

**GAMBARAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI
DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA**

SKRIPSI



**GAMBARAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA
TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI
DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA**

SKRIPSI

**Untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana
Keperawatan (S. Kep) Pada Program Studi S1 Keperawatan**



2020

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI DI ITKES
WIYATA HUSADA SAMARINDA

SKRIPSI

Disusun Oleh:

Muri Agustiana

16039372801

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Pada tanggal 30 Agustus 2020

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

1. Ns. Abdurrahman, S.Kep., M.Kep

NIDN. 0815078501



2. Ns. Anisa A'in, S.Kep., M.Kep

NIK. 114104.90.14.057



3. Ns. Aries Abiyoga, S.Kep., M.Kep

NIDN. 1986051201111101



4. Ns. Marina Kristi layun R, S.Kep., M.Kep

NIDN. 1129059301



Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
ITKES Wiyata Husada Samarinda



Ns. Kiki Hardiansyah Safitri, M.Kep., Sp.Kep.M.B

NIDN. 1128058801

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :Muri Agustiana
NIM :16.0393.728.01
Program Studi :S1 Ilmu Keperawatan
Laporan Tugas Akhir :Gambaran Mekanisme Koping Pada Mahasiswa
Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di ITKES
Wiyata Husada Samarinda

Menyatakan bahwa tugas akhir ini ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber, baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran TUHAN YESUS, karena berkat Rahmat dan Bimbingan-Nya peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi DI ITKES Wiyata Husada Samarinda”. Penulisan Skripsi dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada program studi keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan semua proses tepat pada waktunya. Oleh karena itu, perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Bapak H. Mujito Hadi, S.Pd., MM selaku Ketua Yayasan ITKES Wiyata Husada Samarinda.
2. Dr. Eka Anantha Sidaharta, SE., MM., AK., CA., CSRS., CSRA., CFrA., selaku Rektor ITKES Wiyata Husada Samarinda.
3. Ns. Kiki Hardiansyah, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep., MB selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Saamarinda
4. Ns. Aries Ambiyoga, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing I saya yang penuh semangat dan sangat sabar dalam membimbing dan mengarahkan serta memberikan masukan-masukan yang sangat membantu serta ketelitian beliau tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik, dan telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Ns Marina Kristi Layun, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing II saya yang penuh semangat dan sabar dalam membimbing dan mengarahkan serta memberikan masukan-masukan yang sangat membantu serta ketelitian beliau tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik, dan telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan tugas akhir ini.

6. Seluruh staf pengajar dan karyawan program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda
7. Kepada orang tua saya dan kakek nenek saya tercinta yang sangat saya kasihi, serta adik dan keluarga saya yang telah menjadi motivasi terbesar saya dalam penyelesaian tugas akhir ini, yang banyak mendoakan keberhasilan saya, dan memberikan dukungan penuh baik moral maupun materil kepada saya.
8. Teman-teman seangkatan saya, sahabat saya eci,tanis,mape,hepi yang sudah membantu dukungan penuh kepada saya. Dan semua yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan tugas akhir ini.

Dan semua pihak yang telah membantu penyelesaian tugas akhir ini, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas kebaikan kita semua dan semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat kepada pembacanya dan dapat dijadikan acuan terhadap penyusunan skripsi berikutnya.



LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muri Agustiana

Nim : 16.0393.728.01

Program studi : S1 Keperawatan

Dengan ini menyetujui dan memberikan hak kepada ITKES Wiyata Husada Samarinda atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi diITKES wiyata husada samarinda.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan ini, ITKES wiyata husada samarinda berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencatumkan nama saya sebagai penulis dan hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, September 2020

Yang menyatakan

Muri Agustiana

Nim : 16.0393.728.01

ABSTRAK

GAMBARAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI

DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

Muri Agustiana¹, Aries Abiyoga², Marina Kristi Layun³

Latar Belakang : Mahasiswa merupakan individu yang sedang dalam proses menuntut ilmu disuatu perguruan tinggi dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi ITKes Wiyata Husada Samarinda Tujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Metode**: Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain deskriptif. **Hasil**: penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden terdapat 46 mahasiswa Laki-Laki 8 (17,4 %) Perempuan 38 (82,6%) dan berdasarkan Usia 21-22 tahun (78,2%) 23-25 tahun (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 tahun dengan persentase 78,2% dan hasil mekanisme koping yaitu Mekanisme Koping Baik 27 (58.7%) dan Mekanisme Koping kurang Baik 19 (41.3%). **Kesimpulan**: Gambaran mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori stress sedang dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi masuk dalam kategori mekanisme koping yang baik.

Kata kunci : Mahasiswa, Tingkat Stres, Mekanisme Koping.

1. Mahasiswa program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda
2. Dosen program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda
3. Dosen program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda



ABSTRACT

DESCRIPTION OF THE KOPING MECHANISM IN STUDENTS FINAL LEVEL IN DEVELOPING A THESIS

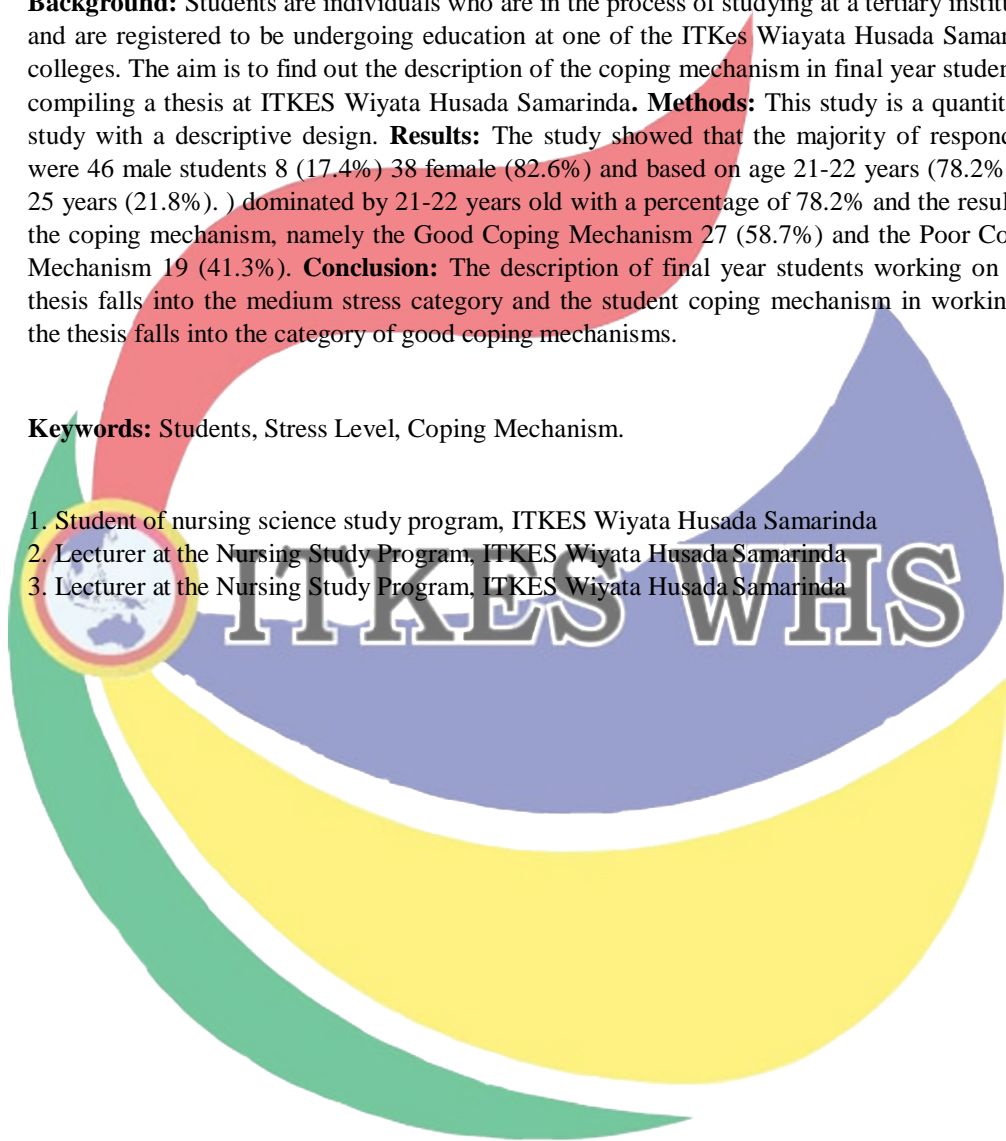
AT ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

Muri Agustiana¹, Aries Abiyoga², Marina Kristi Layun³

Background: Students are individuals who are in the process of studying at a tertiary institution and are registered to be undergoing education at one of the ITKes Wiyata Husada Samarinda colleges. The aim is to find out the description of the coping mechanism in final year students in compiling a thesis at ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Methods:** This study is a quantitative study with a descriptive design. **Results:** The study showed that the majority of respondents were 46 male students 8 (17.4%) 38 female (82.6%) and based on age 21-22 years (78.2%) 23-25 years (21.8%).) dominated by 21-22 years old with a percentage of 78.2% and the results of the coping mechanism, namely the Good Coping Mechanism 27 (58.7%) and the Poor Coping Mechanism 19 (41.3%). **Conclusion:** The description of final year students working on their thesis falls into the medium stress category and the student coping mechanism in working on the thesis falls into the category of good coping mechanisms.

Keywords: Students, Stress Level, Coping Mechanism.

1. Student of nursing science study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda
2. Lecturer at the Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda
3. Lecturer at the Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda



DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| LEMBAR PERNYATAN KEASLIAN..... | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI..... | vi |
| ABSTRAK | vii |
| ABSTRACT..... | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR SKEMA..... | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang | 2 |
| B. Rumusan Masalah..... | 3 |
| C. Tujuan Penelitian | 4 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 4 |
| E. Penelitian Terkait | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| A. Telaah Pustaka | 6 |
| 1. Pengertian Mahasiswa..... | 5 |
| 2. Definsi stres..... | 7 |
| 3. Gejala stress | 8 |
| 4. Definisi mekanisme koping..... | 9 |
| B. Konsep Teori Keperawatan..... | 16 |
| C. Kerangka Teori Penelitian..... | 17 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 18 |
| A. Jenis dan Rancangan penelitian | 18 |
| B. Kerangka konsep Penelitian..... | 18 |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian | 18 |
| D. Teknik Sampling dan Pemilihan Subjek | 19 |

| | |
|--|--------------|
| E. Variabel Penelitian dan definisi oprasional | 19 |
| F. Lokasi dan waktu penelitian..... | 20 |
| G. Sumber data dan instrument penelitian | 20 |
| H. Uji instrumen..... | 21 |
| I. Prosedur Pengumpulan Data | 23 |
| J. Teknik pengolahan data | 23 |
| K. Analisa data..... | 25 |
| L. Etika Penelitian | 26 |
| M. Alur Penelitian | 28 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 29 |
| A. Hasil penelitian | 29 |
| 1. Deskriptif lokasi penelitian | 29 |
| B. Analisa data | 29 |
| 1. Karakter responden | 29 |
| a. Jenis Kelamin | 30 |
| b. Usia | 30 |
| 2. Hasil analisa univariat | 31 |
| 1. Deskripsi gambaran mekanisme koping..... | 31 |
| 2. Kategori Pengetahuan mahasiswa | 31 |
| C. Pembahasan | 31 |
| 1. Gambaran Objek Yang Diteliti | 31 |
| 2. Hasil Analisa | 32 |
| 3. Keterbatasan penelitian | 34 |
| BAB V PENUTUP..... | 35 |
| A. Kesimpulan | 35 |
| B. Saran..... | 35 |
| DAFTAR PUSTAKA | 47 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| |
|--|
| Tabel 3.2 Jumlah keseluruhan mahasiswa keperawatan |
| Tabel 3.3 Perhitungan jumlah sampel |
| Tabel 3.4 Definisi operasional |
| Table 3.5 Kisi-kisi pertanyaan kuesioner |



DAFTAR SKEMA

| | |
|--|----|
| Skema 1.1 Kerangka Konsep Teori Roy | 16 |
| Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian | 17 |
| Skema 1.4 Alur Penelitian | 31 |



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data

Lampiran 3 : Lembar Penjelasan Penelitian

Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5 : Kuesioner Mekanisme Koping

Lampiran 6 ; Data SPSS



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang dalam proses menuntut ilmu disuatu perguruan tinggi dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi (Uswatun, 2017). Masalah yang dihadapi mahasiswa dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa yaitu perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan kebutuhan untuk mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih baik. Stres mampu mempengaruhi minat belajar mahasiswa. Minat belajar alat untuk memicu motivasi belajar mahasiswa sehingga ada beberapa faktor yang dapat mengoptimalkan motivasi belajar yaitu cita-cita, kemampuan belajar, kondisi siswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar. Banyak kejadian tersebut menyebabkan diantara mereka untuk tidak melanjutkan kuliah, tidak semangat belajar dan lain-lain Twincardo (2015). Namun Musradinur (2016) menjelaskan bahwa stres dalam hidup sehari-hari dapat memberikan rasa kurang/tidak nyaman, tetapi dapat pula justru memberikan rasa nyaman.

Stres merupakan kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara seseorang dengan lingkungan yang bersumber pada sistem biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang. Sedangkan stres merupakan keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, dan respon interpretasi seseorang yang menimbulkan ketegangan di luar kemampuan seseorang untuk mengatasi (Uswatun, 2017). Stres merupakan suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari (Rahmat, dalam Yuwono Podo, 2019). Menurut Sarafino dalam Matsihoh Rosiana Anny, 2018) Stres merupakan pengalaman subjektif, sehingga setiap individu dapat memiliki respon yang berbeda-beda terhadap stres. Stres dapat berdampak secara fisik maupun psikologis. Stres yang dialami oleh individu biasanya disertai dengan ketegangan emosi dan

ketegangan fisik yang menyebabkan ketidaknyamanan. Situasi seperti ini membuat individu termotivasi untuk melakukan suatu tindakan yang bisa meredakan stress. Tindakan yang dilakukan adalah koping.

Stres tidak selalu berimplikasi negative terhadap fisik dan kejiwaan seseorang. Eustres (stres positif) meningkatkan kewaspadaan, kesiagaan mental, kognisi, bahkan meningkatkan motivasi untuk berkarya. Apabila stres tidak dapat teratasi dan melebihi kemampuan adaptasi tubuh, maka akan timbul penderitaan (distres) yang dirasakan sebagai keadaan psikologis negatif, seperti perasaan cemas, ketakutan, khawatir atau gelisah mekanisme koping negatif yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi stres, stress tersebut bisa berupa masalah kesehatan, kesejahteraan, dan nilai akademik (Deasy, 2014). Penelitian Deasy, et al menemukan bahwa dari 41.9% mahasiswa yang mengalami stres mengurangi stres dengan cara adalah mencari dukungan dari orang lain, menyelesaikan masalah, dan lari dari masalah (Merokok dan penggunaan obat-obatan). Selain itu penelitian yang sama juga mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki koping negatif memiliki stress yang tinggi.

Mekanisme koping merupakan suatu mekanisme yang dapat memodifikasi stress sehingga kemungkinan proses adaptasi dapat dipermudah. Pendekatan individu dalam menanggulangi stress yaitu koping berfokus pada emosi dan koping berfokus pada masalah. Stress yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi strategi koping yang dilakukan mahasiswa (Hasannah Uswatun, 2017). Mekanisme koping merupakan cara mengatasi stress dan kecemasan dengan memperdayakan diri. Individu biasanya menghadapi kecemasan menggunakan mekanisme koping yang berfokus pada masalah, mekanisme koping yang berfokus pada kognitif, dan mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Koping dapat diidentifikasi melalui respon manifestasi (tanda dan gejala) koping dapat dikaji melalui beberapa aspek yaitu fisiologis dan psikologis koping yang efektif menghasilkan adaptif sedangkan yang tidak efektif menyebabkan maladaptif (Stuart dalam Sumoked, 2019). Mekanisme koping dapat dipelajari sejak awal timbulnya masalah atau stressor, sehingga individu tersebut menyadari dampak dari stressor tersebut.

Kemampuan coping individu tergantung dari tempramen, persepsi, dan kognitif serta latar belakang budaya atau norma dia dibesarkan. Mekanisme coping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat. Belajar yang dimaksud merupakan kemampuan menyesuaikan diri (adaptasi) pada pengaruh faktor internal dan eksternal (Nursalam dalam Musoffa Muna, 2017).

Berdasarkan data yang didapat dengan melakukan wawancara yang dilaksanakan pada april 2020 terkait 10 mahasiswa tingkat akhir Di ITKES Wiyata Husada Samarinda dimana 7 mahasiswa mengatakan mengalami kesulitan dan stres dalam mengerjakan skripsi seperti, konsul melalui via daring dengan kuota internet terbatas, sulit melakukan observasi akibat pandemi, sulit berkonsentrasi, kurang tidur, perubahan pola makan, mudah lupa, mudah lelah, tidak bersemangat dan merasa putus asa. Sedangkan dari 3 mahasiswa mengatakan bahwa, mereka tidak mempunyai kendala dalam mengerjakan skripsi, hal ini karena mereka memiliki target dan tanggung jawab dalam penyusunan skripsi.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Gambaran Mekanisme Coping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

B. Rumusan Masalah

Menyusun skripsi bagi sebagian mahasiswa nampaknya merupakan suatu hal yang rumit dan menakutkan. Yang mau tidak mau harus dijalani karena hal tersebut menentukan kelulusan bagi seorang mahasiswa dalam memperoleh gelar sarjananya. Skripsi telah menjadikan mahasiswa sebagai beban yang berat, sehingga kondisi tersebut menjadikan mahasiswa cemas, takut bahkan stress, hilangnya motivasi dan percaya diri. Yang akhirnya mahasiswa menunda atau bahkan memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Melihat dari dampak tersebut peneliti merumuskan masalah “ Bagaimana Gambaran Mekanisme Coping pada Mahasiswa tingkat akhir di ITKES WHS?

C. Tujuan

Untuk mengetahui gambaran mekanisme coping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu dapat dijadikan suatu referensi terkait dengan pengetahuan gambaran mekanisme coping pada mahasiswa tingkat akhir,

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Manfaat praktis bagi institusi pendidikan keperawatan yaitu dapat dijadikan referensi dalam pembelajaran asuhan keperawatan pada mahasiswa tingkat akhir.

b. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Manfaat praktis bagi mahasiswa keperawatan yaitu dapat menjadi referensi dalam menambah ilmu pengetahuan mahasiswa tentang gambaran tingkat stress dan mekanisme coping.

E. Penelitian Terkait

Penelitian terkait topik penelitian Gambaran Mekanisme Coping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

1. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Alosius Wandikmbo 2018) Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa studi akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya sebanyak 29 mahasiswa menggunakan total sampling. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian saya terletak pada variable dependen sedangkan persamaannya terletak pada variable independen dan metode penelitiannya menggunakan design penelitian deskriptif.

2. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Waiez Lavari, dkk 2019) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun skripsi. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif, dengan sampel sebanyak 62 orang yang diambil dengan menggunakan teknik total sampling. Perbedaan penelitian ini dan penelitian di atas terletak pada sampelnya sedangkan persamaannya persamaannya terletak pada variable dan metode penelitiannya menggunakan design penelitian deskriptif.
3. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Syifa Aulia dan Ria Utami Panjaitan 2019)Tingkat stres mahasiswa erat kaitannya dengan kondisi kesejahteraan psikologis yang dialaminya di kehidupan kampus. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian saya terletak pada variable dependen sedangkan persamaannya terletak pada variable independen dan metode penelitiannya menggunakan design penelitian deskriptif.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pengertian mahasiswa

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2014) (dalam Jaya, 2016) menambahkan bahwa, masa mahasiswa meliputi rentang usia dari 18-19 tahun sampai 24-25 tahun. Rentang usia itu masih dapat dibagi-bagi atas periode 18-19 tahun sampai 20-21 tahun, yaitu mahasiswa semester I sampai dengan semester IV, dan waktu 21-22 tahun sampai 24-25 tahun yaitu mahasiswa semester V sampai dengan semester VIII. Seorang mahasiswa di dalam suatu perguruan tinggi dituntut untuk segera mungkin menyelesaikan masa studinya. Umumnya pada akhir masa studi, seorang mahasiswa diberi tugas akhir atau bisa juga disebut dengan skripsi (Broto, 2016). Berbagai persoalan yang dihadapi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, antara lain sebagai berikut (Ismiati, 2015).

- a. Merasa terbebani dan bingung. Perasaan bingung terutama disebabkan karena mereka beranggapan ini adalah dunia dan pengalaman baru yang belum pernah dilalui selama kuliah dan dianggap berbeda dengan masalah sehari-hari. Pada umumnya mahasiswa berpendapat bahwa skripsi adalah aktivitas yang paling menentukan dalam memperoleh gelar sarjana. Tugas skripsi dipandang tidak hanya menulis, tetapi juga harus mempertanggungjawabkan secara individual baik dihadapan pembimbing maupun ketika sidang dihadapan dewan penguji.
- b. Bosan, malas, dan jenuh. Karena beban skripsi yang sangat berat akan menimbulkan rasa jenuh dan menyebabkan tekanan dan stres pada mahasiswa, oleh karena itu mereka akan merasa malas untuk mengerjakan dan juga akan bosan karena selalu mengerjakan skripsi, terlebih jika skripsi tidak cepat selesai dan tertunda.

- c. Perasaan khawatir. Mahasiswa mengakui adanya perasaan takut dan khawatir akan bermasalah dengan pembimbing dan takut tidak mampu melaksanakan penelitian tersebut karena keterbatasan pengetahuan dalam meneliti.

Bentuk-bentuk stres yang dialami oleh para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada umumnya adalah merasakan kecemasan, merasa tidak berdaya dan tidak berpotensi atau pesimis, adanya perasaan bersalah karena merasa telah mengecewakan dosen pembimbing, terasa khawatir, gugup dan perasaan sangat menegangkan, panik, gelisah, merasa tidak karuan, timbul perasaan takut dan resah, merasa tertekan, malu dan terkadang sedih. Ada di antara mereka yang mengatakan terasa penat, lelah, galau, jenuh, perasaan bosan dan merasa pikiran menjadi buntu (Ismiati, 2015).

Gambaran di atas menunjukkan berbagai perilaku dan perasaan yang dialami oleh mahasiswa dalam menghadapi penulisan skripsi sebagai sebuah karya ilmiah. Perasaan-perasaan tersebut menandakan adanya tekanan batin atau stres. Reaksi psikologis terhadap stres dapat terjadi dalam berbagai bentuk. Umumnya mahasiswa mengalami kecemasan dalam menulis skripsi (Ismiati, 2015). Usia mahasiswa menunjukkan bahwa pada umumnya berada dalam tahap remaja hingga dewasa muda. Seseorang pada rentang usia ini masih labil dalam hal kepribadiannya, sehingga dalam menghadapi masalah, mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman. Masalah-masalah tersebut, baik dalam hal perkuliahan maupun kehidupan di luar kampus dapat menjadi distress yang mengancam, karena ketika ada stressor yang datang, maka tubuh akan meresponnya (Putri, 2017).

2. Definisi Stres

Stres merupakan suatu keadaan tuntutan lingkungan yang melebihi kapasitas dari biasanya dan membutuhkan respon yang lebih sehingga dapat mempengaruhi fisik dan psikologis pada seseorang (Bamuhair, 2015). Stres merupakan suatu respon tubuh yang tidak spesifik, dari

keadaan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan (Kaplan dan Sadock, 2015). Selain stres dibagi menjadi 2, terdapat pula tingkatan stres. Stuart & Sundeen (dalam Khasanah, Edy dan Tri, 2014) mengklasifikasikan tingkat stres, yaitu:

- a. Stres ringan. Pada tingkat stres ini sering terjadi pada kehidupan sehari-hari dan kondisi ini dapat membantu individu menjadi waspada dan bagaimana mencegah berbagai kemungkinan yang akan terjadi.
- b. Stres sedang. Pada stres tingkat ini individu lebih memfokuskan hal penting saat ini dan mengesampingkan yang lain sehingga mempersempit lahan persepsinya.
- c. Stres berat. Pada tingkat ini lahan persepsi individu sangat menurun dan cenderung memusatkan perhatian pada hal-hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi stres. Individu tersebut mencoba memusatkan perhatian pada lahan lain dan memerlukan banyak pengarahan.

3. Gejala stress

Gejala atau respon tubuh yang muncul terhadap stres dapat berupa fisik, emosional, psikologis dan kognitif (Treas dan Berman dalam Mushoffa Muna, 2017).

a. Gejala Fisik

Tanda-tanda yang muncul dari segi antara lain dilatasi pupil, tegang otot, kaku leher, sakit kepala atau pusing, kulit pucat, telapak tangan keringat dingin, mulut kering, perubahan nafsu makan, meningkatnya tekanan darah, meningkatnya hitungan nadi, disritmia jantung, meningkatnya frekuensi berkemih.

b. Gejala psikologis

Gejala psikologis yang muncul antara lain cemas, ketakutan, depresi, marah, merasa tidak berdaya, percaya diri rendah dan kurang motivasi.

c. Gejala kognitif

Indikasi kognitif dari stress merupakan respon berpikir mencakup kemampuan memecahkan masalah (Problem solving), menyusun atau

merencanakan (structuring), kontrol diri dan fantasi (daydreaming). Problem solving mencakup berpikir terhadap situasi mengancam menggunakan cara spesifik untuk mendapatkan solusi. Structuring yaitu menyusun atau memanipulasi situasi mengancam agar tidak terjadi. Sebagai contoh seorang peneliti menyusun atau mengontrol wawancara dengan responden untuk menanyakan hal secara langsung menggunakan pertanyaan tertutup sehingga jawaban responden tidak menyebar ke lain.

4. Definisi Mekanisme Koping

Mekanisme koping yang dilakukan dalam menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh sumber daya koping yang bersifat subjektif. Salah satu sumber daya koping adalah bantuan informasi yang berfungsi mengontrol situasi dan mengurangi rasa takut terhadap masalah yang muncul dan membantu remaja untuk dapat menilai stressor dengan Mekanisme koping bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa menekan, menantang, membebani dan melebihi sumber daya (*resources*) yang dimiliki (Maryam, 2017).

Mekanisme koping yang dilakukan dalam menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh sumber daya koping yang bersifat subjektif. Salah satu sumber daya koping adalah bantuan informasi yang berfungsi mengontrol situasi dan mengurangi rasa takut terhadap masalah yang muncul dan membantu remaja untuk dapat menilai stressor dengan lebih akurat (Maryam, 2017).

Lazarus & Folkman (dalam Wijayanti, 2013) mendefinisikan *coping* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang berubah secara konstan untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dianggap berat atau melebihi sumber daya (kekuatan) seseorang. Weiten dan Lloyd (dalam Wijayanti, 2013) juga mengemukakan bahwa *coping* merupakan upaya atau usaha untuk mengelola, mengatasi dan mengurangi ancaman karena stres yang dialami.

Lazarus & Folkman (dalam Wijayanti, 2013) ada dua tipe *coping* utama yang biasanya dapat menurunkan stres yaitu:

- a. *Problem-focused coping* atau *coping* berfokus pada masalah adalah strategi kognitif untuk penanganan stres. Individu yang menggunakan *problem-focused coping* biasanya langsung mengambil usaha atau tindakan langsung untuk menghadapi dan memecahkan atau menyelesaikan masalahnya. Pada strategi *coping* ini, individu akan dapat berpikir logis dan memecahkan masalahnya dengan positif.
- b. *Emotion-focused coping* atau *coping* berfokus pada emosi adalah strategi penanganan stres dengan memberikan respon secara emosional. Individu yang menggunakan *emotion-focused coping* lebih menekankan pada usaha-usaha untuk menurunkan atau mengurangi emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalahnya. Seperti melakukan pelarian diri atau menghindari masalah, penyalahan diri yaitu dengan menyalahkan diri sendiri dan menyesali yang telah terjadi, minimalisasi yaitu dengan menolak atau seakan-akan tidak ada masalah, dan pencarian makna yaitu dengan mencari arti dari kegagalan yang dialaminya.

Lazarus (dalam Wijayanti, 2013) membagi *coping* menjadi dua jenis, yaitu:

- a. Tindakan langsung (*Direct action*)

Coping jenis ini adalah setiap usaha tingkah laku yang dijalankan oleh individu untuk mengatasi ancaman atau tantangan dengan cara mengubah hubungan yang bermasalah dengan lingkungan. Individu menjalankan *coping* jenis *direct action* atau tindakan langsung bila dia melakukan perubahan posisi terhadap masalah yang dialami. Ada 4 macam *coping* jenis tindakan langsung, yaitu:

- 1) Mempersiapkan diri untuk menghadapi luka. Individu melakukan langkah aktif dan antisipatif (beraksi) untuk menghilangkan atau mengurangi bahaya dan ancaman dengan cara menempatkan diri secara langsung pada keadaan yang mengancam dan melakukan aksi yang sesuai dengan bahaya tersebut.

- 2) Agresi. Tindakan yang dilakukan oleh individu dengan menyerang agen atau *stressor* yang dinilai mengancam atau akan melukai. Agresi dilakukan bila individu merasa atau menilai dirinya lebih kuat atau berkuasa terhadap agen yang mengancam tersebut.
- 3) Penghindaran (*avoidance*). Tindakan ini terjadi bila agen atau *stressor* yang mengancam dinilai lebih berkuasa dan berbahaya sehingga individu memilih cara menghindari atau melarikan diri dari situasi yang mengancam tersebut.
- 4) Apati. Jenis *coping* ini merupakan pola orang yang putus asa. Apati dilakukan dengan cara individu yang bersangkutan tidak bergerak dan menerima begitu saja *stressor* yang melukai dan tidak ada usaha apa-apa untuk melawan ataupun melarikan diri dari situasi yang mengancam tersebut.
- 5) Peredaan atau peringatan (*Palliation*). Jenis *coping* ini mengacu pada mengurangi atau menghilangkan atau menoleransi tekanan-tekanan fisik, motorik atau gambaran afeksi dari tekanan emosi yang dibangkitkan oleh lingkungan yang bermasalah atau bisa diartikan bahwa bila individu menggunakan *coping* jenis ini, posisinya dengan masalah relatif tidak berubah, yang berubah adalah diri individu, yaitu dengan cara merubah persepsi atau reaksi emosinya.

Coping terhadap stres terdapat *coping* positif atau konstruktif, dan *coping* negatif. Berikut penjelasan masing-masing:

- a. *Coping* negatif. Menurut Weiten Lloyd (dalam Wijayanti, 2013), *coping* negatif meliputi beberapa hal. Pertama, *giving up*, melarikan diri dari kenyataan atau situasi stres, yang bentuknya seperti sikap apatis, kehilangan semangat, atau perasaan tak berdaya, dan minum-minuman keras atau mengonsumsi obat-obatan terlarang. Kedua, agresif, yaitu berbagai perilaku yang ditujukan untuk menyakiti orang lain, baik secara verbal maupun non-verbal. Ketiga, memanjakan diri sendiri (*indulging yourself*) dengan berperilaku konsumerisme yang berlebihan, seperti makanan yang enak, merokok, dan menghabiskan uang untuk berbelanja.

Keempat, mencela diri sendiri (*blaming yourself*) yaitu mencela atau menilai negatif terhadap diri sendiri sebagai respons terhadap frustrasi atau kegagalan dalam memperoleh sesuatu yang diinginkan. Kelima, mekanisme pertahanan diri (*defense mechanism*), yang bentuknya seperti menolak kenyataan dengan cara melindungi diri dari suatu kenyataan yang tidak menyenangkan, berfantasi, rasionalisasi dan *over compensation*.

- b. *Coping* positif. *Coping* yang konstruktif diartikan sebagai upaya-upaya untuk menghadapi situasi stres secara sehat. Beberapa orang ahli psikologi sudah lama memperkirakan bahwa humor merupakan respons *coping* yang positif. Dalam hal ini, Martin dan Lefcourt (Wijayanti, 2013) menemukan bahwa humor berfungsi mengurangi dampak buruk stres terhadap suasana hati atau perasaan seseorang. *Coping* yang positif-konstruktif ini memiliki beberapa ciri. Pertama, menghadapi masalah secara langsung, mengevaluasi alternatif secara rasional dalam upaya memecahkan masalah tersebut. Kedua, menilai atau mempersepsi situasi stres didasarkan kepada pertimbangan yang rasional. Ketiga, mengendalikan diri (*self control*) dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

Harber & Runyon (dalam Wijayanti, 2013) juga menyebutkan jenis-jenis *coping* yang dianggap konstruktif atau sehat, yaitu:

- a. Penalaran (*Reasoning*). Penggunaan kemampuan kognitif untuk mengeksplorasi berbagai macam alternatif pemecahan masalah dan kemudian memilih salah satu alternatif yang dianggap paling menguntungkan. Individu secara sadar mengumpulkan berbagai informasi yang relevan berkaitan dengan persoalan yang dihadapi, kemudian membuat alternatif-alternatif pemecahannya, kemudian memilih alternatif yang paling kecil dan keuntungan yang diperoleh paling besar.
- b. Objektivitas. Kemampuan untuk membedakan antara komponen-komponen emosional dan logis dalam pemikiran, penalaran maupun tingkah laku. Kemampuan ini juga meliputi kemampuan untuk membedakan antara pikiran-pikiran yang berhubungan dengan persoalan dengan yang tidak berkaitan. Individu yang bersangkutan memiliki kemampuan untuk mengelola emosinya sehingga individu mampu

memilih dan membuat keputusan yang tidak semata didasari oleh pengaruh emosi.

- c. Humor. Kemampuan untuk melihat segi yang lucu dari persoalan yang sedang dihadapi, sehingga perspektif persoalan tersebut menjadi lebih luas, terang dan tidak terasa sebagai menekan lagi ketika dihadapi dengan humor. Humor memungkinkan individu yang bersangkutan untuk memandang persoalan dari sudut manusiawinya, sehingga persoalan diartikan secara baru, yaitu sebagai persoalan yang biasa, wajar dan dialami oleh orang lain juga.
- d. Supresi. Kemampuan untuk menekan reaksi yang mendadak terhadap situasi yang ada sehingga memberikan cukup waktu untuk lebih menyadari dan memberikan reaksi yang lebih konstruktif. *Coping* supresi juga mengandaikan individu memiliki kemampuan untuk mengelola emosi sehingga pada saat tekanan muncul, pikiran sadarnya tetap bisa melakukan kontrol secara baik.
- e. Strategi koping. Strategi koping yang dimaksudkan merupakan suatu kondisi ketika seseorang berupaya untuk melawan sumber dari stres dan mengatasi masalah yang ada dengan menghapuskannya atau merubah efek yang terjadi juga dapat merubah hubungan seseorang dengan lingkungannya.
- f. Strategi koping yang berfokus pada masalah yaitu 1) Confrontative coping, Usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko. 2) Seeking social support, Usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain. 3) Planful problem solving, Usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap dan analitis (Lazarus dan Folkman dalam Aris Y, 2015).
- g. Strategi koping yang berfokus pada emosi yaitu; 1) Self control, usaha untuk mengatur perasaan ketiak menghadapi situasi yang menekan. 2) Distancing, usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindari permasalahan, seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan

pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah sebagai lelucon. 3) Positif reappraisal, usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan berfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religious. 4) Accepting responsibility, usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya dan mencoba menerimanya untuk membuat semua menjadi lebih baik

- h. Sumber coping Menurut Stuart dalam Aris (2015) mengatakan sumber coping merupakan pilihan atau strategi untuk menentukan apa yang bisa diselesaikan atau sebaliknya apa yang bisa dipertaruhkan. Kita bisa memilih coping yang ada dan kesempatan yang diberikan untuk memilih bisa berhasil dan kemungkinannya orang akan menggunakan strategi utama dengan efektif. Sumber coping merupakan faktor pelindung. Faktor-faktor tersebut meliputi asset ekonomi, kemampuan dan keahlian, dukungan sosial, dan motivasi. Sumber coping lain yaitu kesehatan dan energi, dukungan spiritual, kepercayaan yang positif, problem solving, keahlian berinteraksi dengan orang lain, sumber materi dan sosial, dan kesejahteraan fisik. Berikut pembahasan mengenai sumber coping tersebut:

- 1) Spiritual belief, sumber coping yang bisa menjadi dasar dari sebuah pengharapan dan mampu menyokong usaha coping seseorang yang berada dibawah lingkungan yang buruk.
- 2) Problem solving skill, termasuk didalamnya tentang kemampuan mencari dan mengumpulkan informasi, mengidentifikasi masalah, mengkaji beberapa alternative yang tersedia dan mengimplementasikan rencana yang sudah dibuat.
- 3) Social skill, membantu mengatasi berbagai masalah dengan melibatkan orang lain. meningkatkan peluang untuk mendapatkan kerja sama atau dukungan dari orang lain, dan berikan kepada individu kontrol social yang terbaik.
- 4) Material assets, mengacu kepada uang dan barang-barang serta pelayanan-pelayanan yang bisa dibeli dengan uang.

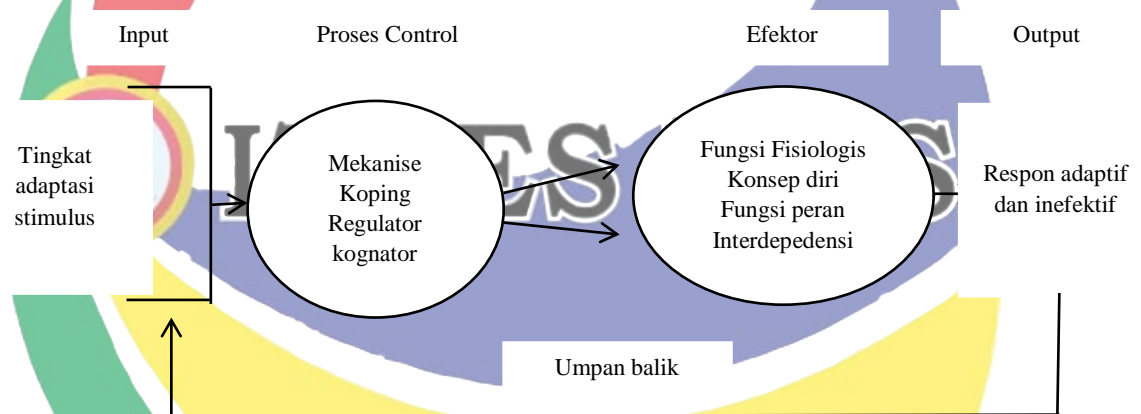
- 5) Knowledge and intelligence, merupakan sumber koping yang kemungkinan orang untuk mengidentifikasi cara-cara yang lain agar beradaptasi dengan stres.



B. Teori Keperawatan

Model adaptasi Roy untuk keperawatan merupakan suatu teori yang diturunkan dari teori yang sebelumnya, diantaranya teori Harry Helson mengenai psikofisika yang diperluas menjadi ilmu sosial dan perilaku. Pada teori adaptasi Helson, proses adaptasi merupakan fungsi dari stimulus yang datang dan ingkat adaptif. Setelah mengembangkan modelnya, Roy menyajikannya sebagai kerangka kerja praktik, penelitian dan pendidikan keperawatan. Roy menyatakan bahwa lebih dari 1500 pengajar dan siswa telah berkontribusi pada perkembangan teoritis model adaptasinya. Ia menyajikan teori ini sebagai kerangka kerja kurikulum pada sejumlah besar audiens pada konferensi pendidikan keperawatan di Chicago pada tahun 1977 (Alligood, 2017).

Skema Model Konsep Teori menurut Sister Callistar Roy

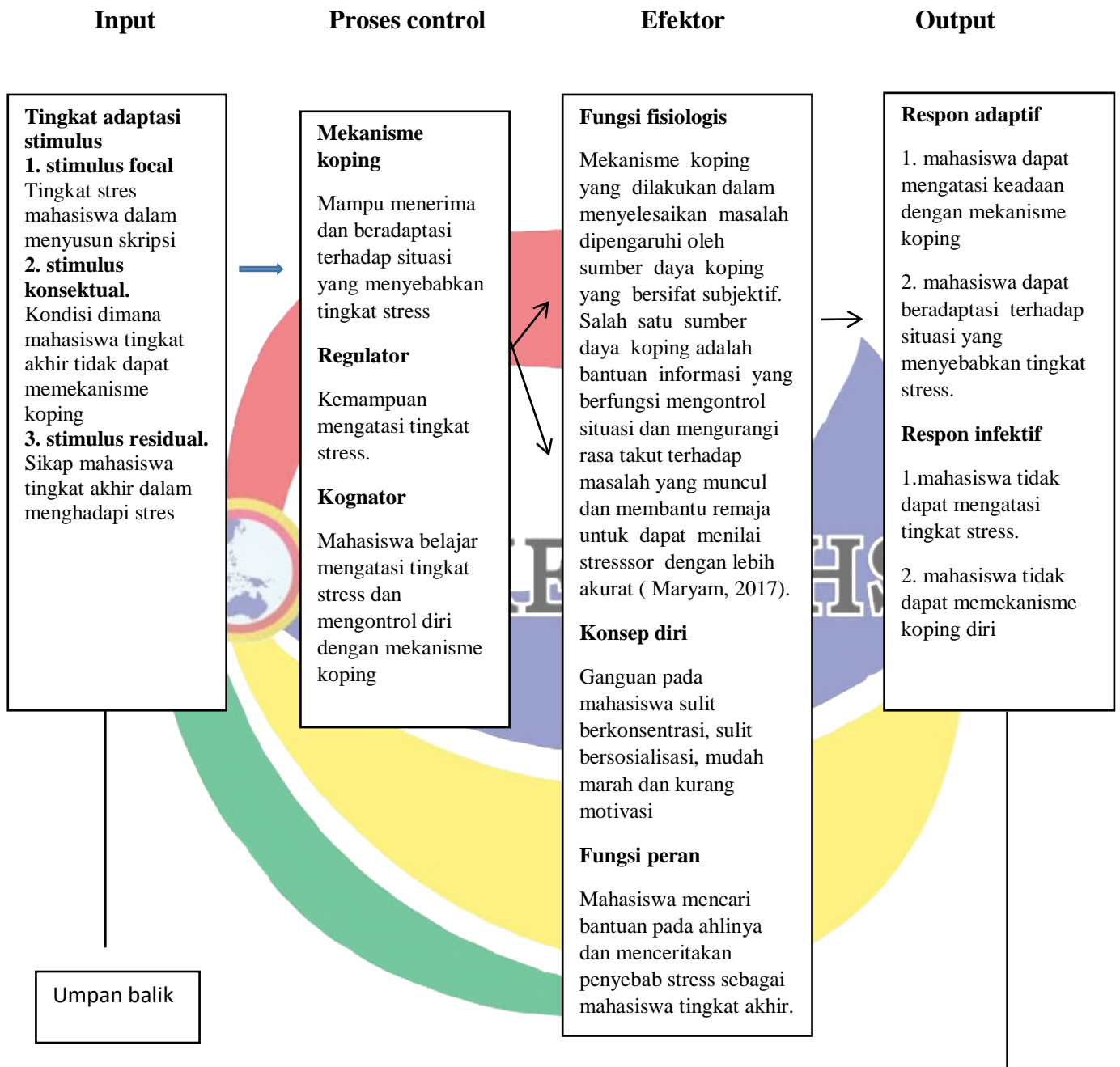


Gambar Model Konsep Adaptasi Roy

Skema : kerangka konsep teori manusia sebagai system adaptif (Roy). Gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di ITKES Wiyata Husada Samarinda

C. Kerangka teori penelitian.

Proses terjadinya gambaran mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan berdasarkan model teori Callista Roy



BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Rancangan Penelitian

Penelitian deskriptif memusatkan perhatian kepada masalah aktual dan penelitian berusaha mendeskripsikan peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut (Noor, Juliansyah, 2011) Pada penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda. Penelitian ini dilakukan dengan langkah-langkah seperti mengumpulkan data melalui penyebaran kuesioner dengan menggunakan aplikasi google form yang selanjutnya diolah dan dibuat kesimpulan atau laporan.

Kerangka Konsep Penelitian

Variabel Independent


Mahasiswa

Variabel Dependent

Mekanisme Koping

Keterangan :

Variabel :

Arah Gambaran: 

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah populasi terjangkau yaitu populasi yang memenuhi kriteria penelitian dan biasanya dapat dijangkau oleh peneliti dari kelompoknya (Nursalam,

2017) yakni semua mahasiswa tingkat akhir regular kelas 8a di ITKES Wiyata Husada Samarinda. Pada penelitian ini, dipilih populasi yang sesuai dengan karakteristik penelitian, yaitu populasi mahasiswa tingkat akhir di ITKES Wiyata Husada Samarinda dengan jumlah 46.

2. Sampel

Adalah sebagian populasi yang ciri-cirinya diselidiki atau diukur (Sumantri, 2013). Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misal karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang dapat diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2015). Sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling (Nursalam, 2017).

C. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Total Sampling* adalah teknik dengan cara di ambil dari keseluruhan populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2013). Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa regular kelas 8a Di ITKES Wiyata Husada Samarinda yaitu sebanyak 46 responden.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep pengertian tertentu misalnya umur, jenis kelamin, pendidikan dan status perkawinan, pekerjaan, pengetahuan, pendapatan, penyakit dan sebagainya (Sugiyono, 2015). Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

2. Definisi Operasional

Defenisi Operasional adalah defenisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefenisikan tersebut. Karakteristik yang diamati dari (diukur) itulah yang merupakan kunci defenisi operasional.

Dapat diamati artinya memungkinkan penelitian untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi oleh orang lain (Nursalam, 2015).

Tabel 3.1 Defenisi Operasional

| No | Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Hasil Ukur | Skala |
|----|------------------|--|---|--|---------|
| 1 | Mekanisme koping | Individu yang bias menguasai situasi, mengarah pada penyesuaian diri dalam menghadapi stress | Kuisiner dengan skala Likert : Tidak Pernah : 0 Jarang : 1 Kadang : 2 Sering : 3 Eka Dwi Kusyanti 2018 | Mekanisme Koping Kurang Baik : ≥ 55.89 mekanisme Baik : ≤ 55.89 Data berdistribusi normal menggunakan mean | Ordinal |

E. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Penelitian akan dilakukan di Kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda

2. Waktu penelitian

Pengambilan data penelitian ini akan dilakukan pada 10 Juli - 18 Juli 2020

F. Sumber Data dan Instrument Penelitian

1. Sumber Data

Sumber data adalah segala sesuatu yang dapat memberikan informasi mengenai data. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder :

- a. Data primer yaitu data yang dibuat oleh peneliti untuk maksud khusus menyelesaikan permasalahan yang sedang ditanganinya. Dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan.
- b. Data sekunder yaitu data yang telah dikumpulkan untuk maksud selain menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Data ini dapat ditemukan dengan cepat. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah literatur, artikel, jurnal serta situs di internet

yang berkenaan dengan penelitian yang dilakukan. Sumber data yang digunakan oleh peneliti adalah data primer yaitu berupa kuisisioner menggunakan google from.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data (Notoadmojo, 2012). Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner, yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 2013). Adapun pengisian kuesioner variabel pengetahuan dengan skala ghuttman yaitu pertanyaan nilai 1 jika menjawab benar dan 0 jika menjawab salah dan varaibel sikap dengan *skala likert* yaitu pertanyaan nilai 1 jika menjawab tidak pernah, jika nilai 2 menjawab jarang, jika nilai 3 menjawab kadang kadang, jika nilai 4 menjawab sering.

Table 3.2 kisi-kisi kuesioner pengetahuan dan sikap

| No | Variabel | Indikator | Pertanyaan | Pertanyaan Favoreble | Pertanyaan Unfavorable |
|----|------------------|-----------|------------------------|---|---------------------------|
| 1 | Mekanisme koping | Memahami | -Maldaptif -adaptif | 1,2,3,4,,5,6,7,8,9,10,1 1,12,13,14,15,16,17,1 8 | 1,2,3,4,5,6 |

G. Uji Instrumen

Menurut Susila & Suyanto (2015) instrumen yang umumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas adalah kuesioner, terutama kuesioner atau tes yang disusun sendiri oleh peneliti. Untuk kuesioner atau tes yang bersifat standar yang dibuat oleh peneliti sebelumnya yang telah diakui validitas dan reliabilitasnya tidak perlu dilakukan uji lagi . Eka Dwi Kusyanti (2018)

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan ketepatan pengukuran suatu instrumen, instrument dikatakan valid apabila instrument tersebut apa yang seharusnya diukur alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Dharma, 2011). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini

berupa kuesioner mekanisme koping mahasiswa dengan jumlah pertanyaan 24 item pertanyaan. Instrumen dalam penelitian ini merupakan instrumen modifikasi dari penelitian Eka Dwi Kusyati, 2018 yang berjudul Hubungan Antara Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan pasien Gagal Ginjal Kronik Yangmenjalani Hemodialisis di RSUD Wates, sehingga instrumen yang digunakan dalam penelitian ini akan dilakukan Uji Validitas. Uji Validitas dilaksanakan di ITKES Wiyata Husada Samarinda pada tanggal 20 Agustus 2020 menggunakan responden mahasiswa S1 – Ilmu keperawatan kelas A tingkat 4 yang berjumlah 46 mahasiswa, setelah dilakukan uji validitas didapatkan hasil 23 item pertanyaan valid dengan rentang 0.355 – 0.690 dan 1 item pertanyaan tidak valid karena nilai $r_{Table} >$ dari pada r_{Hitung} didapat nilai r_{Table} 0.290, Saya yakin bahwa tuhan akan selalu memberi kekuatan bagi saya $p_{12}; 0.265$, maka pertanyaan tersebut dihilangkan dari kuesioner dan dapat disimpulkan sebelum dilakukan uji validitas jumlah kuesioner 24 item pertanyaan dan setelah dilakukan uji validitas jumlah kuesioner 23 item pertanyaan valid, sehingga 23 item pertanyaan ini dapat kita gunakan untuk dijadikan instrumen pengukuran mekanisme koping mahasiswa dalam menyusun skripsi.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas sering disebut sebagai konsistensi atau keajegan. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Menurut (Sugiyono 2015) “Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama”. Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian adalah dengan rumus *Cronbach's Alpha*.

Dari hasil perhitungan instrumen dikatakan reliabel jika nilai koefisien *alpha* $> 0,7$ (Ali Muhson, 2015). Maka instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk pengukuran dalam rangka pengumpulan data penelitian. Hasil uji reliabilitas variabel mekanisme koping mahasiswa dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0.735 dengan interorestasi tinggi.

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa semua item pernyataan untuk mengukur variabel mekanisme koping mahasiswa adalah reliabel karena mempunyai nilai *Cronbach's Alpha* > 0,7 dan besarnya nilai r antara 0,721-0,730 sehingga dapat disimpulkan koefisien reliabilitas instrumen penelitian termasuk pada kategori tinggi sehingga instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai pengumpul data.

H. Prosedur Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah suatu person pendekatan subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2017). Teknik pengumpulan data digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara pemberian kuesioner. Langkah-langkah dalam pengumpulan data melalui proses sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan Penelitian

Tahap ini dilakukan penelitian dan pengukursan izin penelitian kepada tempat penelitian dan pihak terkaitnya, yaitu Kampus ITKES Wiyata Husada Samarinda melakukan studi pendahuluan tentang penelitian yang akan dilakukan

2. Tahap pelaksanaan

- a. Menentukan populasi yang menjadi responden penelitian yaitu Pengetahuan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir
- b. Memberikan penjelasan kepada responden secara lengkap mengenai tujuan pelaksanaan. Teknik pelaksanaan dan manfaat pelaksanaan.
- c. Responden yang setuju ikut dalam penelitian diminta untuk mengisi dan menandatangani lembar persetujuan *informen consent*.
- d. Memberikan kuesioner dengan aplikasi google form untuk menggali data tentang gambaran mekanisme koping atau membuat group whatsapp untuk lebih mudah menjelaskan prosedur pengisian kuisinoer menggunakan aplikasi google form.
- e. Melakukan pengolahan dan analisa data.

I. Teknik Pengolahan Data

Menurut Tika, M, P (2005) sebelum melakukan analisis data, perlu dilakukan pengolahan data terlebih dahulu. Menurut Arikunto (2006) data yang dikumpulkan dan di olah sebagai berikut :

1. *Editing (Edit Data)*

Editing dilakukan oleh peneliti di tempat pengumpulan data untuk memeriksa ulang kelengkapan kuesioner, berkaitan kemungkinan kesalahan atau ada jawaban responden dari setiap pertanyaan agar data diolah dengan baik dan memudahkan peneliti menganalisis data. Editing dalam penelitian mengumpulkan semua hasil kuesioner penelitian yang telah diisi oleh responden dan memberikan skor pada setiap item pertanyaan.

2. *Coding*

Coding adalah usaha mengklarifikasi jawaban para responden menurut macamnya, dengan menandai masing-masing jawaban menurut macamnya dengan kode tertentu. Kegunaan *Coding* adalah mempermudah pada saat analisa data dan juga mempercepat entry data.

| | |
|--------------------|------------------|
| Kode Pengetahuan : | Kode Sikap : |
| Kurang baik :1 | Tidak Pernah :0 |
| Baik :2 | Jarang :1 |
| | Kadang-kadang: 2 |
| | Sering :3 |

3. *Tabulating*

Peneliti melakukan pengumpulan data sedemikian rupa agar mudah dijumlahkan, disusun dan ditata untuk disajikan dan dianalisis, data yang diperoleh dari masing-masing responden melalui observasi. Kemudian data tersebut disusun, diseleksi kelengkapannya dan dikelompokkan (tabulasi data).

4. *Scoring*

Scoring adalah memberi nilai – nilai kuesioner dengan presentasi mekanisme koping.

Skor
 3 : Sering
 2 : Kadang-kadang
 1 : Jarang
 0 : Tidak Pernah

5. *Entry Data*

Setelah data dikelompokkan pada kriteria tertentu, selanjutnya peneliti melakukan pemasukan data secara manual atau melalui pengolahan computer (SPSS).

6. *CLeaning*

Langkah ini peneliti melakukan pengecekan untuk mengetahui adanya kesalahan atau kekurangan selama proses pengolahan data.

J. **Analisa Data**

Data dianalisa dengan menggunakan Analisa deskriptif. Analisa deskriptif adalah suatu prosedur pengolahan data dengan menggambarkan masalah penelitian yang terjadi berdasarkan karakteristik jenis kelamin, usia, Pendidikan, pekerjaan dan lain-lain. Meringkas data dengan cara ilmiah dalam bentuk table atau grafik (Hidayat, 2008). Analisa data dengan menggunakan analisis univariat yaitu analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dari presentase tiap variabel (Notoatmojo, 2010). Analisa data yang di gunakan adalah Analisa *univariat*, untuk menganalisa satu variabel yaitu Gambaran Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda

1. Uji Normalitas Data

Pada penelitian ini penguji normalitas data untuk mengetahui *cut of point* yang digunakan apakah mean atau median pada kuisisioner. Penelitian ini mengandung uji Shapiro-Wilk karena jumlah sampel < 50 . Kriteria yang digunakan yaitu apabila nilai *Asymp. Sig* $\geq 0,05$ maka data berdistribusi normal (Ali Muhson, 2015: 35). Pada uji normalitas di dapatkan data berdistribusi normal yakni pada kuesioner mekanisme

koping dengan nilai signifikan $0,85 > 0,05$ maka *cut of point* menggunakan nilai mean.

2. Analisis Univariate

Analisis univariate adalah analisa yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Analisis Univariat dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentasi dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Menurut Sujarweni (2015), uji statistic univariat adalah suatu analisa yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian. Pada umumnya dala analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel. Dengan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan :

P : Presentase yang di cari

F : Frekuensi sampel untuk setiap pertanyaan

N : Jumlah keseluruhan sampel

K. Etika Penelitian

Masalah etika penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat dalam penelitian keperawatan berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Masalah etika yang harus diperhatikan antara lain adalah sebagai berikut: (Hidayat, 2011).

1. *Informed Consent* (persetujuan)

Informed consent merupakan bentuk persetujuan anatar peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan dengan menggunakan metode google form. Informet consent tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan informed consent adalah agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian, mengetahui dampaknya.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

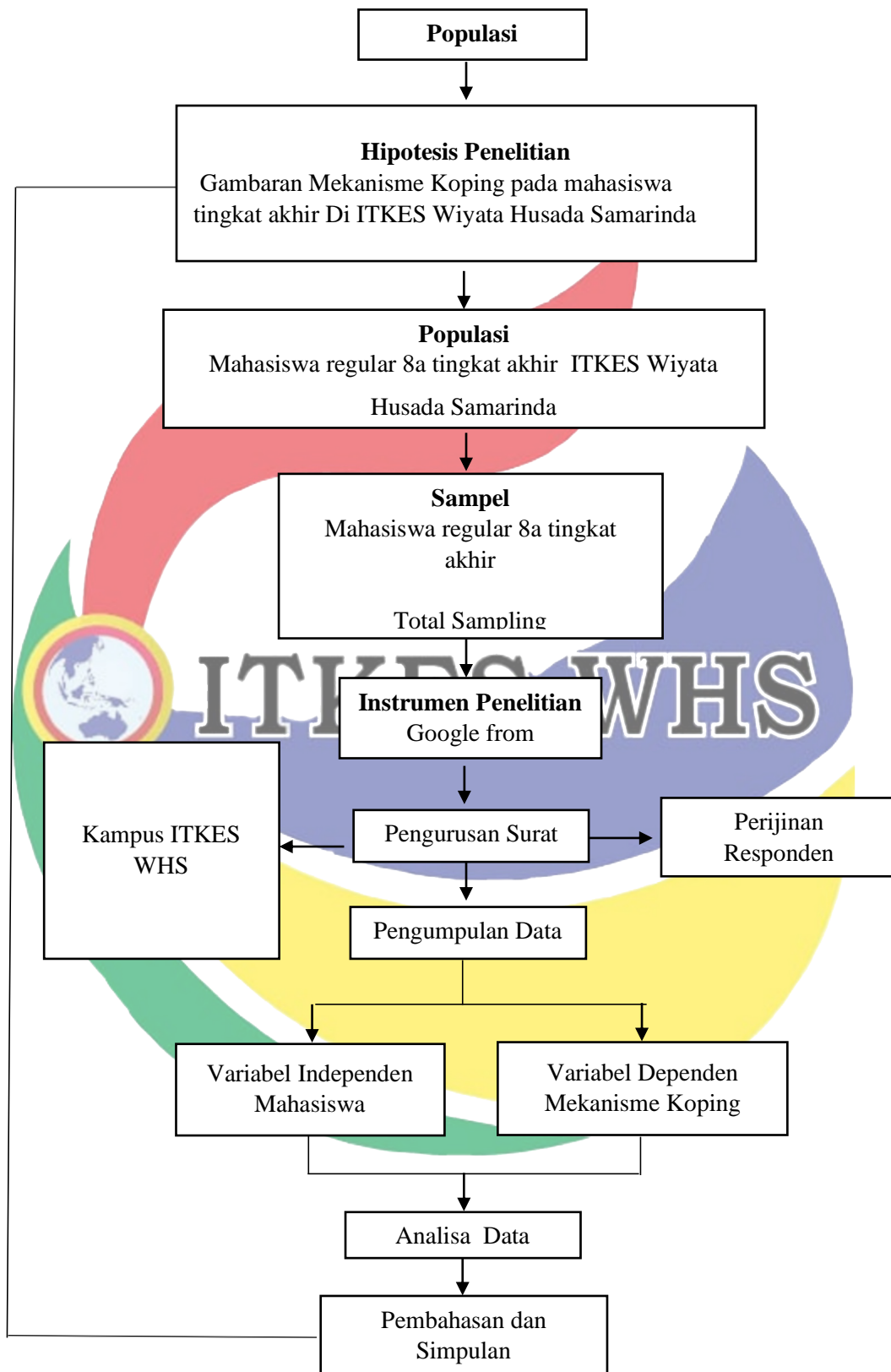
Masalah etika keperawatan adalah masalah yang memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberika atau mencatatumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskode 01 sampai estrusnya pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiannya oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.



M. Alur Penelitian



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskriptif Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda pada tanggal 23 sampai 29 Agustus 2020. ITKES WHS merupakan Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda yang terletak di Jl. Kadrieoening Gg. Monalisa No.77 Samarinda, Kalimantan Timur. Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda yang mempunyai motto “*hold the future now*”.

ITKES wiyata Husada Samarinda terdapat 4 gedung yaitu gedung A, B, C dan D. Gedung A terdapat ruang administrasi, ruang ketua yayasan, ruang rektorat, ruang pimpinan, ruang rapat, ruang keuangan, dan ruang kelas. Gedung B terdapat ruang dosen, perpustakaan, ruang laboratorium, dan ruang kelas. Gedung C terdapat auditorium, ruang kelas dan kantin. Gedung D terdapat ballroom, ruang kelas dan laboratorium. Kemudian terdapat 8 program studi kesehatan yaitu S1 ilmu keperawatan, profesi ners, D3 kebidanan, S1 kebidanan, pendidikan profesi kebidanan, D3 Analisa kesehatan, D4 teknologi laboratorium medis, dan S1 fisioterapi.

B. Analisa Data

Karakteristik Responden

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin pada mahasiswa keperawatan di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4.1 Frekuensi Jenis Kelamin Mahasiswa keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda 23-29 Bulan Juli Tahun 2020 (n=46)

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| Laki-Laki | 8 | 17,4 % |
| Perempuan | 38 | 82,6 % |
| Jumlah | 46 | 100 % |

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.1 diatas menjelaskan bahwa krakteristik mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan jenis kelamin, laki-laki 8 (17,4%) dan perempuan 38 (82,6%) didominasi oleh jenis kelamin perempuan berjumlah 38 dengan persentase 82.6%.

b. Usia

Table 4.2 Frekuensi usia mahasiswa keperawatan di itkes wiyata husada samarinda bulan juli 2020 (n=46)

| No | Umur | Frekuensi | Persentase |
|--------------|-------|-----------|------------|
| 1 | 21-22 | 36 | 78,2 % |
| 2 | 23-25 | 10 | 21,8% |
| Total | 46 | 46 | 100% |

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.2 diatas menjelaskan bahwa krakteristik mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan usia 21-22 (78,2%) 23-25 (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 dengan persentase 78,2%.

2. Hasil Analisa Univariat

Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping (n=46)

| Variabel | Klasifikasi | Frekuensi | Presentasi % |
|------------------|------------------------------|-----------|--------------|
| Mekanisme Koping | Mekanisme Koping Baik | 27 | 58.7% |
| | Mekanisme Koping kurang Baik | 19 | 41.3% |
| Total | | 46 | 100 % |

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.2 didapatkan hasil mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi, mekanisme koping baik berjumlah 27 responden dengan persentase 58.7%, dan mekanisme koping kurang baik 19 responden dengan persentase 41.3%. Berdasarkan hasil ukur mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi didapat hasil tertinggi didominasi mekanisme koping baik 27 (58.7%).

C. Pembahasan

1. Gambaran objek yang diteliti

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi terbanyak jenis kelamin perempuan sebanyak 38 responden dengan persentase 82.6%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, profesi perawat lebih diminati oleh perempuan karena identik dengan naluri keibuan yang memiliki keinginan untuk menolong orang lain.

Hal ini dikarenakan sebagian besar mahasiswa perawat adalah perempuan dengan perbandingan 63 responden (73.3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Anugrahwati, & Hartati., (2017) yang menyatakan bahwa proporsi jenis kelamin perempuan

lebih banyak, karena sebagian besar mahasiswa perawat adalah perempuan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Puspawati & Arwidiana., (2018) yang menyatakan bahwa mayoritas perawat adalah perempuan dan profesi keperawatan identik dengan naluri keibuan yang memiliki keinginan untuk menolong orang lain.

Menurut Sudrajat (2008) dalam Ratih (2012) mekanisme yang dipakai perempuan cenderung memakai mekanisme yang berfokus pada emosi berbeda dengan laki-laki yang mempunyai mekanisme coping yang berfokus pada masalah.

b. Usia

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.2 diatas menjelaskan bahwa karakteristik mekanisme coping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan usia 21-22 (78,2%) 23-25 (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 dengan persentase 78,2% Mahasiswa dalam perkembangannya ialah sebagai remaja akhir atau dewasa awal yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun Berdasarkan teori dan hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa akhir merupakan seseorang yang berusia minimal 18 tahun dan maksimal 24 tahun (Monk FJ, et al 2012).

2. Hasil analisa

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme coping baik dalam menyusun skripsi sebanyak 27 responden dengan persentase 58.7%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, kurang baiknya mekanisme coping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dapat dipengaruhi oleh tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agung Krisdianto1 M & Mulyanti, 2015) yang menyatakan bahwa

mahasiswa memiliki mekanisme koping yang adaptif yaitu sebanyak 32 orang (69,6%) hal ini dikarenakan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir yaitu pada remaja akhir dan dewasa muda biasanya didominasi oleh maladaptive.

Menurut Naviska (2012), proses cognitive negative self schemas membuat remaja memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan membuat remaja tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya. Remaja lebih sering menghadapi stres dengan cara mengabaikan stresornya. Mengabaikan masalah dengan cara menghindar, mengalihkan, dan penolakan terhadap masalah.

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme koping baik dalam menyusun skripsi sebanyak 19 responden dengan persentase 41.3%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, kurang baiknya mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dapat dipengaruhi oleh tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya.

Menurut (Afifuddin Fasya Z, Yuwono P, Septiwi C, 2019) hal ini disebabkan karena mahasiswa pada saat mengatasi sebuah masalah yang datang pada dirinya, mahasiswa tidak langsung mengambil keputusan dengan cara emosional melainkan dengan bersabar. Mahasiswa yang ditekankan dalam tugas dalam mengerjakan skripsi ternyata mempunyai cara tersendiri dalam menyelesaikannya. Dengan cara mencari dukungan dari orang lain dengan bercerita, melakukan kegiatan-kegiatan yang positif, mencari informasi yang berfungsi untuk mempermudah dalam menyelesaikan masalahnya pada saat mengerjakan dan membuat rencana agar bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.

3. Keterbatasan Penelitian

1. Pada penelitian ini terkendala dengan responden tidak langsung menjawab saat google form dibagikan, dan juga dikarenakan terbatasnya kuota .
2. Pengumpulan data dengan kuesioner bersifat subjektif, sehingga kebenaran data sangat bergantung dari kejujuran responden.



BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Simpulan hasil penelitian yang menjawab tujuan penelitian diperoleh hasil penelitian yaitu : karakteristik mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan jenis kelamin, laki-laki 8 (17,4%) dan perempuan 38 (82,6%) didominasi oleh jenis kelamin perempuan dan berdasarkan usia 21-22 (78,2%) 23-25 (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 dengan persentase 78,2%.

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme koping baik dalam menyusun skripsi sebanyak 27 responden dengan persentase 58,7% dan mahasiswa memiliki mekanisme koping kurang baik dalam menyusun skripsi sebanyak 19 responden dengan persentase 41,3% dari hasil analisis mekanisme koping kurang baik lebih banyak dengan persentase 58,7%.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian ini maka peneliti merumuskan saran sebagai berikut:

1. Bagi Instansi

Bagi instansi tempat penelitian diharapkan mampu meningkatkan rancangan program berupa kegiatan pengembangan mekanisme koping sehingga membantu mahasiswa untuk mampu mengembangkan cara-cara yang efektif dalam menghadapi suatu permasalahan akademik.

2. Bagi mahasiswa keperawatan

Bagi mahasiswa keperawatan diharapkan agar dapat mengontrol emosional selama penyusunan tugas akhir skripsi dengan melakukan beberapa refreshing disela penyusunan skripsi Contohnya berupa mencari tahu penyebab datangnya suatu hambatan, bertanya kepada teman yang pernah mengalami hambatan serupa untuk mencari alternatif pemecahan masalah yang berbeda.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih belum sempurna. Oleh sebab itu peneliti mengharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan dan mempertimbangkan dalam menentukan mekanisme koping. Dan melihat faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi mekanisme koping mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.



DAFTAR PUSTAKA

- Aris, Y. (2015). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas Padang Tahun 2015*.
- Amiruddin. (2017). *Analisa Faktor-faktor Penyebab Tingkat Kejadian Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2015*
- Alligood. (2017). *Pakar Teori Keperawatan Karya Mereka*. Singapore .
- Bamuhair. (2015). Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in a Problem-Based Learning Curriculum. *Journal of Biomedical Education*.
- Broto, Hendricus. (2016). Stres pada mahasiswa penulis skripsi. Skripsi. Universitas Sanata Drama
- Hartaji, D. A. (2014). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang tua* . Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Hassanah, U. (2017). Hubungan Antara Stres Dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademi Keperawatan.
- Ismiati. (2015, Juli-Desember). Problematika Dan Coping Stres Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi. *Jurnal Al-Bayan*, 21, 32.
- Ismiati. (2015). Problematika dan coping stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal Al-Bayan*, 21 (32).
- Maryam. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1, 101-107.
- Masitoh, A. R. (2018). Hubungan Optimisme dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat Akhir di STIKES Muhammadiyah Kudus dalam Menghadapi Skripsi . *Jurnal ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 97-103.
- Musradinur. (2016). Stres dan cara mengatasinya dalam perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi*, Vol 2 (2).
- Mushofa, M. (2017). *Sumber Stres Dan Mekanisme Koping Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Dalam Pembelajaran Klinik*.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktisi Edisi 3*. Jakarta Selemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* . Jakarta: Selemba Medika.
- Uswantun. (2017). Hubungan antara Stres dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademik Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan, I*, 138-145.
- Wijayanti, N. (2013). Mekanisme koping menghadapi stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yuni Aris, (2015) Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Dan Strategi Koping Yang Digunakan. Volume 14, No. 2. Jurnal Keperawatan



Lampiran 1: Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Muri Agustiana
Tempat Tanggal Lahir : Umaq Tukung, 29-07-1999
NIM : 16.0393.728.01
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Suku : Dayak Kenyah
Email : murygusti99@gmail.com
Alamat : Desa Umaq Tukung, Kec, Tabang, Kabupaten Kutai
Karta Negara, Kalimantan Timur, Indonesia
Alamat Institusi : Jalan Kadrie Oening, Gg. Monalisa, No. 77 Samarinda
Kalimantan Timur, Indonesia
Riwayat Pendidikan :
1. Tahun 2010 : Lulus SD Negeri 012 Tabang
2. Tahun 2013 : Lulus SMP 1 Negeri 1 Tabang
3. Tahun 2016 : Lulus SMA Negeri 1 Tabang



Lampiran 2: Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data

Samarinda, 23 Juli 2020

Nomor : -

Lampiran : -

Hal : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data

Kepada Yth,

Wakil Rektor I ITKES Wiyata Husada Samarinda

di -

Tempat

Dengan hormat

Teriring salam dan doa semoga Allah SWT selalu memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya kepada kita semua.

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir mahasiswa berupa penyusunan karya tulis ilmiah/skripsi, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu agar dapat memberikan izin kepada saya untuk melakukan studi pendahuluan dan pengambilan di tempat yang Bapak/Ibu pimpin.

Adapun identitas saya yang melakukan kegiatan tersebut adalah:

Nama : Muri Agustiana

NIM : 16.0393.728.01

Semester : VIII

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : Gambaran Mekanisme Koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda

Demikian saya sampaikan, atas perhatian dan kesediaannya Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth,

Responden

Di –

Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muri Agustiana

NIM : 16.0393.728.01

No. Hp : 082249140741

Judul Penelitian : Gambaran Mekanisme Koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda

Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan ITKES Wiyata Husada Samarinda, yang sedang melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Mekanisme Koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda.

Berikut ini peneliti akan menjelaskan jalannya proses penelitian, jika saudara/i bersedia ikut serta dalam penelitian ini. Pertama-tama peneliti akan mulai dengan kontak awal dilakukan penelitian dengan mengunjungi partisipan untuk membangun bina hubungan saling percaya. Peneliti menjelaskan tentang tujuan dan menanyakan kesediaan partisipan untuk mengikuti penelitian ini, kontrak waktu serta menyiapkan informed consent. Kemudian peneliti akan memberikan kuesioner mengenai aktivitas fisik dengan menggunakan *google form* yang telah disediakan oleh peneliti dan waktu yang diperlukan untuk mengisi kuesioner.

Penelitian ini tidak akan menimbulkan resiko apapun dan peneliti berjanji menjunjung tinggi serta menghargai hak saudara/i dengan cara menjaga kerahasiaan identitas selama pengumpulan data, pengolahan data dan penyajian laporan penelitian.

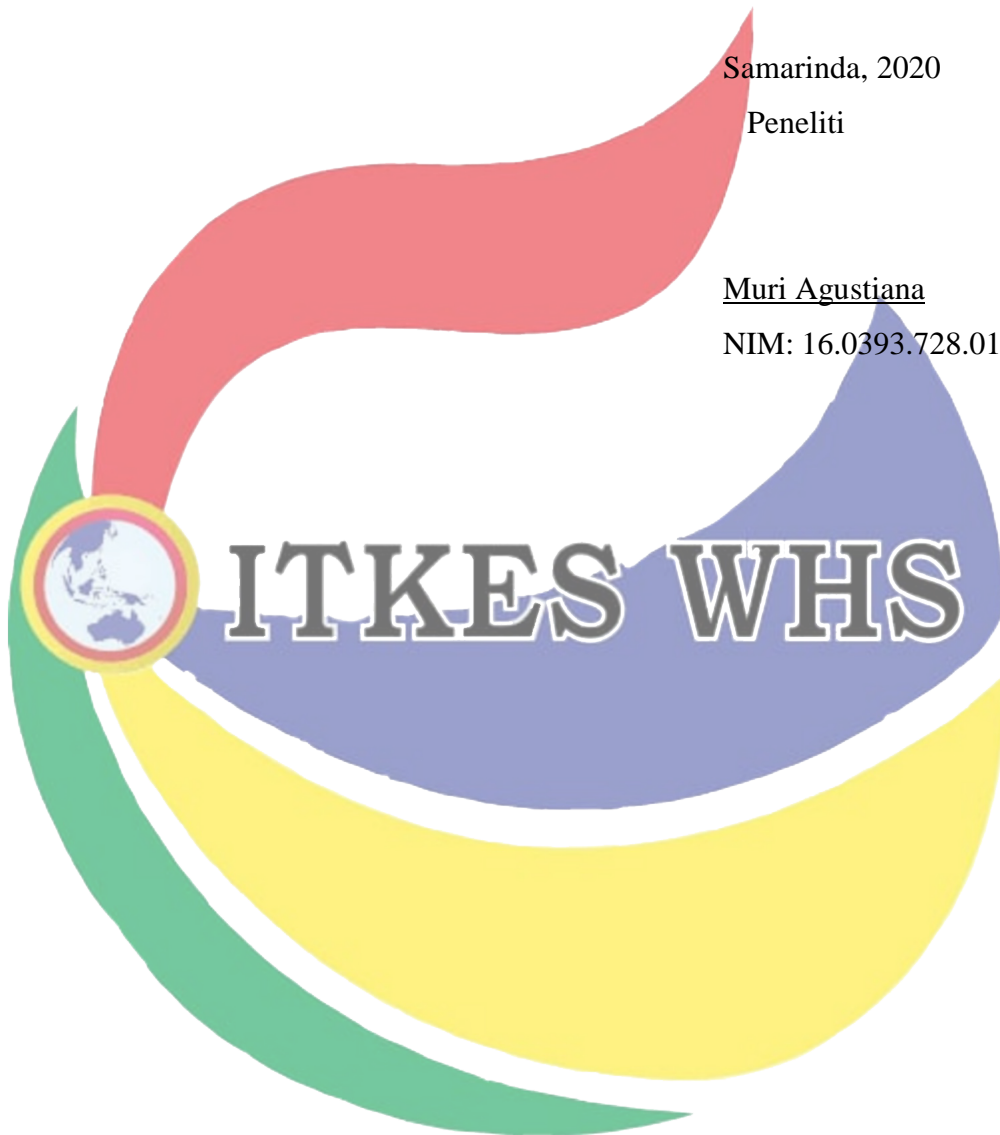
Demikian surat penjelasan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Samarinda, 2020

Peneliti

Muri Agustiana

NIM: 16.0393.728.01



Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti, maka saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (Inisial) :
Umur :
Jenis Kelamin :
Kelas :

Bersedia untuk ikut serta sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Mekanisme Koping pada mahasiswa Tingkat Akhir Dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda”.

Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak berdampak negatif dan membahayakan bagi saya dan keikut sertaan saya dalam penelitian ini sangat besar manfaatnya bagi saya.

Dengan menandatangani surat persetujuan ini, maka saya menyatakan bahwa saya akan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Mengetahui
Peneliti

Samarinda, 2020
Responden

Muri Agustiana

(.....)

Lampiran 5 : Kuesioner Mekanisme Koping

MEKANISME KOPING

Identitas Diri

Nama (Inisial) :

Umur :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Saya ingin mengetahui Gambaran Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. Guna mendukung pelaksanaan kegiatan, maka saya mohon kesediaannya saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan menjawab pertanyaan yang saya ajukan dan mengisi kuesioner. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Namun, apabila keberatan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, saya tidak akan memaksa dan saya akan menghargai sepenuhnya keputusan tersebut. Apabila saudara/i menyetujui, maka saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (informed consent), menjawab pertanyaan yang saya ajukan, dan mengisi kuesioner. Demikian permohonan saya, atas perhatian dan kesediaannya saya ucapkan terima kasih.

KUESIONER MEKANISME KOPING

Cara pengisian:

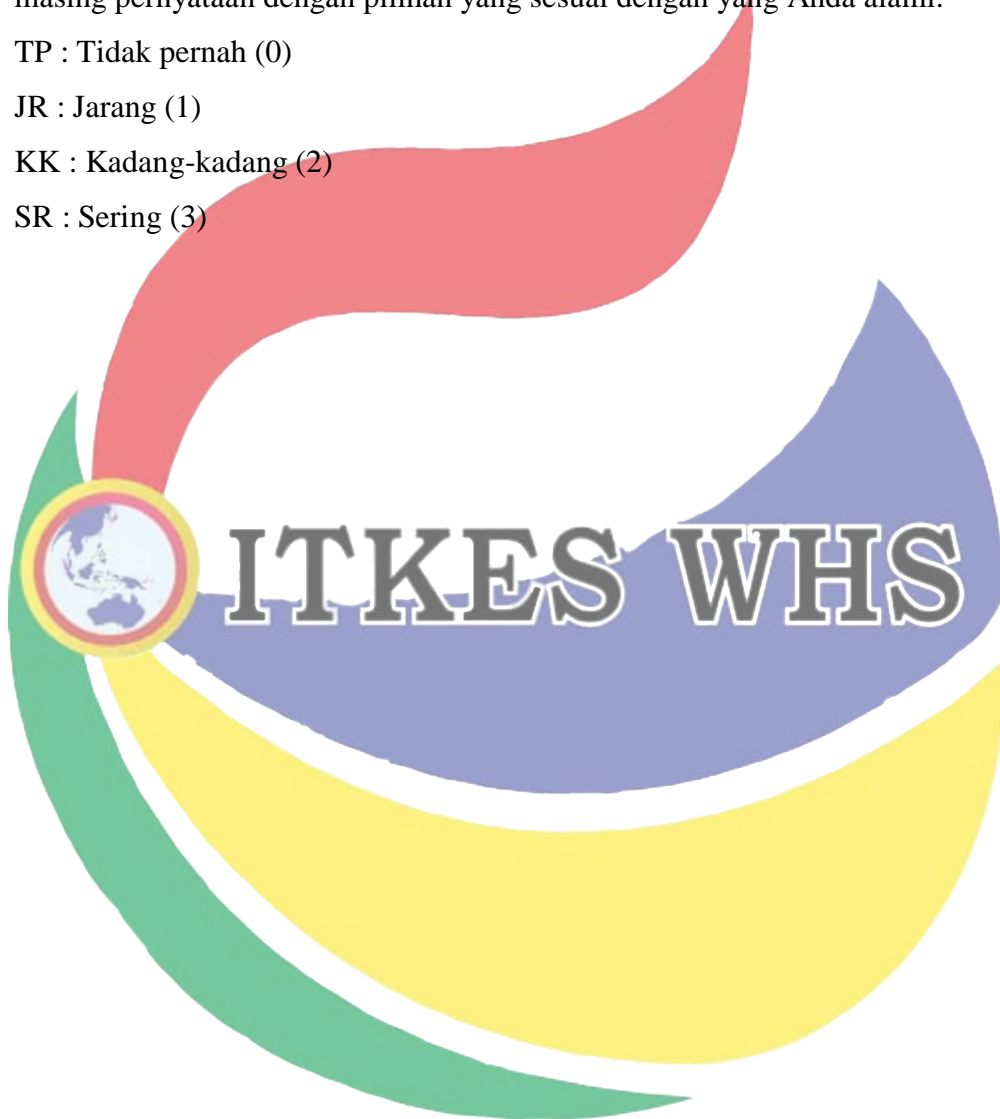
1. Pernyataan dibawah ini adalah pernyataan yang berisi tentang respon saudara/i dalam menyusun skripsi.
2. Berikan tanda checklist (√) pada kolom yang ada disebelah kanan pada masing-masing pernyataan dengan pilihan yang sesuai dengan yang Anda alami.

TP : Tidak pernah (0)

JR : Jarang (1)

KK : Kadang-kadang (2)

SR : Sering (3)



| No | Metode Koping | TP (0) | JR (1) | KK (2) | SR (3) |
|----|--|-----------|-----------|-----------|-----------|
| A. | Optimis terhadap masa depan | | | | |
| | 1. Saya yakin bahwa keadaan saya akan baik-baik saja (adaptif) | | | | |
| | 2. Saya percaya bahwa skripsi saya akan selesai tepat waktu apapun kendala dan situasinya (adaptif) | | | | |
| | 3. Saya memikirkan cara lain untuk mengatasi stress dan masalah saya selain menyusun skripsi (adaptif) | | | | |
| | 4. Saya menyemangati diri sendiri karena saya harus tetap tegar dan tidak boleh menyerah apapun keadaan dan kendala saya (adaptif) | | | | |
| B. | Menggunakan dukungan social | | | | |
| | 5. Saya mencari informasi tentang bagaimana menyusun skripsi dari buku, atau media lain (adaptif) | | | | |
| | 6. Saya menceritakan masalah yang saya hadapi dalam menyusun skripsi dengan orang yang juga menyusun skripsi (adaptif) | | | | |
| | 7. Saya membicarakan masalah yang saya alami selama mengerjakan skripsi kepada dosen pembimbing (adaptif) | | | | |
| | 8. Saya meminta dukungan dan bantuan dari keluarga (adaptif) | | | | |
| | 9. Saya menyerahkan semua keputusan tentang skripsi kepada keluarga dan teman (maladaptif) | | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| C. | Menggunakan sumber spiritual | | | | |
| | 10. Saya berdoa dan mendekati diri kepada Tuhan sebelum dan sesudah mengerjakan skripsi (adaptif) | | | | |
| | 11. Saya mencari ketenangan diri dengan relaksasi atau rekreasi (adaptif) | | | | |
| D. | 12. Saya yakin bahwa Tuhan akan selalu memberi kekuatan bagi saya apapun kondisi dan situasi saya ketika kelelahan mengerjakan skripsi (adaptif) | | | | |
| | 13. Saya pasrah kepada Tuhan dan menyerah terhadap situasi saya ketika saya kesulitan dan tidak mampu menyelesaikan skripsi (maladaptif) | | | | |
| | 14. Saya menyalahkan diri sendiri karena tidak bisa menyusun dan menuangkan isi pikiran dalam skripsi (maladaptif) | | | | |
| | 15. Saya menyembunyikan perasaan sedih saya dan berusaha untuk tegar dan tetap senyum dihadapan teman-teman dan orang lain (adaptif) | | | | |
| | 16. Saya tetap mengikuti kegiatan yang pernah saya ikuti sebelumnya meskipun kondisi saya tidak memungkinkan dan harus dipaksakan (maladaptif) | | | | |
| | 17. Saya menahan diri terhadap hal-hal | | | | |

| | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|
| | yang bertentangan dengan skripsi saya (adaptif) | | | | |
| | 18. Saya berusaha menikmati proses dalam menyusun skripsi (adaptif) | | | | |
| | 19. Saya tenang dan santai saat menyusun skripsi meskipun sudah sangat terlambat menyusun karena saya malas (maldaptif) | | | | |
| E. | Mencoba menerima kenyataan yang ada | | | | |
| | 20. Saya mencoba menemukan hikmah dari kondisi kesulitan saya dan situasi pandemi saat ini (adaptif) | | | | |
| | 21. Saya menganggap revisan yang banyak dalam menyusun skripsi itu adalah sesuatu yang baik (adaptif) | | | | |
| | 22. Saya menerima menyusun skripsi sebagai suatu kenyataan yang harus dikerjakan (adaptif) | | | | |
| | 23. Saya melakukan hal-hal yang masih bisa saya lakukan seperti olahraga, masak, dekorasi ruangan rumah dan kamar (adaptif) | | | | |
| | 24. Saya melakukan hal-hal yang masih bisa saya lakukan untuk keluarga | | | | |

Sumber : Modifikasi dari penelitian (Eka Dwi Kusyati, 2018)

Lampiran 6 : Uji Normalitas Data

jenis_kelamin

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| laki-laki | 8 | 17,4 | 17,4 | 17,4 |
| Valid perempuan | 38 | 82,6 | 82,6 | 100,0 |
| Total | 46 | 100,0 | 100,0 | |

Usia

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| 21-22 | 36 | 78,2 | 78,2 | 78,2 |
| Valid 23-25 | 10 | 21,8 | 21,8 | 21,8 |
| Total | 46 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

Uji normalitas

Case Processing Summary

| | Cases | | | | | |
|------------------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | Valid | | Missing | | Total | |
| | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| Mekanisme_Koping | 46 | 100,0% | 0 | 0,0% | 46 | 100,0% |

Descriptives

| | | Statistic | Std. Error | |
|------------------|----------------------------------|-------------|------------|--|
| Mekanisme_Koping | Mean | 56,13 | 1,299 | |
| | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound | 53,51 | |
| | | Upper Bound | 58,75 | |
| | 5% Trimmed Mean | 56,11 | | |
| | Median | 55,00 | | |
| | Variance | 77,627 | | |
| | Std. Deviation | 8,811 | | |
| | Minimum | 35 | | |
| | Maximum | 72 | | |
| | Range | 37 | | |
| | Interquartile Range | 12 | | |
| | Skewness | ,216 | ,350 | |
| | Kurtosis | -,364 | ,688 | |

Tests of Normality

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Mekanisme_Koping | ,113 | 46 | ,180 | ,957 | 46 | ,085 |

a. Lilliefors Significance Correction

Analisa data

Statistics

mekanisme koping

| | | |
|---|---------|----|
| N | Valid | 46 |
| | Missing | 0 |

mekanisme koping

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | negatif | 25 | 54,3 | 54,3 |
| | positif | 21 | 45,7 | 100,0 |
| Total | 46 | 100,0 | 100,0 | |

ABSTRAK

GAMBARAN MEKANISME KOPING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI

DI ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

Muri Agustiana¹, Aries Abiyoga², Marina Kristi Layun³

Latar Belakang : Mahasiswa merupakan individu yang sedang dalam proses menuntut ilmu disuatu perguruan tinggi dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi ITKes Wiyata Husada Samarinda Tujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi Di ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain deskriptif.

Hasil: penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden terdapat 46 mahasiswa Laki-Laki 8 (17,4 %) Perempuan 38 (82,6%) dan berdasarkan Usia 21-22 tahun (78,2%) 23-25 tahun (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 tahun dengan persentase 78,2% dan hasil mekanisme koping yaitu Mekanisme Koping Baik 27 (58.7%) dan Mekanisme Koping kurang Baik 19 (41.3%). **Kesimpulan:** Gambaran mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori stress sedang dan mekanisme koping mahasiswa dalam mengerjakan skripsi masuk dalam kategori mekanisme koping yang baik.

Kata kunci : Mahasiswa, Tingkat Stres, Mekanisme Koping.

4. Mahasiswa program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda
5. Dosen program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

ABSTRACT

DESCRIPTION OF THE KOPING MECHANISM IN STUDENTS FINAL LEVEL IN DEVELOPING A THESIS

AT ITKES WIYATA HUSADA SAMARINDA

Muri Agustiana¹, Aries Abiyoga², Marina Kristi Layun³

Background: Students are individuals who are in the process of studying at a tertiary institution and are registered to be undergoing education at one of the ITKes Wiyata Husada Samarinda colleges. The aim is to find out the description of the coping mechanism in final year students in compiling a thesis at ITKES Wiyata Husada Samarinda. **Methods:** This study is a quantitative study with a descriptive design. **Results:** The study showed that the majority of respondents were 46 male students 8 (17.4%) 38 female (82.6%) and based on age 21-22 years (78.2%) 23-25 years (21.8%).) dominated by 21-22 years old with a percentage of 78.2% and the results of the coping mechanism, namely the Good Coping Mechanism 27 (58.7%) and the Poor Coping Mechanism 19 (41.3%). **Conclusion:** The description of final year students working on their thesis falls into the medium stress category and the student coping mechanism in working on the thesis falls into the category of good coping mechanisms.

Keywords: Students, Stress Level, Coping Mechanism.

4. Student of nursing science study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda
5. Lecturer at the Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda
6. Lecturer at the Nursing Study Program, ITKES Wiyata Husada Samarinda
6. Dosen program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang sedang dalam proses menuntut ilmu di suatu perguruan tinggi dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi (Uswatun, 2017). Masalah yang dihadapi mahasiswa dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa yaitu perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan kebutuhan untuk mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih baik. Stres mampu mempengaruhi minat belajar mahasiswa. Minat belajar alat untuk memicu motivasi belajar mahasiswa sehingga ada beberapa faktor yang dapat mengoptimalkan motivasi belajar yaitu cita-cita, kemampuan belajar, kondisi siswa, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar. Banyak kejadian tersebut menyebabkan diantara mereka untuk tidak melanjutkan kuliah, tidak semangat belajar dan lain-lain Twincardo (2015)

Stres merupakan kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara

seseorang dengan lingkungan yang bersumber pada sistem biologis, psikologis, dan sosial dari seseorang. Sedangkan stres merupakan keseluruhan proses yang meliputi stimulasi, kejadian, peristiwa, dan respon interpretasi seseorang yang menimbulkan ketegangan di luar kemampuan seseorang untuk mengatasi (Uswatun, 2017).

Mekanisme koping merupakan suatu mekanisme yang dapat memodifikasi stres sehingga kemungkinan proses adaptasi dapat dipermudah. Pendekatan individu dalam menanggulangi stres yaitu koping berfokus pada emosi dan koping berfokus pada masalah. Stres yang dialami mahasiswa dapat mempengaruhi strategi koping yang dilakukan mahasiswa (Hasannah Uswatun, 2017). Mekanisme koping merupakan cara mengatasi stress dan kecemasan dengan memperdayakan diri. Individu biasanya menghadapi kecemasan menggunakan mekanisme koping yang berfokus pada masalah, mekanisme koping yang berfokus pada kognitif, dan mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Koping dapat diidentifikasi melalui respon

manifestasi (tanda dan gejala) coping dapat dikaji melalui beberapa aspek yaitu fisiologis dan psikologis coping yang efektif menghasilkan adaptif sedangkan yang tidak efektif menyebabkan maladaptif (Stuart dalam Sumoked, 2019). Mekanisme coping dapat dipelajari sejak awal timbulnya masalah atau stressor, sehingga individu tersebut menyadari dampak dari stressor tersebut. Kemampuan coping individu tergantung dari tempramen, persepsi, dan kognitif serta latar belakang budaya atau norma dia dibesarkan. Mekanisme coping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat. Belajar yang dimaksud merupakan kemampuan menyesuaikan diri (adaptasi) pada pengaruh faktor internal dan eksternal (Nursalam dalam Musoffa Muna, 2017).

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2014) (dalam Jaya, 2016) menambahkan bahwa, masa

mahasiswa meliputi rentang usia dari 18-19 tahun sampai 24-25 tahun. Rentang usia itu masih dapat dibagi-bagi atas periode 18-19 tahun sampai 20-21 tahun, yaitu mahasiswa semester I sampai dengan semester IV, dan waktu 21-22 tahun sampai 24-25 tahun yaitu mahasiswa semester V sampai dengan semester VIII. Seorang mahasiswa di dalam suatu perguruan tinggi dituntut untuk segera mungkin menyelesaikan masa studinya. Umumnya pada akhir masa studi, seorang mahasiswa diberi tugas akhir atau bisa juga disebut dengan skripsi (Broto, 2016). Berbagai persoalan yang dihadapi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, antara lain sebagai berikut (Ismiati, 2015).

Gambaran di atas menunjukkan berbagai perilaku dan perasaan yang dialami oleh mahasiswa dalam menghadapi penulisan skripsi sebagai sebuah karya ilmiah. Perasaan-perasaan tersebut menandakan adanya tekanan batin atau stres. Reaksi psikologis terhadap stres dapat terjadi dalam berbagai bentuk. Umumnya mahasiswa mengalami kecemasan dalam menulis skripsi (Ismiati, 2015). Usia

mahasiswa menunjukkan bahwa pada umumnya berada dalam tahap remaja hingga dewasa muda. Seseorang pada rentang usia ini masih labil dalam hal kepribadiannya, sehingga dalam menghadapi masalah, mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman. Masalah-masalah tersebut, baik dalam hal perkuliahan maupun kehidupan di luar kampus dapat menjadi distress yang mengancam, karena ketika ada stressor yang datang, maka tubuh akan meresponnya (Putri, 2017).

Stres merupakan suatu keadaan tuntutan lingkungan yang melebihi kapasitas dari biasanya dan membutuhkan respon yang lebih sehingga dapat mempengaruhi fisik dan psikologis pada seseorang (Bamuhair, 2015). Stres merupakan suatu respon tubuh yang tidak spesifik, dari keadaan yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan (Kaplan dan Sadock, 2015). Selain stres dibagi menjadi 2, terdapat pula tingkatan stres. Stuart & Sundeen (dalam Khasanah, Edy dan Tri, 2014).

Gejala atau respon tubuh yang muncul terhadap stres dapat berupa

fisik, emosional, psikologis dan kognitif (Treas dan Berman dalam Mushoffa Muna, 2017).

d. Gejala Fisik

Tanda-tanda yang muncul dari segi antara lain dilatasi pupil, tegang otot, kaku leher, sakit kepala atau pusing, kulit pucat, telapak tangan keringat dingin, mulut kering, perubahan nafsu makan, meningkatnya tekanan darah, meningkatnya hitungan nadi, disritmia jantung, meningkatnya frekuensi berkemih.

e. Gejala psikologis

Gejala psikologis yang muncul antara lain cemas, ketakutan, depresi, marah, merasa tidak berdaya, percaya diri rendah dan kurang motivasi.

f. Gejala kognitif

Indikasi kognitif dari stress merupakan respon berpikir mencakup kemampuan memecahkan masalah (Problem solving), menyusun atau merencanakan (structuring), kontrol diri dan fantasi (daydreaming). Problem solving mencakup berpikir terhadap situasi mengancam menggunakan cara spesifik untuk mendapatkan solusi. Structuring yaitu menyusun atau memanipulasi situasi mengancam

agar tidak terjadi. Sebagai contoh seorang peneliti menyusun atau mengontrol wawancara dengan responden untuk menanyakan hal secara langsung menggunakan pertanyaan tertutup sehingga jawaban responden tidak menyebar ke lain.

Mekanisme koping yang dilakukan dalam menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh sumber daya koping yang bersifat subjektif. Salah satu sumber daya koping adalah bantuan informasi yang berfungsi mengontrol situasi dan mengurangi rasa takut terhadap masalah yang muncul dan membantu remaja untuk dapat menilai stressor dengan Mekanisme koping bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa menekan, menantang, membebani dan melebihi sumber daya (*resources*) yang dimiliki (Maryam, 2017).

Mekanisme koping yang dilakukan dalam menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh sumber daya koping yang bersifat subjektif. Salah satu sumber daya koping adalah bantuan informasi yang berfungsi mengontrol situasi dan mengurangi rasa takut terhadap

masalah yang muncul dan membantu remaja untuk dapat menilai stressor dengan lebih akurat (Maryam, 2017).

Lazarus & Folkman (dalam Wijayanti, 2013) mendefinisikan *coping* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang berubah secara konstan untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dianggap berat atau melebihi sumber daya (kekuatan) seseorang. Weiten dan Lloyd (dalam Wijayanti, 2013) juga mengemukakan bahwa *coping* merupakan upaya atau usaha untuk mengelola, mengatasi dan mengurangi ancaman karena stres yang dialami.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian deskriptif memusatkan perhatian kepada masalah aktual dan penelitian berusaha mendeskripsikan peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut (Noor, Juliansyah, 2011)

Pada penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada

Samarinda. Penelitian ini dilakukan dengan langkah-langkah seperti mengumpulkan data melalui penyebaran kuesioner dengan menggunakan aplikasi google form yang selanjutnya diolah dan dibuat

| No | Umur | Frekuensi | Persentase |
|--------------|-------|-----------|------------|
| 1 | 21-22 | 36 | 78,2 % |
| 2 | 23-25 | 10 | 21,8% |
| Total | 46 | 46 | 100% |

kesimpulan atau laporan.

HASIL PENELITIAN

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin pada mahasiswa keperawatan di Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda bulan Juli tahun 2020 dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4.1 Frekuensi Jenis Kelamin Mahasiswa keperawatan di ITKES Wiyata Husada Samarinda 23-29 Bulan Juli Tahun 2020 (n=46)

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase (%) |
|---------------|-----------|----------------|
| Laki-Laki | 8 | 17,4 % |
| Perempuan | 38 | 82,6 % |
| Jumlah | 46 | 100 % |

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.1 diatas menjelaskan bahwa

krakteristik mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan jenis kelamin, laki-laki 8 (17,4%) dan perempuan 38 (82,6%) didominasi oleh jenis kelamin perempuan berjumlah 38 dengan persentase 82.6%.

b. Usia

Table 4.2 Frekuensi usia mahasiswa keperawatan di itkes wiyata husada samarinda bulan juli 2020 (n=46)

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.2 diatas menjelaskan bahwa krakteristik mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan usia 21-22 (78,2%) 23-25 (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 dengan persentase 78,2%

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi terbanyak jenis kelamin perempuan sebanyak 38 responden dengan persentase 82.6%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, profesi perawat lebih diminati oleh perempuan karena identik dengan naluri keibuan yang

memiliki keinginan untuk menolong orang lain.

Hal ini dikarenakan sebagian besar mahasiswa perawat adalah perempuan dengan perbandingan 63 responden (73.3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Anugrahwati, & Hartati., (2017) yang menyatakan bahwa proporsi jenis kelamin perempuan lebih banyak, karena sebagian besar mahasiswa perawat adalah perempuan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Puspawati & Arwidiana., (2018) yang menyatakan bahwa mayoritas perawat adalah perempuan dan profesi keperawatan identik dengan naluri keibuan yang memiliki keinginan untuk menolong orang lain.

Menurut Sudrajat (2008) dalam Ratih (2012) mekanisme yang dipakai perempuan cenderung memakai mekanisme yang berfokus pada emosi berbeda dengan laki-laki yang mempunyai mekanisme coping yang berfokus pada masalah.

Berdasarkan hasil distribusi yang ditampilkan pada table 4.2 diatas menjelaskan bahwa karakteristik mekanisme coping mahasiswa

keperawatan tingkat akhir dalam menyusun skripsi berdasarkan usia 21-22 (78,2%) 23-25 (21,8%) didominasi usia berjumlah 21-22 dengan persentase 78,2% Mahasiswa dalam perkembangannya ialah sebagai remaja akhir atau dewasa awal yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun Berdasarkan teori dan hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa akhir merupakan seseorang yang berusia minimal 18 tahun dan maksimal 24 tahun (Monk FJ, et al 2012).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme coping baik dalam menyusun skripsi sebanyak 27 responden dengan persentase 58.7%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, kurang baiknya mekanisme coping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dapat dipengaruhi oleh tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agung Krisdianto¹ M & Mulyanti, 2015) yang menyatakan bahwa mahasiswa memiliki mekanisme koping yang adaptif yaitu sebanyak 32 orang (69,6%) hal ini dikarenakan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir yaitu pada remaja akhir dan dewasa muda biasanya didominasi oleh maladaptive.

Menurut Naviska (2012), proses cognitive negative self schemas membuat remaja memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri dan membuat remaja tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya. Remaja lebih sering menghadapi stres dengan cara mengabaikan stresornya. Mengabaikan masalah dengan cara menghindar, mengalihkan, dan penolakan terhadap masalah.

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki mekanisme koping baik dalam menyusun skripsi

sebanyak 19 responden dengan persentase 41.3%. Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan teori, kurang baiknya mekanisme koping mahasiswa keperawatan tingkat akhir dapat dipengaruhi oleh tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Oleh karena itu remaja lebih menyukai untuk mengabaikan stresor yang dialaminya.

Menurut (Afifuddin Fasya Z, Yuwono P, Septiwi C, 2019) hal ini disebabkan karena mahasiswa pada saat mengatasi sebuah masalah yang datang pada dirinya, mahasiswa tidak langsung mengambil keputusan dengan cara emosional melainkan dengan bersabar. Mahasiswa yang ditekankan dalam tugas dalam mengerjakan skripsi ternyata mempunyai cara tersendiri dalam menyelesaikannya. Dengan cara mencari dukungan dari orang lain dengan bercerita, melakukan kegiatan-kegiatan yang positif, mencari informasi yang berfungsi untuk mempermudah dalam menyelesaikan masalahnya pada saat mengerjakan dan membuat rencana

agar bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu.

KETERBATASAN PENELITIAN

3. Pada penelitian ini terkendala dengan responden tidak langsung menjawab saat google form dibagikan, dan juga dikarenakan terbatasnya kuota .
4. Pengumpulan data dengan kuesioner bersifat subjektif, sehingga kebenaran data sangat bergantung dari kejujuran responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Uswantun. (2017). Hubungan antara Stres dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademik Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan, 1*, 138-145.
- Aris, Y. (2015). Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas Padang Tahun 2015.
- Uswantun. (2017). Hubungan antara Stres dengan Strategi Koping Mahasiswa Tahun Pertama Akademik Keperawatan. *Jurnal Wacana Kesehatan, 1*, 138-145.
- Bamuhair. (2015). Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in Problem-Based Learning Curriculum. *Journal of Biomedical Education*.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktisi Edisi 3*. Jakarta Selemba Medika.
- Ismiati. (2015). Problematika dan coping stres mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal Al-Bayan, 21* (32).
- Hartaji, D. A. (2014). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang tua* . Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Yuni Aris, (2015) *Stress Pada Mahasiswa Keperawatan Dan Strategi Koping Yang Digunakan*. Volume 14, No. 2. *Jurnal Keperawatan*
- Broto, Hendricus. (2016). Stres pada mahasiswa penulis skripsi. Skripsi. Universitas Sanata Drama
- Bamuhair. (2015). Sources of Stress and Coping Strategies among Undergraduate Medical Students Enrolled in Problem-Based Learning Curriculum. *Journal of Biomedical Education*.
- Musradinur. (2016). Stres dan cara mengatasinya dalam perspektif

Psikologi. *Jurnal Edukasi*, Vol 2 (2).
Masitoh, A. R. (2018). Hubungan Optimisme dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat

Akhir di STIKES Muhammadiyah Kudus dalam Menghadapi Skripsi .
Jurnal ilmu Keperawatan dan Kebidanan, 97-103.

