

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN MEKANISME KOPING DALAM MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA KEDOKTERAN

Made Widiyanto¹, Dewi Lutfianawati^{2*}, Syafik Arisandi³

^{1,3}Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

²Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

^{*}Email korespondensi: dewilutfi@malahayati.ac.id

Abstract: The Relationship of Social Support with Coping Mechanism in Dealing with Thesis in Medical Students. Students experience a heavy burden of mind in dealing with their thesis. The conditions faced by students can cause them to be vulnerable to problems that cause stress and maladaptive behavior. Therefore, a coping mechanism of social support needs to be provided to students to protect them from the harmful effects of stressful situations. Purpose to find out the correlation of social support and coping mechanism in facing thesis with medical students. The type of research used in this study is quantitative analytic with a cross-sectional design. Based on the inclusion and exclusion criteria, a sample of 111 people was obtained. Data analysis used the spearman's correlation test. Results It is known that the frequency distribution of the respondents' social support is mostly moderate as many as 83 people (74.8%) and most of the coping mechanisms are maladaptive as many as 62 people (55.9%). There is a significant correlation between self-Confidence and coping mechanisms (p -value = 0.014) and also displays a correlation value of 0.224. Conclusion Based on the analysis and discussion above, that there is a significant correlation of social support and coping mechanisms in Medical students who are taking their thesis.

Keywords: social support, Coping Mechanisms, Thesis

Abstrak: Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Mekanisme Koping dalam Menghadapi Skripsi pada Mahasiswa Kedokteran. Mahasiswa mengalami beban pikiran yang berat dalam menghadapi skripsinya, Kondisi yang dihadapi mahasiswa bisa menyebabkan mereka rentan pada permasalahan yang mengakibatkan stress dan perilaku maladaptif. Oleh karena itu, suatu mekanisme koping dari dukungan sosial perlu diberikan pada mahasiswa untuk melindungi dari efek yang berbahaya akibat situasi yang penuh tekanan. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan dukungan sosial dengan mekanisme koping dalam menghadapi skripsi pada mahasiswa kedokteran. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik kuantitatif dengan rancangan penelitian ini menggunakan rancangan cross sectional. Berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan sampel sebanyak 111 orang. Analisa data menggunakan uji korelasi Spearman's. Hasil Penelitian menunjukkan diketahui distribusi frekuensi dukungan sosial responden sebagian besar adalah sedang sebanyak 83 orang (74.8%) dan mekanisme koping sebagian besar adalah maladaptif sebanyak 62 orang (55.9%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping (p -value = 0.000) dan juga menampilkan nilai korelasi sebesar 0.381. Kesimpulan berdasarkan analisa dan pembahasan di atas, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping pada mahasiswa Kedokteran yang sedang mengambil skripsi.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Mekanisme Koping, Skripsi

PENDAHULUAN

Mahasiswa yang mengenyam di perguruan tinggi wajib menyusun karya ilmiah yaitu tugas akhir demi mendapat gelar sarjana strata satu. Bagi beberapa mahasiswa tugas akhir merupakan tugas yang tidak mudah. Tidak jarang mahasiswa menjadi tersendat-sendat dikarenakan banyak kesulitan yang dihadapi ketika sedang menyusun tugas akhir. Kendala tersebut dimulai dari sulitnya menentukan judul tugas akhir, sulitnya mendapatkan tempat penelitian, dosen pembimbing yang sulit ditemui, sulitnya mencari literatur (Agung & Budiani, 2013).

Oleh karena itu mahasiswa seharusnya melakukan usaha yang dapat mengatasi masalah dan hambatan dalam menyelesaikan skripsi. Upaya untuk mengatasi sumber stres yang dialami, mahasiswa dapat melakukan berbagai macam cara sebagai mekanisme kopingnya. Menurut (Indotang, 2015) mekanisme koping merupakan usaha seseorang dalam menghadapi masalah yang dialami. Mahasiswa menggunakan berbagai macam cara untuk mengatasi stress yang dialami, baik koping positif maupun koping negatif. Bentuk koping negatif yang dilakukan adalah seperti merokok, minum-minum, main game, obat dan healing berlebihan. Bentuk koping positif yang dilakukan dapat berupa breathing exercise, beribadah, melakukan aktivitas rutin dan melakukan reframing positif (Smith, A., 2020)

Penelitian tentang koping stres yang berhubungan dengan mahasiswa yang dilakukan oleh (Sipayung, 2016) di fakultas Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Darma melaporkan bahwa terdapat 33 (62%) mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami stres tinggi, kategori rendah berjumlah 20 mahasiswa (38%). Selain itu penelitian yang dilakukan (Broto, 2016) di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta menemukan bahwa stres pada mahasiswa penulis skripsi tidak mampu mengatasi kesulitanyang ditemui dalam proses penyusunan skripsi. Stres yang dialami mahasiswa

termasuk stres negatif sebab memberi dampak buruk pada diri mahasiswa tersebut. Stres yang dialami mahasiswa nampak pada segi fisik, emosional, kognitif dan interpersonal.

Tidak semua mahasiswa akan menjadi stres dan malas dalam mengerjakan skripsinya jika mengalami keterlambatan, semua tergantung dari mekanisme koping mahasiswa tersebut. Mekanisme koping adalah satu cara yang dapat digunakan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah, mengatasi suatu perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku, (Abdul Nasir, 2011). Semakin baik (adaptif) mekanisme koping seseorang maka semakin kecil kemungkinan seseorang tersebut mengalami stres, tetapi sebaliknya semakin jelek (maladaptif) mekanisme koping seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang tersebut menjadi stres dan bahkan dapat menjadi depresi (Azizah, 2011).

Pada beberapa kejadian kasus yang terjadi di salah satu Universitas di Bandung yang ditulis oleh (Adhiwena, 2018) dalam sebuah artikel berita CNN Indonesia memaparkan bahwa ada dua orang mahasiswa yang melakukan aksi bunuh diri di kamar kos, sebelumnya kedua mahasiswa tersebut sempat mengeluhkan soal kondisi permasalahan mengenai proses penyusunan skripsi yang membuatnya merasa stress. Satu cara yang dapat digunakan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah, mengatasi suatu perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku adalah mekanisme koping. Semakin jelek (maladaptif) mekanisme koping seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang tersebut menjadi stres dan bahkan dapat menjadi depresi (Azizah, 2011).

Menurut (Indotang, 2015) Mekanisme koping merupakan sebuah cara atau usaha yang biasa digunakan oleh individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi berbagai perubahan dalam kehidupan sehari-hari dan situasi yang mengancam atau

mengganggu baik secara kognitif maupun perilaku. Mekanisme koping terbagi menjadi dua yaitu mekanisme koping adaptif dan maladaptif. Mekanisme koping adaptif adalah mekanisme koping yang mendukung dari fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar, dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang, dan aktivitas konstruktif. Mekanisme koping maladaptif adalah suatu mekanisme koping yang menghambat dari fungsi integrasi, memecahkan pertumbuhan, menurunkan otonomi, dan cenderung menguasai lingkungan (Tamiya et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan (Apriliyani & Maryoto, 2020) mengatakan bahwa mahasiswa mengalami mekanisme koping maladaptif yang dapat mempengaruhi tingkat stress saat mengerjakan tesis. Tidak semua mahasiswa akan menjadi stres dan malas dalam mengerjakan skripsinya jika mengalami keterlambatan, semua tergantung dari mekanisme koping mahasiswa tersebut. Semakin baik (adaptif) mekanisme koping seseorang maka semakin kecil kemungkinan seseorang tersebut mengalami stres, tetapi sebaliknya semakin jelek (maladaptif) mekanisme koping seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang tersebut menjadi stres dan bahkan dapat menjadi depresi (Azizah, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan (Agung Krisdianto & Mulyanti, 2016) pada Perguruan Tinggi Alma Ata Yogyakarta di mahasiswa tingkat akhir program studi Pendidikan Ners angkatan 2011 secara observasional, semua mahasiswa lebih senang melampiaskan perasaannya ke dalam media sosial, menyendiri, meluapkan emosi secara berlebihan dan menangis. Hasil kuesioner 7 dari 8 orang mengalami minimal depresi (2 orang mengarah depresi ringan), 1 orang depresi ringan. Jumlah mekanisme koping yang digunakan

adalah 3 orang dengan koping adaptif, dan 5 orang dengan koping maladaptif.

Kondisi yang dihadapi mahasiswa bisa menyebabkan mereka rentan pada permasalahan yang mengakibatkan stres dan perilaku maladaptif. Oleh karena itu, suatu mekanisme dari dukungan sosial perlu diberikan pada mahasiswa untuk melindungi dari efek yang berbahaya akibat situasi yang penuh tekanan tersebut (Cohen & Syme, 1985).

Dukungan sosial adalah tindakan yang dilakukan oleh orang lain, atau mendapat dukungan. Orang dengan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, dan bagian dari jaringan sosial, seperti organisasi keluarga atau komunitas, yang dapat membantu pada saat dibutuhkan (Sarafino & Smith, 2012).

Dukungan sosial didefinisikan sebagai bentuk kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman ataupun anggota keluarga. Dukungan sosial dapat diberikan melalui beberapa cara, yaitu pertama, perhatian emosional yang diekspresikan melalui rasa suka, cinta atau empati. Kedua, bantuan instrumental, seperti penyediaan jasa atau barang. Ketiga, pemberian informasi tentang situasi yang menekan (Kholid, 2015).

Dari penelitian (Renk & Smith, 2007) membuktikan bahwa tekanan yang dirasakan dari beban akademis akan berkurang apabila ada dukungan dari orang-orang penting di sekitar mereka. Dukungan sosial yang didapatkan bisa dalam bentuk perhatian emosional, bantuan instrumental, atau bantuan informasi.

Pada dasarnya dukungan sosial merupakan suatu konsep yang cukup rumit dan bersifat multidimensional. Ketepatan pemberian dukungan sosial tergantung pada kesesuaian antara jenis dukungan sosial yang ditawarkan dengan masalah yang sedang dihadapi. Dukungan sosial juga dipengaruhi oleh waktu. Maksudnya, dukungan mungkin efektif diberikan pada suatu waktu, tetapi lain waktu mungkin tidak berguna bahkan bisa saja menyebabkan penerimanya merasa semakin tertekan.

(Cohen & Syme, 1985). Oleh karena itu, suatu mekanisme koping dari dukungan sosial perlu diberikan pada mahasiswa untuk melindungi dari efek yang berbahaya akibat situasi yang penuh tekanan.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dihadapkan pada berbagai resiko yang berasal dari berbagai tuntutan dan harapan lingkungan. Pandangan masyarakat terhadap status mahasiswa masih dianggap sebagai orang yang mempunyai kemampuan kognitif yang lebih baik. Mahasiswa diharapkan mampu berperan dalam menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang ada di masyarakat. Sebagai satu ujian dari harapan tersebut, mahasiswa harus mampu menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Skripsi ini sebagai salah satu dari persyaratan tersebut. Kondisi yang dihadapi mahasiswa bisa menyebabkan mereka rentan pada permasalahan yang mengakibatkan stres dan perilaku maladaptif. Oleh karena itu, suatu mekanisme koping dari dukungan sosial perlu diberikan pada mahasiswa untuk melindungi dari efek yang berbahaya akibat situasi yang penuh tekanan (Astuti & Hartati, 2013).

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai bagaimana pengaruh dukungan sosial dan mekanisme koping

dalam pengelolaan stres akademik terutama yang berkaitan dengan proses menyelesaikan skripsi. Dengan itu peneliti merumuskan judul "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Mekanisme Koping Dalam Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Kedokteran".

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan rancangan cross-sectional. Tempat dilaksanakannya penelitian ini adalah di Universitas Malahayati dan dilakukan mulai Desember 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Malahayati angkatan 2019 yang sedang menghadapi skripsi, sampel 111 orang. Cara pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Variable terikat (*Dependen Variabel*) dalam penelitian ini yaitu Mekanisme Koping Dalam Menghadapi Skripsi. Variabel independen atau variabel bebas ialah Dukungan Sosial. Untuk menguji hipotesis hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat menggunakan uji spearman. Sebelum melakukan penelitian, di lakukan uji laek etik dengan no 3896/EC/KEP-UNMAL/VIII/2023.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Jumlah (N)	Persentase (%)
Laki-laki	45	40.5
Perempuan	66	59.5
Usia		
19 Tahun	2	1.8
20 Tahun	13	11.7
21 Tahun	55	49.5
22 Tahun	32	28.8
23 Tahun	5	4.5
24 Tahun	2	1.8
25 Tahun	1	0.9
26 Tahun	1	0.9
Total	111	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dari 111 responden didapatkan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki berjumlah 66

sampel (59.5%). Usia terbanyak adalah ialah pada usia 21 tahun yang berjumlah 55 sampel (49.5%).

Tabel 2. Distribusi Aspek Indikator Dukungan Sosial

No.	Aspek Dukungan Sosial	Total Skor	Rata-rata Skor
1.	Dukungan emosional	3.254	361,5
2.	Informatif	2.443	305,3
3.	Instrumental	3.538	353,8
4.	Penilaian	2.995	332,7

Dari tabel 2 di atas diketahui bahwa pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan emosional diperoleh skor 3.254 dengan rata-rata skor 361,5. Pada kelompok dukungan informatif diperoleh skor 2.443 dengan rata-rata skor 305,3. Pada kelompok dukungan instrumental diperoleh skor 3.538 dengan rata-rata skor 353,8. dan pada kelompok dukungan penilaian

diperoleh skor sebanyak 2.995 dengan rata-rata skor 332,7. Berdasarkan hasil diatas diketahui bahwa nilai rata-rata tertinggi terdapat pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan emosional dengan rata-rata skor 361,5. dan nilai rata-rata terendah terdapat pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan informatif dengan rata-rata skor 305,3.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial

Dukungan Sosial	Jumlah (N)	Persentase (%)
Rendah	10	9.0
Sedang	83	74.8
Tinggi	18	16.2
Jumlah	111	100

Berdasarkan tabel 3. di atas dapat dilihat sebagian besar dukungan

sosial responden adalah kelompok sedang sebanyak 83 orang (74.8%).

Tabel 4. Distribusi dan Persentase indikator Mekanisme Koping Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Skripsi

No	Pernyataan	Skor
1	Saya mengalihkan pikiran saya dari masalah dengan bekerja atau melakukan kegiatan lain	354
2	Saya berusaha berkonsentrasi untuk melakukan sesuatu untuk mengatasi masalah	364
3	Saya mendapatkan dukungan emosional dari orang lain	338
4	Saya mengambil tindakan untuk mencoba menjadi lebih baik	361
5	Saya berusaha untuk melihat masalah saat ini dengan pandangan yang positif	358
6	Saya mendapatkan kenyamanan dan pengertian dari seseorang	358
7	Saya sudah mencari sesuatu yang baik dalam apa yang terjadi pada diri saya	361
8	Saya melakukan sesuatu untuk melupakan masalah saya seperti pergi jalan-jalan, belanja, menonton tv	369
9	Saya menerima apa yang telah terjadi pada diri saya	355
10	Saya mencoba mencari ketenangan dalam agama saya	369
11	Saya berusaha untuk mendapatkan saran atau bantuan dari orang lain tentang apa yang harus dilakukan untuk menghadapi situasi	349
12	Saya belajar untuk hidup dengan masalah	323
13	Saya berfikir keras tentang langkah apa yang harus saya ambil	360

	untuk menghadapi masalah	
14	Saya berdoa tentang apa yang terjadi pada saya	370
15	Saya mengatakan pada diri saya sendiri bahwa keadaan ini tidak nyata	295
16	Saya menggunakan alkohol untuk membuat diri saya lebih baik/tenang	377
17	Saya menyerah berusaha untuk berurusan dengan masalah	340
18	Saya menolak untuk percaya bahwa situasi ini terjadi pada saya	332
19	Saya mengatakan hal-hal yang dapat membuat perasaan saya tidak menyenangkan	320
20	Saya tidak memerlukan bantuan dan saran dari orang lain atas masalah saya	322
21	Saya menggunakan obat lain untuk membantu saya melewati masalah	388
22	Saya mengkritik diri saya sendiri atas masalah saya	252
23	Saya tidak berusaha mencoba strategi lain dalam menghadapi masalah agar menjadi lebih baik	319
24	Saya menyerah untuk mengatasi masalah saya	350
25	Saya menganggap masalah saya tidak penting	342
26	Saya mengungkapkan perasaan negatif saya atas masalah saya	299
27	Saya menyalahkan diri sendiri atas apa yang terjadi pada diri saya saat ini	304
28	Saya menganggap masalah saat ini merupakan hal yang tidak berarti apa-apa buat saya	322

Untuk tabel 4 di atas diketahui bahwa pada indikator mekanisme koping tertinggi berada pada pernyataan no.21 artinya "mahasiswa tidak menggunakan obat untuk melewati masalah" dan indikator mekanisme koping terendah berada pada pernyataan no.22 artinya "banyak mahasiswa yang mengkritik diri sendiri atas masalah yang dihadapi".

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Angkatan 2019

Mekanisme Koping	Jumlah (N)	Persentase (%)
Maladaptif	62	55.9
Adaptif	49	44.1
Jumlah	111	100

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat dilihat sebagian besar mekanisme koping responden adalah kelompok maladaptif sebanyak 62 orang (55.9%).

Analisa Bivariat

Analisa ini dilakukan untuk mengetahui tingkat ketepatan hubungan variabel independen dengan

variabel dependen, yang diteliti yaitu hubungan dukungan sosial dengan mekanisme koping pada mahasiswa kedokteran universitas malahayati angkatan 2019 yang sedang menempuh skripsi sehingga diketahui kemaknaannya dengan menggunakan uji korelasi *spearman's*.

Tabel 6. Analisa Bivariat

Spearman's rho	n	Sig	r
Dukungan Sosial Mekanisme Koping	111	0.000	0.381

Berdasarkan tabel 6 diperoleh hasil uji korelasi *spearman's* antara dukungan sosial dengan mekanisme koping dengan diperoleh nilai *p-value* = 0.000 (< 0.05). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping dan juga menampilkan nilai korelasi sebesar 0.381. Nilai ini menunjukkan korelasi antara dukungan sosial dengan mekanisme koping yang bernilai positif dengan tingkat keratan sedang. Dari hasil di atas dapat diartikan semakin tinggi dukungan sosial maka mekanisme koping semakin tinggi (adaptif).

PEMBAHASAN

Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil penelitian, dari 111 responden, yang memiliki dukungan sosial rendah sebanyak 10 orang (9.0%), sedang sebanyak 83 orang (74.8%), dan tinggi sebanyak 18 orang (16.2%). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan emosional diperoleh rata-rata skor 361,5. Pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan informatif diperoleh rata-rata skor 305,3. Pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan instrumental diperoleh rata-rata skor 353,8. Pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan penilaian diperoleh rata-rata skor 332,7.

Berdasarkan pembahasan diatas diketahui bahwa pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan emosional merupakan aspek indikator tertinggi dengan rata-rata skor 361,5 dan pada aspek indikator dukungan sosial kelompok dukungan informatif merupakan aspek indikator terendah dengan rata-rata skor 305,3. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering mengalami stres. Hal ini

dapat diketahui, ketika mahasiswa merasakan adanya ketidakmampuan dalam menghadapi sumber stres yang ada dan menyebabkan tekanan dalam diri. Hasil wawancara penulis dengan mahasiswa yang sedang menempuh kuliah semester akhir diketahui ternyata sebahagian besar mahasiswa menganggap bahwa skripsi merupakan suatu yang paling mengkwatirkan selama kuliah (Ismiati, 2015).

Faktor eksternal yang mempengaruhi tingkat stres adalah hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya. Kondisi lingkungan yang mempengaruhi mahasiswa mengalami stres berupa lingkungan yang rendah pengawasan. Mahasiswa melakukan interaksi di lingkungan melibatkan orang-orang di sekitarnya seperti orang tua, dosen pembimbing, kekasih dan teman sebayanya. Akibat dari lingkungan yang rendah pengawasan mahasiswa tidak mendapatkan kontrol dari pihak lain dalam melakukan aktivitas, sehingga mahasiswa bebas melakukan aktivitas tanpa memperhatikan adanya tanggung jawab terhadap tugas akademiknya. Mahasiswa membutuhkan social support yang positif untuk mendukung mahasiswa dalam berinteraksi sosial dan belajar untuk bertanggung jawab. Menurut (Kim & Lee, 2013), dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial dapat menghilangkan atau mengurangi stres dari berbagai macam masalah. Menurut Sarafino (1994) dalam (Kim & Lee, 2013) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada memberikan kenyamanan pada orang lain, merawatnya atau menghargainya.

Dukungan sosial dapat membuat seseorang merasa nyaman, didukung, dicintai pada saat individu tersebut dalam kondisi stress, terbangunya

perasaan harga diri, kompeten dan bernilai. Sehingga dapat membuat individu merasa mampu untuk menghadapi kendala atau kesulitan dalam melaksanakan sesuatu. Dengan dukungan yang diterima, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat bersemangat dan yakin akan kemampuannya, serta mengupayakan berbagai usaha untuk mencapai target atau goal.

Mekanisme Koping

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.5 dapat dilihat dari 111 responden yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 49 orang (44.1%) dan maladaptif sebanyak 62 orang (55.9%). Dari hasil penelitian di atas diketahui bahwa pada indikator mekanisme koping tertinggi berada pada pernyataan "Saya menggunakan obat lain untuk membantu saya melewati masalah" sebesar 388 dan indikator mekanisme koping terendah berada pada pernyataan berupa "Saya mengkritik diri saya sendiri atas masalah saya" sebesar 252. Diketahui bahwa pada mekanisme koping adaptif (setuju dengan pernyataan yang ada) skor tertinggi ada pada pernyataan "saya mengambil tindakan untuk mencoba lebih baik", "saya berusaha berkonsentrasi untuk melakukan sesuatu untuk mengatasi masalah" dan "Ketika masalah tak terduga terjadi saya tidak menanganinya dengan baik" dimana masing-masing sebanyak 107 orang (96%) dan skor terendah ada pada pernyataan "saya menggunakan alkohol untuk membuat diri saya lebih baik/tenang" sebanyak 13 orang (12%). Sedangkan mekanisme koping maladaptif (tidak setuju dengan pernyataan yang ada) skor tertinggi ada pada pernyataan "saya menggunakan alkohol untuk membuat diri saya lebih baik/tenang" sebanyak 98 orang (88%) dan skor terendah ada pada pernyataan "saya mengambil tindakan untuk mencoba lebih baik", "saya berusaha berkonsentrasi untuk melakukan sesuatu untuk mengatasi masalah" dan "Ketika masalah tak terduga terjadi saya tidak

menanganinya dengan baik" masing-masing sebanyak 4 orang (4%).

Mayoritas mekanisme koping pada usia remaja akhir dan dewasa muda adalah koping maladaptif. Hal ini disebabkan pada transisi usia remaja ke dewasa muda cenderung labil dalam memutuskan dan belum berpengalaman dalam menyelesaikan masalah atau konflik sehingga masalah atau konflik yang ada menjadi tidak selesai bahkan berkelanjutan. Selain masih sulit untuk mengenali emosinya para remaja akhir atau dalam hal ini mahasiswa cenderung merasakan emosi yang lebih ekstrem dan emosi yang lebih cepat dibandingkan dengan orang dewasa (Tamiya et al., 2022).

Koping yang efektif (adaptif) menempati tempat yang central terhadap kesehatan tubuh dan daya penolakan tubuh terhadap gangguan maupun serangan suatu penyakit dan daya penolakan tubuh terhadap gangguan maupun serangan suatu penyakit baik bersifat fisik maupun psikis, sosial, spiritual (Potter & Perry, 2017).

Penggunaan mekanisme koping tergantung bagaimana individu menghadapi permasalahannya karena manusia itu unik dan masing-masing memiliki mekanisme koping variatif meskipun secara umum koping merupakan mekanisme otomatis ketika individu merasakan situasi yang menekan dan mengancam (Mushoffa, 2017).

Terdapat beberapa perilaku maladaptif yang digunakan oleh mahasiswa seperti menyelesaikan masalah dengan mengonsumsi obat-obatan dan minum-minuman terlarang, menganggap remeh atau tidak penting terhadap masalah yang sedang dihadapi oleh individu, dan tidak yakin atau pesimis pada kemampuan diri sendiri dalam menghadapi masalah.

Dukungan Sosial Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Kedokteran

Dari hasil hubungan dukungan sosial dengan mekanisme koping pada mahasiswa kedokteran Universitas

Malahayati angkatan 2019 yang sedang menempuh skripsi diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping ($p\text{-value} = 0.000$) dan juga menampilkan nilai korelasi sebesar 0.381. Menurut penelitian Fernanda (2020) pada mahasiswa semester akhir di Universitas Medan Area dimana membuktikan terdapat hubungan Dukungan Sosial dengan Coping Stress dengan diperoleh nilai $p\text{-value}=0.000$. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sapardo, 2019) yaitu terdapat hubungan dukungan sosial dengan koping stress pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Angkatan 2017 di Universitas Mulawarman Samarinda dengan nilai koefisiensi kolerasi product moment sebesar 0.345. Keterbatasan pada penelitian ini adakah banyak mahasiswa yang menunda-nunda untuk memberikan umpan balik terhadap

kuesioner yang diberikan, kemungkinan disebabkan karena kuesioner dalam bentuk *google form* sehingga sulit dilakukan kontrol.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data hasil penelitian mengenai hubungan dukungan sosial dengan mekanisme koping dalam menghadapi skripsi mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati angkatan 2019 diperoleh kesimpulan antara lain, sebagian besar dukungan sosial responden adalah kelompok sedang sebanyak 83 orang (74.8%). Sebagian besar mekanisme koping responden adalah kelompok maladaptif sebanyak 62 orang (55.9%). Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping ($p\text{-value} = 0.000$) dan juga menampilkan nilai korelasi sebesar 0.381.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Nasir, A. M. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. SALEMBA MEDIKA. http://ucs.sulsellib.net//index.php?p=show_detail&id=30522
- Adhiwena, R. (2018). *Mahasiswa Tingkat Akhir Unpad Tewas Gantung Diri di Kamar Kos*. CNN Indonesia. <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20181220153933-20-355236/mahasiswa-tingkat-akhir-unpad-tewas-gantung-diri-di-kamar-kos>
- Agung, G., & Budiani, M. S. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(2), 6.
- Agung Krisdianto, M., & Mulyanti, M. (2016). Mekanisme Koping dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3(2), 71. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(2\).71-76](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(2).71-76)
- Apriliyani, I., & Maryoto, M. (2020). *The Relationship Between Coping Mechanisms and Stress Levels in Thesis Writing Among Undergraduate Nursing Students*. 20(Icch 2019), 64-67. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200204.015>
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. *PSikologi*, 13, 69-81. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/download/8339/6870>
- Broto, H. D. F. C. (2016). Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus pada salah satu mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Medicene Universitas Sanata Dharma). *Ucv*, 1(02), 0-116.
- Cohen, S., & Syme, S. L. (1985). Issues in the Study and Application of. In *Social Support and Health* (pp. 3-22).
- Indotang, F. E. F. (2015). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Mekanisme Koping Pasien Pada Pasien CA Mammae. *The Sun Journal*, 2(4), 55-61. <http://fik.um-surabaya.aca.id/sites/default/files/>

- Artikel 9_3.pdf
- Ismiati. (2015). *Skripsi merupakan karya ilmiah*. 1-7.
- Kholid, M. K. A. (2015). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Self Efficacy Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi. *Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islami Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*.
- Kim, E., & Lee, M. (2013). The reciprocal longitudinal relationship between the parent-adolescent relationship and academic stress in Korea. *Social Behavior and Personality, 41*(9), 1519-1532. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.9.1519>
- Lilik Ma'rifatul Azizah. (2011). *Keperawatan Jiwa: aplikasi praktik klinik* (1st ed.). Graha Ilmu.
- Renk, K., & Smith, T. (2007). Predictors of Academic-Related Stress in College Students: An Examination of Coping, Social Support, Parenting, and Anxiety. *NASPA Journal, 44*(3), 405-431. <https://doi.org/10.2202/1949-6605.1829>
- Sapardo, F. J. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping
- Stres Pada Mahasiswa Merantau yang Bekerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi, 7*(2), 217-224. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4776>
- Sarafino, E. . P., & Smith, T. W. (2012). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (7th ed.). International student version.
- Sipayung, N. (2016). Coping Stress Penulis Skripsi (STudi Deskriptif pada Mahasiswa Angkatan 2012 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Snata Dharma Tahun Ajaran 2015/2016. *Universitar Sanata Dharma, Yogyakarta*.
- Son, C., Hadge, S., Smith, A., et al. (2020). Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study. *Interview Survey Study, 22*(9), 1-14.
- Tamiya, A. P., Wahyuni, S., & Hasneli, Y. (2022). Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jkep, 7*(1), 1-11. <https://doi.org/10.32668/jkep.v7i1.725>