valid	22	1,00	Valid
8	0,87	Valid	23	1,00	Valid
9	1,00	Valid	24	1,00	Valid
10	0,87	Valid	25	1,00	Valid
11	1,00	Valid	26	1,00	Valid
12	1,00	Valid	27	1,00	Valid
13	1,00	Valid	28	1,00	Valid
14	1,00	Valid	29	1,00	Valid
15	1,00	Valid			

Pembahasan

Hasil validitas isi menunjukkan bahwa instrumen *Coping Stress Strategies* (SCS) memiliki kualitas yang baik dengan nilai rata-rata Aiken's V sebesar 0,85. Nilai tersebut berada di atas batas minimum yang direkomendasikan yaitu 0,75, sehingga seluruh item dinyatakan valid dan mampu merepresentasikan konstruk yang diukur. Temuan ini menunjukkan bahwa indikator yang disusun telah sesuai dengan dimensi *Problem-Focused Coping* (PFC) dan *Emotion-Focused Coping* (EFC) sebagaimana dijelaskan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Nurjanah et al. (2023) yang menunjukkan bahwa nilai Aiken's V di atas 0,80 mengindikasikan kesesuaian isi instrumen yang tinggi. Hasil yang serupa juga ditemukan pada penelitian Adzkiyya et al. (2025) yang mengembangkan alat ukur regulasi emosi pada mahasiswa di Kalimantan Timur dengan nilai Aiken's V antara 0,62 hingga 1,0, di mana seluruh item tetap dinyatakan valid meskipun rentang

nilai lebih besar dibandingkan penelitian ini. Perbedaan rentang tersebut dapat dipengaruhi oleh jumlah dan latar belakang rater yang digunakan, mengingat penelitian Adzkiyya et al. (2022) melibatkan lebih banyak ahli dalam proses penilaian. Meski demikian, kedua penelitian sama-sama menunjukkan bahwa pendekatan *expert judgement* dengan formula Aiken's V efektif digunakan untuk memastikan kesesuaian isi instrumen psikologi, khususnya pada populasi mahasiswa yang memiliki karakteristik konteks budaya dan tuntutan hidup yang khas.

Hasil *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) menunjukkan bahwa model dua faktor memiliki kecocokan yang baik dengan data empiris. Nilai CFI sebesar 0,961, RMSEA sebesar 0,042, SRMR sebesar 0,076, dan p-value sebesar 0,17 menunjukkan bahwa model memenuhi kriteria *goodness of fit*. Temuan ini mendukung model teoritis Lazarus dan Folkman (1984) yang membedakan *coping stress* menjadi dua dimensi utama, yaitu *Problem-Focused Coping* dan *Emotion-Focused Coping*. Dengan demikian, struktur faktor instrumen yang dikembangkan terbukti sesuai dengan konstruk teoritis yang mendasarinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ambarwati et al. (2024) yang menemukan bahwa strategi coping mahasiswa terdiri atas penggunaan coping yang berorientasi pada penyelesaian masalah dan pengelolaan emosi sesuai situasi yang dihadapi. Selain itu, penelitian Goretzko et al. (2024) menjelaskan bahwa model CFA dapat dinyatakan baik apabila memiliki nilai CFI di atas 0,90 dan RMSEA di bawah 0,08. Pada penelitian ini diperoleh nilai CFI sebesar 0,961 dan RMSEA sebesar 0,042 sehingga menunjukkan tingkat kecocokan model yang lebih dari cukup untuk merepresentasikan konstruk *coping stress*.

Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Huda et al. (2022) yang melakukan validasi versi Indonesia dari Brief COPE pada pasien kanker stadium lanjut. Penelitian tersebut memperoleh nilai CFI sebesar 0,952 dan RMSEA sebesar 0,075. Meskipun karakteristik partisipan yang digunakan sangat berbeda dengan penelitian ini, yaitu pasien kanker dibandingkan mahasiswa, indeks kecocokan model yang diperoleh tetap berada pada rentang yang relatif serupa. Temuan ini menunjukkan bahwa model coping yang terdiri dari dua faktor memiliki tingkat kestabilan yang cukup baik dan dapat diterapkan pada berbagai konteks populasi. Selain itu, penelitian Khairunnisa et al. (2025) mengenai pengembangan skala regulasi diri pada mahasiswa juga menghasilkan indeks kecocokan yang tidak jauh berbeda, dengan nilai CFI sebesar 0,918 dan RMSEA sebesar 0,061. Kesamaan hasil tersebut memberikan dukungan bahwa struktur faktor yang ditemukan dalam penelitian ini tidak muncul secara kebetulan, melainkan merepresentasikan konstruk yang memiliki dasar teoritis yang kuat dan konsisten.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ambarwati et al. (2024) yang menemukan bahwa strategi coping mahasiswa terdiri atas penggunaan coping yang berorientasi pada penyelesaian masalah dan pengelolaan emosi sesuai situasi yang dihadapi. Selain itu, penelitian Goretzko et al. (2024) menjelaskan bahwa model CFA dapat dinyatakan baik apabila memiliki nilai CFI di atas 0,90 dan RMSEA di bawah 0,08. Pada penelitian ini diperoleh nilai CFI sebesar 0,961 dan RMSEA sebesar 0,042 sehingga menunjukkan tingkat kecocokan model yang lebih dari cukup untuk merepresentasikan konstruk coping stress. Hasil ini sejalan dengan penelitian Adzkiyya et al. (2025) yang memperoleh Cronbach's Alpha sebesar 0,926 pada skala regulasi emosi mahasiswa, serta Harwanto et al. (2025) dengan nilai 0,950 pada skala kesepian mahasiswa baru. Hal ini menunjukkan bahwa nilai reliabilitas yang diperoleh dalam penelitian ini berada pada kisaran yang wajar dan konsisten dengan penelitian pengembangan instrumen psikologi lainnya di Indonesia.

Secara praktis, instrumen ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi kecenderungan strategi coping pada individu dewasa awal yang menghadapi berbagai tuntutan akademik, pekerjaan, maupun relasi interpersonal. Temuan ini mendukung penelitian Hamra dan Widiasih (2024) yang menunjukkan bahwa individu dengan peran ganda, seperti kuliah sambil bekerja, membutuhkan strategi coping yang efektif untuk mengurangi dampak stres yang dialami.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil mengembangkan dan memvalidasi alat ukur Coping Stress Strategies (SCS) berbasis teori Lazarus dan Folkman (1984) yang mencakup dua dimensi utama: Problem-Focused Coping (PFC) dan Emotion-Focused Coping (EFC). Secara keseluruhan, instrumen terbukti memiliki

kualitas psikometrik yang baik, seluruh 29 aitem final dinyatakan valid secara isi (Aiken's V rata-rata = 0,85), model dua faktor PFC–EFC terkonfirmasi melalui CFA dengan indeks kecocokan yang memuaskan (CFI = 0,961; RMSEA = 0,042; SRMR = 0,076; $p = 0,17$), dan konsistensi internal yang tinggi ditunjukkan oleh Cronbach's Alpha sebesar 0,878. Hasil ini sejalan dengan penelitian Putri et al. (2025) yang memperoleh Cronbach's Alpha sebesar 0,870 pada skala regulasi diri mahasiswa, serta Nurdiani et al. (2025) dengan nilai 0,950 pada skala kesepian mahasiswa baru. Hal ini menunjukkan bahwa nilai reliabilitas yang diperoleh dalam penelitian ini berada pada kisaran yang wajar dan konsisten dengan penelitian pengembangan instrumen psikologi lainnya di Indonesia.

Secara praktis, instrumen SCS dapat digunakan untuk mengidentifikasi kecenderungan strategi coping individu dewasa awal berdasarkan dua dimensi utamanya (PFC dan EFC), baik dalam konteks akademik, pekerjaan, maupun keperluan skrining psikologis. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang relatif kecil ($N = 102$) yang berpotensi membatasi generalisasi temuan, serta penggunaan metode self-report yang rentan terhadap bias sosial-desirabilitas. Keterbatasan ini perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil, sehingga penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam serta mengombinasikan metode pengukuran alternatif untuk memperkuat validitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, I. A. S., Jannati, S., & Khairina, N. (2024). Coping mechanism terhadap stress akademik pada mahasiswa. *Flourishing Journal*, 4(2), 47–58. <https://doi.org/10.17977/um070v4i22024p47-58>
- Adzkiyya, F. N., Suciani, S. N., Meylani, D., Hisan, H., Rahma, H. M., & Farida, R. (2025). Pengembangan alat ukur psikologi kemampuan regulasi emosi pada mahasiswa di Kalimantan Timur. *Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia*, 4(2), 285–295.
- Goretzko, D., Siemund, K., & Sterner, P. (2024). Evaluating model fit of measurement models in confirmatory factor analysis. *Educational and Psychological Measurement*, 84(1), 123–144. <https://doi.org/10.1177/00131644231163813>
- Hamra, N. E., & Widiasih, P. A. (2024). Strategi koping dan work-life balance pada mahasiswa yang bekerja. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 4(2). <https://doi.org/10.36805/empowerment.v4i2.1179>
- Harwanto, A. P., Putri, S. S., Yulingga, S. D., & Asfari, N. A. B. (2025). Validitas dan reliabilitas skala kesepian. *Flourishing Journal*, 5(1), 48–57. <https://doi.org/10.17977/um070v5i12025p48-57>
- Huda, N., Lin, Y.-K., Shaw, M. K., Hsu, Y.-Y., & Chang, H.-J. (2022). Psychometric properties and cross-cultural adaptation of the Indonesian version of the Brief COPE in a sample of advanced cancer patients. *PLoS ONE*, 17(11), e0275083. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275083>
- Khairunnisa, A. S., Setiani, F. B., Aisha, K. Z., & Rahmah, A. M. (2025). Pengembangan alat ukur self regulation pada mahasiswa. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 8(4), 9588–9597.
- Khusna, N. Z., Rakhmawati, D., & Setiawan, A. (2025). Perbedaan coping stress mahasiswa di Indonesia dan Malaysia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 5(02), 449–457. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v5i02.6739>
- Kötter, T., Wagner, J., Brüheim, L., & Voltmer, E. (2017). *Perceived medical school stress of undergraduate medical students predicts academic performance: an observational study. BMC medical education*, 17(1), 256.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Lubis, R., & Komalasari, S. (2024). Coping stress pada mahasiswa generasi Z yang sedang magang. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 1224–1234. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p1224-1234>
- Manery, D. E., Zuneldi, T., Embisa, Y. A., Ukratalo, A. M., & Pattimura, N. (2024). Gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa keperawatan STIKes Pasapua Ambon tahun 2024. *Jurnal*

- Anestesi, 2(1), 19–23.
- Nurdiani, A. F., & Salsabila, R. (2025). Validitas dan reliabilitas skala kesepian pada mahasiswa baru. *Flourishing Journal*, 5(1).
- Nurjanah, S., Istiyono, E., Widiastuti, W., Iqbal, M., & Kamal, S. (2023). The application of Aiken's V method for evaluating the content validity of instruments that measure the implementation of formative assessments. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 12(2), 125–133. <https://doi.org/10.15294/jere.v12i2.76451>
- Roebianto, A., Savitri, S. I., Aulia, I., Suciyan, A., & Mubarokah, L. (2023). Content validity: Definition and procedure of content validation in psychological research. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology (TPM)*, 30(1), 5–18. <https://doi.org/10.4473/TPM30.1.1>
- Sari, D. D. W., & Marsisno, W. (2023). Klasifikasi tingkat stres akademik dan gambaran mekanisme koping mahasiswa: Studi kasus mahasiswa Politeknik Statistika STIS T.A 2022/2023. *Seminar Nasional Official Statistics 2023*, 203–212.
- Wahyudhi, Q. I., Winarsunu, T., & Amalia, S. (2019). Kematangan sosial dan problem focused coping pada laki-laki usia dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 7(1), 52-64.
- Zakariya, Y. F. (2022). Cronbach's alpha in mathematics education research: Its appropriateness, overuse, and alternatives in estimating scale reliability. *Frontiers in Psychology*, 13, 1074430. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1074430>

Halaman ini dikosongkan