

## ABSTRAK

### FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN MEKANISME KOPING MAHASISWA PRODI NERS STIKes MEDIKA CIKARANG TAHUN 2016

Eddy Suharso

Keperawatan merupakan ilmu yang memberikan fokus perhatian utama terhadap kondisi homeostatis individu dalam kondisi seimbang. Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok individu yang merupakan bagian dari integrasi pelayanan keperawatan, menjadi rentan untuk mengalami ketidak seimbangan homeostatis akibat stress yang berasal dari kehidupan akademik. Desain penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 72 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan metode total sampling (sampel jenuh). Alat pengumpul data pada penelitian ini menggunakan kuisioner dengan menggunakan pertanyaan dari masing-masing variabel. Hasil uji univariat penelitian ini menunjukkan dari jumlah responden sebanyak 72 responden, mekanisme koping yang baik sebanyak 30 responden (52.8%) dan mekanisme koping yang kurang baik sebanyak 42 responden (47.2%). Keyakinan dan Pandangan Positif yang baik sebanyak 39 responden (54.2%) dan Keyakinan dan Pandangan Positif yang kurang baik sebanyak 33 responden (45.8%). Interaksi sosial yang baik sebanyak 47 responden (64.4%) dan interaksi sosial yang kurang baik sebanyak 26 responden (35.6%). Dukungan sosial yang baik sebanyak 36 responden (50.0%) dan dukungan sosial yang kurang baik sebanyak 36 responden (50.0%). Sedangkan hasil uji bivariat menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara keyakinan dan pandangan positif ( $p$  value 0.000), interaksi sosial ( $p$  value 0.001), dan dukungan sosial ( $p$  value 0.029), dengan mekanisme koping mahasiswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan fisik, keyakinan dan pandangan positif, interaksi sosial, dukungan sosial, dan materi dengan mekanisme koping mahasiswa STIKes Medika Cikarang. Saran ditunjukkan kepada tempat penelitian, mahasiswa, peneliti lainnya, bagi institusi pendidikan, dan tenaga kesehatan, khususnya untuk mahasiswa agar dapat memiliki mekanisme koping yang baik dan untuk lainnya agar dapat membantu mahasiswa untuk memiliki mekanisme koping yang baik.

Kata Kunci : mekanisme koping, mahasiswa, keyakinan dan pandangan positif, dukungan sosial, interaksi sosial

## **ABSTRACT**

### **FACTORS RELATED TO STUDENTS COPING MECHANISM NURSING STUDY PROGRAM AT STIKes MEDIKA CIKARANG 2016**

**Eddy Suharso**

Nursing is a science that provides the main focus of the individual homeostatic Events in equilibrium. Students as part of a group of individuals who are part of the integration of nursing services, be prone to experiencing homeostatic imbalance due to stress from academic life. The design of this study is an analytical cross-sectional quantitative approach. The number of samples in this study were 72 respondents with a sampling technique using total sampling method (saturated sample). Means of collecting data in this study using a questionnaire by using pertabayaan of each variable. Univariate test results of this study indicate the number of respondents were 72 respondents, better coping mechanisms as much as 30 respondents (52.8%) and poor coping mechanisms as much as 42 respondents (47.2%). Confidence and Positive Outlook are either total respondents 39 (54.2%) and Confidence and Positive Outlook are not good as much as 33 respondents (45.8%). Good social interaction as much as 47 respondents (64.4%) and poor social interaction as much as 26 respondents (35.6%). good social support as many as 36 respondents (50.0%) and poor social support as many as 36 respondents (50.0%). While the bivariate test results showed no significant relationship between confidence and a positive outlook ( $p = 0.000$ ), social interaction ( $p = 0.001$ ), and social support ( $p = 0.029$ ), with students coping mechanism. It can be concluded that there is a significant relationship between physical health, confidence and a positive outlook, social interactions, social support, and coping mechanisms of the material with students STIKes Medika Cikarang. Recommendations addressed to the research, students, other researchers, for educational institutions, and health workers, especially for students in order to have good coping mechanisms and to others in order to help the students to have good coping mechanisms.

**Keywords** : coping mechanisms, student, confidence and a positive outlook, social support, social interaction

## **Pendahuluan**

Keperawatan merupakan ilmu yang memberikan fokus perhatian utama terhadap kondisi homeostasis individu dalam kondisi seimbang. Hal tersebut diperkuat oleh tokoh keperawatan sepanjang waktu Florence Nightingale yang menyatakan tujuan keperawatan adalah untuk dapat menempatkan klien dalam kondisi yang paling baik (Smeltzer & Bare, 2005). Tujuan tersebut sesuai dengan pedoman keperawatan sebagai ilmu yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan dasar manusia, sebagai upaya untuk mempertahankan homeostasis tubuh. Mahasiswa sebagai bagian dari kelompok individu yang merupakan bagian dari sasaran integrasi pelayanan keperawatan, menjadi rentan untuk mengalami ketidakseimbangan homeostasis akibat stres yang berasal dari kehidupan akademik.

Selama perkuliahan, mahasiswa akan dihadapkan dengan berbagai macam kondisi yang dapat memicu stres. Kondisi tersebut bisa terkait dengan masalah akademis maupun non akademis. Penuhnya jadwal kuliah, banyaknya mata ajar yang harus diambil, dan banyaknya tugas-tugas yang harus dipenuhi termasuk beberapa contoh stresor yang dialami oleh mahasiswa. Persaingan dalam meraih nilai juga tidak dapat dihindari karena nilai yang didapatkan pada masa kuliah dianggap akan menentukan masa depannya. Sumber stres non akademis umumnya datang dari kesibukan mahasiswa di organisasi, konflik dengan teman, keadaan keluarga, sampai masalah percintaan.

Mahasiswa adalah kalangan muda yang berumur 19-28 tahun yang memang dalam usia tersebut mengalami suatu peralihan dari tahap remaja ke tahap dewasa. Perubahan yang sangat signifikan terjadi pada masa ini. Masa peralihan yang dialami mahasiswa akan mendorong mahasiswa untuk menghadapi segala tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Hal tersebut muncul karena adanya perubahan yang terjadi pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Seseorang yang ada di tahap ini akan dituntut untuk melakukan penyesuaian diri.

Dalam kenyataannya, stres bisa benar-benar sangat mempengaruhi hidup seseorang apabila orang tersebut tidak memiliki coping. Coping dapat bersifat adaptif dan maladaptif. Coping yang adaptif dapat membantu seseorang secara efektif dalam menghadapi keadaan yang tertekan. Coping yang maladaptif dapat menghasilkan distress yang tak perlu untuk dirinya dan orang lain. Perilaku coping merupakan suatu tingkah laku menghadapi masalah, mengontrol sesuatu yang datang dari luar dan atau dalam diri seseorang (Folkman dan Lazarus, 1984).

Untuk itu diperlukan mekanisme coping yang tepat untuk menghindari stress pada mahasiswa. Mekanisme coping yang digunakan setiap individu pasti berbeda. Keliat (1999) mengatakan bahwa mekanisme coping merupakan cara yang dilakukan seseorang untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam.

Para ahli menggolongkan dua strategi coping yang biasanya digunakan oleh

individu, yaitu: problem-solving focused coping, dimana individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stres; dan emotion-focused coping, dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Hasil penelitian membuktikan bahwa individu menggunakan kedua cara tersebut untuk mengatasi berbagai masalah yang menekan dalam berbagai ruang lingkup kehidupan sehari-hari (Lazarus & Folkman, 1984).

Ahyar (2010), menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi strategi coping, yaitu; kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif, interaksi sosial, dukungan sosial dan materi.

Kesehatan fisik, Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama usaha mengatasi stress individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar. Keyakinan atau pandangan positif, Keyakinan menjadi sumberdaya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (external locus of control) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (helplessness) yang akan menurunkan kemampuan strategi coping tipe problem-solving focused coping. suatu tindakan yang tepat. Interaksi social, Interaksi ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat. Dukungan social, Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang

diberikan oleh orangtua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya. Materi, Meliputi sumberdaya berupa uang, barang, atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Tingkat stres yang tinggi ditunjukkan berbagai tanda seperti timbulnya perasaan cemas, tidak yakin, dan sulit tidur (Santoso, 2010). Penelitian Organisasi Kesehatan (WHO) diberbagai negara menunjukkan sebesar 20-30 persen pasien yang datang ke pelayanan kesehatan dasar menunjukkan gangguan jiwa. Bentuk yang paling sering adalah kecemasan dan depresi. Hal ini sering tidak dipahami orang yang bersangkutan dan lingkungannya tentang penerapaoan mekanisme coping yang baik, mereka lebih berfokus ada keluhan fisik serta masalah yang melatarbelakangi, misalnya masalah keluarga, masalah pekerjaan, dan sebagainya (M0edjiono, 2007)

Menurut Lazarus & Folkman (1984 dalam Smet, 1994) coping adalah suatu proses dimana individu mencoba mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan, baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya mereka gunakan dalam menghadapi situasi yang menyebabkan stres. Stres merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa telah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap stres bahkan sebelum manusia lahir (Smeltzer & Bare, 2008). Stres normal dialami oleh setiap individu dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan

Stres membuat seseorang yang mengalaminya berpikir dan berusaha keras

dalam menyelesaikan suatu permasalahan atau tantangan dalam hidup sebagai bentuk respon adaptasi untuk tetap bertahan (Potter & Perry, 2005). Tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa dapat menjadi bagian stres yang biasa dialami oleh mahasiswa.

Studi literatur stres pada remaja cenderung tinggi. Jumlah mahasiswa yang mengalami stres akademik meningkat setiap semester (Govaerst & Gregoire, 2004). Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa merupakan stres akademik. Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan individu mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2004). Remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang akan memasuki masa dewasa. Pada masa ini remaja mengalami suatu kondisi yang disebut dengan periode “storm & stress” (Bakrie, 2010). Perubahan kondisi fisiologis dan perkembangan berupa peningkatan kadar hormon. Mengakibatkan mahasiswa labil dalam menghadapi permasalahan-permasalahan dalam kehidupannya. Mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman dalam menyelesaikan masalah (Tobroni, 2010). Oleh karena itu, mahasiswa cenderung lebih mudah mengalami stres.

Mahasiswa mengalami stres dari berbagai sumber. Masalah akademik kaitannya dengan kegagalan mahasiswa dalam menyelesaikan tuntutan akademik, penundaan penyelesaian tugas, prestasi akademik yang rendah, dan masalah kesehatan. Davidson (2001) mengemukakan sumber stres akademik

meliputi: situasi yang monoton, kebisingan, tugas yang terlalu banyak, harapan yang mengada-ngada, ketidakjelasan, kurang adanya kontrol, keadaan bahaya dan kritis, tidak dihargai, diacuhkan, kehilangan kesempatan, aturan yang membingungkan, tuntutan yang saling bertentangan, dan deadline tugas perkuliahan. Lebih lanjut, Womble (2001) menyatakan bahwa stressor akademik meliputi manajemen waktu, masalah finansial, gangguan tidur dan aktivitas sosial.

Tuntutan internal maupun eksternal dari kehidupan akademik dapat memberi tekanan yang melampaui batas kemampuan mahasiswa. Ketika hal tersebut terjadi, maka overload tersebut akan mengakibatkan terjadinya distress, dalam bentuk kelelahan fisik atau mental, daya tahan tubuh menurun, dan emosi yang mudah meledak-ledak. Stres yang berkepanjangan yang dialami oleh individu dapat mengakibatkan penurunan kemampuan untuk beradaptasi terhadap stres (Potter & Perry, 2005). Kondisi tersebut dapat memicu timbulnya masalah-masalah kesehatan pada individu. Mahasiswa mengalami stres akademik dapat berdampak positif atau negatif (Agolla & Ongori, 2009). Menurut Goff. A.M. (2011), peningkatan jumlah stres akademik akan menurunkan kemampuan akademik yang berpengaruh terhadap indeks prestasi. Beban stres yang dirasa terlalu berat dapat memicu gangguan memori, konsentrasi, penurunan kemampuan penyelesaian masalah, dan kemampuan akademik (Goff. A.M., 2011).

Beban stres yang dirasa berat juga dapat memicu seorang remaja untuk beresilaku negatif, seperti merokok,

alkohol, tawuran, seks bebas bahkan penyalahgunaan NAPZA (Widianti, 2007). Dampak positif dari stres, berupa peningkatan kreativitas dan memicu pengembangan diri, selama stres yang dialami masih dalam batas kapasitas individu. Stres tetap dibutuhkan untuk pengembangan diri mahasiswa (Smeltzer & Bare, 2008). Prediktor kontrol dan suport menjadi hal yang penting untuk mengarahkan mahasiswa mendapatkan manfaat positif dari kondisi stres yang dialami (Gibbon.C., Dempster.M., & Moutray.M., 2011). Respon stres dari setiap mahasiswa berbeda. Respon tersebut tergantung pada kondisi kesehatan, kepribadian, pengalaman sebelumnya terhadap stres, mekanisme koping, jenis kelamin, dan usia, besarnya stresor, dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu (Potter & Perry, 2005).

Penelitian yang dilakukan oleh Wanda, Wiarsih, Afifah, hayati dan Susanti (2011) mengenai “Studi Triangulasi Terhadap Stres dan Koping Mahasiswa Keperawatan Selama Proses Belajar dan mengajar pada Kurikulum Bebas Kompetensi” menemukan hasil bahwa sistem pembelajaran KBK memberikan stresor tersendiri bagi mahasiswa. Stresor yang paling dominan yang dirasakan mahasiswa adalah jumlah tugas(98%), tingkat kesulitan tugas(91%), ujian dan nilai(88%). Penelitian tersebut juga mengidentifikasi jenis koping efektif yang digunakan mahasiswa dalam mengatasi stresor yaitu tidur(97%), mendengarkan music(92%), dan melakukan hobi(92%).

Penelitian Mahat (1996) “*Stres and coping: First-Year Nepalase Nursing*

*Students In Clinical Setting*” yang berjudul melaporkan bahwa 55 dari 104 mahasiswa keperawatan di Nepal mencari dukungan sosial. Penelitian lainnya yang berjudul “*Stres and Coping: Junior Baccalaureate Nursig Students In Clinical Setting*” pada tahun 1998 menemukan 59 dari 107 mahasiswa S1 keperawatan di Amerika Serikat lebih memilih menggunakan pemecahan masalah dan 53 diantaranya mencari dukungan sosial. Mahat juga menemukan bahwa mahasiswa merasakan stres yang begitu tinggi saat mengikuti praktik klinik ditahun pertama pendidikan mereka. Terdapat sekitar 50% mahasiswa (dari total 104 mahasiswa) yang menemukan hubungan interpersonal sebagai sumber stres yang utama saat mengikuti praktik klinik.

Evan dan Kelly (2004, dalam Lin 2006) melaporkan mahasiswa keperawatan di Irlandia pada umumnya mengatasi stres dengan mencari dukungan sosial yaitu berbicara dengan keluarga dan teman sebaya. Hasil yang sama didapatkan pada mahasiswa keperawatan di Taiwan, mereka memilih untuk menggunakan strategi berfokus pada masalah selama menjalani praktik klinik pertama mereka (Sheu, Lin dan Hwang, 2002).

Hasil lain ditemukan oleh Lin (2006) dalam penelitiannya. Lin menemukan bahwa mahasiswa di University of Hong kong yang mengikuti praktik klinik berada di level stres yang sedang atau cukup [Mean (SD) = 2.10 (0.44)] dan stres utama berasal dari kurangnya pengetahuan dan keahlian profesional saat menjalani praktik klinik [Mean (SD) = 1.40 (0.65)]. Mahasiswa yang berada pada level stres yang tinggi menggunakan pikiran yang terlalu berangan-angan, melarikan diri,

fanasi dan permusuhan untuk mengatasi stres.

Beberapa data yang didapat penulis telah mewawancarai sepuluh mahasiswa keperawatan angkatan 2009-2010 STIKes Medika Cikarang, dari hasil wawancara tujuh dari sepuluh Mahasiswa sering merasa sakit kepala, mengalami perubahan nafsu makan, sulit tidur dan terkadang sampai sedih jika mengalami sesuatu yang dianggap di luar kemampuannya. Mahasiswa menyampaikan beberapa alasan stres yang berhubungan dengan kehidupan akademik seperti: jadwal perkuliahan, adanya praktik, deadline tugas, persiapan presentasi dan materi perkuliahan yang membingungkan. Respon yang dikemukakan terhadap mahasiswa tersebut merupakan bagian dari respon terhadap stres akademik.

Berdasarkan pernyataan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi mekanisme coping mahasiswa Prodi Ners STIKes Medika Cikarang tahun 2016.

## Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Analitik* dengan menggunakan desain *cross-sectional*, yaitu jenis penelitian yang mempelajari dinamika korelasi antar faktor-faktor resiko dengan efek atau outcome. Penelitian ini dilakukan dengan cara pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat. (Notoatmodjo, 2005)

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi mekanisme coping, dimana

mekanisme coping mahasiswa dan faktor-faktor yang mempengaruhinya diteliti secara bersamaan.

Penelitian ini dilakukan di STIKes Medika Cikarang adapun waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei-Juli 2016.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2005). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Prodi Ners STIKes Medika Cikarang Tahun 2016 sejumlah = 72 orang mahasiswa terdiri dari semester II, IV, VI, dan VIII.

Sampel Penelitian, Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono 2005). Sampel pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 keperawatan STIKes Medika Cikarang.

Cara Pengambilan Sampel, Pengambilan sampel dilakukan dengan cara total sampling atau biasa disebut Sampel jenuh yaitu penelitian dengan meneliti seluruh mahasiswa S1 keperawatan STIKes Medika Cikarang adalah sejumlah 72 orang.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa kuisioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengumpulan data ini dilakukan selama 1 bulan di STIKes Medika Cikarang.

Pengolahan data. Penelitian ini menggunakan data primer yang dikumpulkan langsung ke mahasiswa yang menjadi sampel penelitian dengan

menggunakan instrumen berupa kuisisioner. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuisisioner kepada mahasiswa yang dibuat oleh penulis untuk diisi langsung oleh mahasiswa. Sebagai uji kelayakan instrumen, kuisisioner yang dibuat dilakukan uji coba instrumen untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Uji coba instrumen dilakukan terhadap 20 orang mahasiswa (bukan sampel penelitian) di STIKes Medika Cikarang. Hasil uji validitas menunjukkan r hitung > r tabel pada Alfa 5 % dengan n= 20. Sebuah kuisisioner dikatakan reliabel jika memiliki nilai Alpha minimal 0,7 (Mardafi,2003).

Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah melalui beberapa tahapan yaitu *editing, coding, processing dan cleaning*.

*Editing*. Merupakan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian formulir atau kuesioner apakah jawaban yang terdapat dalam kuesioner sudah lengkap terisi, jelas, dan melakukan revisi bila terdapat kekurangan dan kesalahan dalam pengumpulan data.

*Coding, Coding* merupakan kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadi data berbentuk angka/bilangan. Kegunaan dari *coding* adalah untuk mempermudah pada saat analisis data dan juga mempercepat pada saat *entry* data.

*Entry*, Setelah semua kuesioner terisi penuh dan benar, serta sudah melewati pengkodean, maka langkah selanjutnya adalah memproses data agar data yang sudah di-*entry* dapat dianalisis. Pemrosesan data dilakukan dengan cara meng-*entry* data dari kuesioner ke paket program komputer

*Cleaning, Cleaning* adalah pembersihan data untuk mengetahui ada tidaknya *missing data*, mengetahui konsistensi data dan mengetahui variasi data dengan

melakukan list variabel yang diteliti. Pembersihan data merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di-*entry* apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut dimungkinkan terjadi pada saat kita meng-*entry* ke computer.

Analisa data penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat digunakan untuk melihat gambaran distribusi frekuensi masing-masing variable pada penelitian. Pada penelitian ini analisa univariat disajikan dalam bentuk mean dan frekuensi masing-masing variable, Penelitian ini disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dari tiap variable bebas dan variable terikat. Dalam penelitian ini yang menjadi variable bebas sebanyak 3 variabel yaitu keyakinan dan interaksi sosial, dukungan sosial, dan materi sedangkan variabel terikat yaitu mekanisme coping. Lalu dilakukan analisis univariat untuk masing-masing variable, dengan menggunakan analisis uji chi - square.

$$X^2_{hitung} = \sum_{i=1} \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Dengan *Confidence interval* (CI) yang digunakan adalah 95% maka alpha yang didapatkan adalah 5% (0,05), artinya apabila nilai P value <  $\alpha$  (0.05) dapat diartikan bahwa ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen, dan sebaliknya apabila P value >  $\alpha$  (0.05) artinya tidak ada hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

responden 36 (50.0%) dan dukungan sosial yang kurang baik sebanyak responden 36 (50.0%).

**Hasil Tabel 1 Analisa Univariat**

<b>Variable</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Mekanisme koping</b>		
Baik, ( $\geq 68.65$ )	30	52.8
Kurang baik, ( $<68.65$ )	42	47,2
<b>Keyakinan dan Pandangan Positif</b>		
Baik, ( $\geq 10.00$ )	39	54,2
Kurang baik, ( $< 10.00$ )	33	45,8
<b>Interaksi Sosial</b>		
Baik, ( $\geq 5.00$ )	47	64,4
Kurang baik, ( $<5.00$ )	26	35,6
<b>Dukungan Sosial</b>		
baik, ( $\geq 4.50$ )	36	50,0
kurang baik, ( $< 4.50$ )	36	50,0

Dari tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa dari jumlah responden sebanyak 72 responden, mekanisme koping yang baik sebanyak responden 30 (52.8%) dan mekanisme koping yang kurang baik sebanyak responden 42 (47.2%). Dari jumlah responden sebanyak 72 responden, Keyakinan dan Pandangan Positif yang baik sebanyak responden 39 (54.2%) dan Keyakinan dan Pandangan Positif yang kurang baik sebanyak responden 33 (45.8%). Dari jumlah responden sebanyak 72 responden, interaksi sosial yang baik sebanyak responden 47 (64.4%) dan interaksi sosial yang kurang baik sebanyak responden 26 (35.6%). Dari jumlah responden sebanyak 72 responden, dukungan sosial yang baik sebanyak

**Tabel 2 Analisa Bivariat**

Variabel	Kategori	Mekanisme Koping				Jumlah		OR (95% CI)	P value
		Beresiko		Tidak Beresiko					
		0		1					
		N	%	N	%	N	%		
<b>Keyainan dan Pandanga positif</b>	Baik	21	53,8	18	46,2	39	100,0	1.098 (0.434-2.779)	0.000
	Kurang Baik	17	51.5	16	48.5	33	100.0		
	Jumlah	38	52.8	34	47.2	72	100.0		
<b>Interaksi Sosial</b>	Baik	23	50.0	23	50.0	46	100.0	0.773 (0.278-1.933)	0.001
	Kurang Baik	15	57.7	11	42.3	26	100.0		
	Jumlah	38	52.8	34	47.2	72	100.0		
<b>Dukungan Sosial</b>	Kurang Baik	17	47.2	19	52.8	36	100.0	0.639 (0.252-1.622)	0.029
	Baik	21	58.3	15	41.7	36	100.0		
	Jumlah	38	52.8	34	47.2	72	100.0		

Dari tabel 2 diketahui bahwa responden yang memiliki keyakinan dan pandangan positif baik dan mekanisme koping kurang baik persentasenya lebih sedikit (46.2%) dibandingkan dengan responden yang memiliki keyakinan dan pandangan positif kurang baik dan mekanisme koping kurang baik (48.5%). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai P Value 0.000 ( $P \text{ Value} < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak atau sama dengan berarti ada hubungan antara Keyakinan dan Pandangan Positif dengan mekanisme koping mahasiswa Prodi Ners STIKes Medika Cikarang. Pada Confidence Interval 95% menunjukkan odds ratio 1.098 (0.434-2.779), dapat diartikan bahwa responden yang memiliki Keyakinan dan Pandangan Positif yang kurang baik lebih beresiko 1.098 kali tidak mempunyai mekanisme koping yang baik dengan responden keyakinan dan pandangan positif yang baik.

Diketahui bahwa responden yang memiliki interaksi sosial baik dan mekanisme koping kurang baik persentasenya lebih banyak (50.0%) dibandingkan dengan responden yang memiliki interaksi sosial kurang baik dan mekanisme koping kurang baik (42.3%). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai P Value 0.001 ( $P \text{ Value} < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak atau sama dengan berarti ada hubungan antara Interaksi Sosial dengan mekanisme koping mahasiswa Prodi Ners STIKes Medika Cikarang. Pada Confidence Interval 95% menunjukkan odds ratio 0.773 (0.278-1.933), dapat diartikan bahwa responden yang memiliki Interaksi Sosial yang baik lebih terproteksi untuk tidak mempunyai

mekanisme koping yang baik dengan responden interaksi sosial yang kurang baik

Diketahui bahwa responden yang memiliki dukungan sosial baik dan mekanisme koping kurang baik persentasenya lebih banyak (52.8%) dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan sosial kurang baik dan mekanisme koping kurang baik (41.7%). Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai P Value 0.029 ( $P \text{ Value} < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak atau sama dengan berarti ada hubungan antara Dukungan Sosial dengan mekanisme koping mahasiswa Prodi Ners STIKes Medika Cikarang. Pada Confidence Interval 95% menunjukkan odds ratio 0.639 (0.252-1.622), dapat diartikan bahwa responden yang memiliki Dukungan Sosial yang baik lebih terproteksi untuk tidak mempunyai mekanisme koping yang baik dengan responden dukungan sosial yang kurang baik.

### **Diskusi Mekanisme Koping**

Mekanisme koping adalah upaya langsung untuk mengatasi stres (Stuart dan Laraia, 2005). Klien (1999) mendefinisikan mekanisme koping sebagai cara individu menyelesaikan masalah menyesuaikan diri dengan perubahan serta serpon terhadap situasi yang mengancam. Stuart dan Sundeen (2005) mengidentifikasi mekanisme koping sebagai setiap upaya yang di arahkan pada penatalaksanaan stres, termasuk upaya penyelesaian masalah langsung dan mekanisme pertahanan yang digunakan untuk melindungi diri.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan besarnya kemungkinan mahasiswa yang beresiko mengalami mekanisme koping yang kurang baik pada masa ini, sehingga mahasiswa membutuhkan keyakinan dan pandangan positif yang baik agar mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan yang akan menurunkan kemampuan serta wawasan dan rasa kepercayaan diri, perhatian dari orang tua, peran serta dan dukungan dari dosen di kampus, dan lingkungan sosial dalam membantu mahasiswa untuk mengatasi masalah dan stres yang sedang dialaminya, memenuhi perubahan membantu mahasiswa mencapai kemandirian sosial dalam memecahkan masalah.

### **Keyakinan dan Pandangan Positif**

Keyakinan menjadi sumberdaya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (external locus of control) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (helplessness) yang akan menurunkan kemampuan strategi koping tipe problem-solving focused coping. Beberapa penelitian mengindikasikan adanya hubungan antara keyakinan dan pandangan positif dengan mekanisme koping. Penelitian yang dilakukan oleh Yuniza (2009) mengatakan bahwa ada hubungan antara keyakinan dan pandangan positif.

Menurut peneliti, pengaruh keyakinan dan pandangan positif terhadap mekanisme koping mahasiswa karena responden yang keyakinan dan pandangan positif kurang baik akan lebih banyak mendapatkan rasa ragu dan tidak ada penguat untuk menjalani perkuliahan dikarenakan tidak adanya keyakinan dalam dirinya sehingga mekanisme koping juga tidak dapat berjalan dengan baik tetapi

tidak menutupi kemungkinan akan memiliki mekanisme koping baik jika mahasiswa memiliki keyakinan dan pandangan positif baik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu : mahasiswa STIKes Medika Cikarang bahwa sedikit mahasiswa yang memiliki keyakinan dan pandangan positif baik lebih beresiko dan berpotensi untuk memiliki mekanisme koping yang baik dikarenakan mereka kekuatan dan keyakinan dalam menjalani perkuliahan yang seharusnya mereka dapatkan tanpa adanya pemikiran bahwa jalan yang dipilih merupakan paksaan dan pandangan tidak baik terhadap sesuatu yang dijalani dalam memilih mekanisme koping dibandingkan mahasiswa yang keyakinan dan pandangan positif baik.

### **Interaksi Sosial**

Interaksi ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat. Adanya penelitian lain yang mengindikasikan adanya hubungan antara interaksi sosial dengan mekanisme koping. Penelitian yang dilakukan oleh Suryadi (2011) mengatakan bahwa adanya hubungan antara interaksi sosial dengan mekanisme koping mahasiswa STIKes Medika.

Menurut peneliti, pengaruh interaksi sosial berpengaruh juga terhadap mekanisme koping mahasiswa karena responden yang tidak berinteraksi dengan lingkungan sekitar akan lebih memiliki pribadi yang tertutup dan sulit dalam hal apapun yang berkaitan dengan perkuliahan sehingga mahasiswa dapat memiliki mekanisme koping yang kurang baik tetapi tidak menutupi kemungkinan akan memiliki mekanisme koping yang baik

jika mahasiswa memiliki interaksi sosial yang baik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu : mahasiswa STIKes Medika Cikarang bahwa sedikit mahasiswa yang memiliki pengaruh interaksi sosial yang baik lebih beresiko dan berpotensi untuk memiliki mekanisme koping yang baik dikarenakan mereka berbaur dengan teman dan lingkungannya yang seharusnya mereka dapatkan tanpa adanya pribadi yang introferti atau tertutup baik dalam memilih mekanisme koping dibandingkan mahasiswa yang interaksi sosial kurang baik.

### **Dukungan Sosial**

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orangtua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya. Adanya penelitian lain yang mengindikasikan adanya hubungan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping. Penelitian yang dilakukan oleh Suryadi (2011) mengatakan bahwa adanya hubungan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping mahasiswa STIKes Medika.

Menurut peneliti, pengaruh dukungan sosial berpengaruh juga terhadap mekanisme koping mahasiswa karena responden yang tidak berinteraksi dengan lingkungan sekitar akan tidak dapat dukungan sosial akibat tidak adanya interaksi dengan lingkungan sekitar sehingga mahasiswa dapat memiliki mekanisme koping yang kurang baik tetapi tidak menutupi kemungkinan akan memiliki mekanisme koping yang baik jika mahasiswa memiliki dukungan sosial yang baik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu : mahasiswa STIKes Medika Cikarang

bahwa sedikit mahasiswa yang memiliki pengaruh dukungan sosial yang baik lebih beresiko dan berpotensi untuk memiliki mekanisme koping yang baik dikarenakan mereka berbaur dengan teman dan lingkungannya yang seharusnya mereka dapatkan tanpa adanya pribadi yang introferti atau tertutup maka akan dapat dukungan sosial yang kurang baik dalam memilih mekanisme koping dibandingkan mahasiswa yang dukungan sosial kurang baik.

## Daftar Pustaka

1. Ahyar. (2010). *Konsep diri dan mekanisme koping* diambil tanggal 28 April 2011 dari <http://www.konsepdiridanmekanisme koping dalam aplikasi proses keperawatan htm>.
2. Carver, C. S., Scheier, M.F., Neitroub, J.K. (1989) *Assesing Coping Strategies : A theoretically based approach. Jurnal of personality and social psychology*.
3. Keliat, B.A. (1999). *Penatalaksanaan stres. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran: EGC*.
4. Kozier, Barbara, et al. (2004) *Fundamental of Nursing, concepts, process and practice. (5th Ed) California : Addison Wesley Company*.
5. Lazarus, R.S dan S Folkman 1984. *Stres, appraisal, and coping*, New York : Mc Graw-Hill, Inc
6. Lazarus, S.R. dan Folkman, S. (1985). *Stress appraisal and coping*. New York: Publishing Company
7. Lazarus, 1994. *Stress and Emotions, a new synthesis*. Springer Publishing Company, Inc.
8. Lazarus, 1991. *Coping with Aging*. Oxford University Press. in Kozier 2004
9. Notoatmodjo, Soekidjo., 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
10. Potter & Perry. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Edisi 4* Jakarta: EGC
11. Potter, P.A., & Perry, A.G. (2005) *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: konsep proses dan praktik. Volume 1. Ed. 4*. Jakarta EGC
12. Roy S. C., & Andrews H. A (1991). *The roy & andrews adaptation model: the definitive statement. California: Appleton & Large*
13. Stuart & Sunden. (1998). *Principles and practice of psychiatric nursing sixth edition*. St. Louis Missouri: West Line Industrial Drive.
14. Stuart, G.W. and Sundeen, S.J. (1995) *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*, 6 edition. St. Louis : Mosby Year Book.
15. Stuart & Laraia. (2005). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing*. St. Lois: Mosby
16. Stuart & Sundeen (2005). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing*, (8th ed). St. Louis: Mosby Year Book. Inc
17. Taylor, S.E., Carol (1997) *Health Psychology*. New York : McGraw-Hill, Inc.S