

HUBUNGAN TINGKAT OPTIMISME DENGAN MEKANISME KOPING DALAM MENGHADAPI SKRIPSI PADA MAHASISWA KEDOKTERAN

Galih Fathurrozi¹, Dewi Lutfianawati^{2*}, Rakhmi Rafie³, Octa Reni Setiawati⁴

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

^{2,4}Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati

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

Abstract: The Relationship Between The Level of Optimisme and a Coping Mechanism in Dealing With Thesis in Medical Student. Thesis is a task that must be done by undergraduate students at the final level. Students can use their coping mechanisms in dealing with pressure on the thesis they are working on. One of the most effective coping mechanisms used to deal with pressure on students is optimism. this research is to find out whether there is a relationship between the level of optimism with coping mechanisms in dealing with thesis in medical students. This research is a quantitative study with a cross sectional approach. Data collection using a questionnaire. Analysis of the relationship using the correlation test Spearman. In this study, the most coping mechanisms were found in the adaptive classification with a total of 79 people with a percentage of 74.5%. In this study, it was found that the frequency of optimism was highest in moderate optimism with a total of 70 people with a percentage of 66%. In this study, the P value (value) was $0.022 < 0.05$, so it can be concluded that coping mechanisms have a significant relationship to optimism. In this study, an R value of 0.223 was obtained, which means that the coping mechanism with student optimism has a low relationship. Conclusion coping mechanisms have a significant relationship to optimism.

Keywords: Coping Mechanism, Optimism, Thesis

Abstrak: Hubungan Tingkat Optimisme dengan Mekanisme Koping dalam Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Kedokteran. Skripsi merupakan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa program sarjana S-1 pada tingkat akhir. Mahasiswa dapat menggunakan mekanisme kopingnya dalam menghadapi tekanan pada skripsi yang mereka kerjakan. Salah satu mekanisme koping yang dianggap paling efektif digunakan untuk mengatasi tekanan pada mahasiswa adalah sikap optimisme. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat optimisme dengan mekanisme koping dalam menghadapi skripsi pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis hubungan menggunakan uji *korelasi Spearman*. Pada penelitian ini didapatkan mekanisme koping paling banyak pada klasifikasi adaptif dengan jumlah 79 orang dengan presentase 74,5 %. Pada peneltian ini didapatkan bahwa frekuensi optimisme paling banyak pada optimisme sedang dengan jumlah 70 orang dengan presentase 66 %. Pada penelitian ini didapatkan nilai P (value) sebesar $0,022 < 0,05$, maka dapat disimpulkan mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap optimism. Pada penelitian ini didapatkan nilai R sebesar 0,223 dapat diartikan bahwa mekanisme koping dengan optimism mahasiswa memiliki hubungan yang rendah. Kesimpulan mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap optimisme.

Kata Kunci: Mekanisme Koping, Optimisme, Skripsi

PENDAHULUAN

Skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya ((Yulianto,2008 dalam (Dwi, 2011)). Laporan tertulis dari hasil penelitian atau skripsi yang dilakukan oleh Mahasiswa dengan bimbingan Dosen Pembimbing untuk dipertahankan dihadapan para Penguji Skripsi dan sebagai syarat untuk memperoleh derajat Sarjana (S-1) merupakan tugas yang tidak mudah dan dapat menyebabkan stres.

Skripsi merupakan tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa program sarjana S-1 pada tingkat akhir. Bagi para mahasiswa, ternyata tugas skripsi tersebut merupakan tugas yang tidak ringan. perjalanan studi mahasiswa menjadi terhambat ketika menyusun skripsi. Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi dan minat yang tinggi terhadap skripsi namun keadaan itu menurun seiring dengan kesulitan yang dialami. Kesulitan itu membuat mahasiswa mengalami tekanan dan menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya tepat waktu.

Mahasiswa dapat menggunakan mekanisme kopingnya dalam menghadapi tekanan pada skripsi yang mereka kerjakan. Mekanisme koping merupakan bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan oleh individu untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungannya. Mekanisme koping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat, yang dimulai sejak awal timbulnya stresor dan saat mulai disadari dampak stresor tersebut. Kemampuan belajar tergantung pada kondisi internal dan eksternal, sehingga yang berperan bukan hanya bagaimana lingkungan membentuk stresor tetapi juga kondisi tempramen individu, persepsi, serta kognisi terhadap stresor 12 tersebut. kumboyono,dkk(2014) dalam (Maruroh, 2020) .

Dalam mekanisme koping terdapat klasifikasi yang dapat digunakan dalam

mengerjakan skripsi yaitu mekanisme koping adaptif dan mekanisme koping maladaptif. Menurut Stuart dan Sundeen (1995) dalam (Irwandi, 2017) koping adaptif adalah mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Kategorinya adalah berbicara dengan remaja lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang dan aktifitas konstruksi. Sedangkan mekanisme koping maladaptif adalah mekanisme koping yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan. Kategorinya adalah makan berlebihan atau tidak makan, bekerja berlebihan atau menghindar.

Hasil penelitian mengenai mekanisme koping mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru yang sedang menyusun skripsi diperoleh bahwa dari 62 responden yang terdiri dari laki-laki dan perempuan yang memiliki koping adaptif yaitu sebanyak 27 (43,5%) orang dan 35 (56,5%) orang memiliki mekanisme koping maladaptif. Responden perempuan yang memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 22 (55%) orang dan yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 18 (45%) orang. Sedangkan pada responden laki-laki yang memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 13 (59,1%) orang dan yang mekanisme kopingnya adaptif sebanyak 9 (40,9%) orang. Berdasarkan penjelasan di atas bahwa gambaran mekanisme koping pada mahasiswa laki-laki adalah 40,9% yang adaptif dan 59,1% yang maladaptif, sedangkan gambaran mekanisme koping pada mahasiswa perempuan adalah 45% adaptif dan 55% yang maladaptif.(Dwi, 2011)

Berdasarkan hasil presurvey pada 20 mahasiswa program studi kedokteran umum, sebanyak 15(75%) mahasiswa menggunakan mekanisme koping maladaptif atau menghadapi tekanan dengan mekanisme koping yang buruk (bermain game yang berlebihan, minum-minuman

beralkohol, dan merokok) dan 5(25%) mahasiswa menggunakan mekanisme koping adaptif atau menghadapi tekanan dengan mekanisme koping yang baik (tetap mengerjakan skripsi dan berjalan-jalan secukupnya).

Mahasiswa sebaiknya menggunakan klasifikasi mekanisme koping adaptif karena dapat memecahkan masalah dengan efektif dan mengatasi tekanan dalam mengerjakan skripsi dengan mudah contohnya yaitu mahasiswa akan lebih memilih mengerjakan skripsi daripada untuk refreasing yang berlebihan. Namun kebanyakan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi lebih memilih klasifikasi mekanisme koping maladaptif karena mahasiswa memiliki tekanan yang berlebihan sehingga mahasiswa mengabaikan skripsi yang mahasiswa kerjakan dan lebih memilih refreshing yang berlebihan, merokok atau minum-minuman yang beralkohol.

Salah satu mekanisme koping yang dianggap paling efektif digunakan untuk mengatasi tekanan pada mahasiswa adalah sikap optimisme. Optimisme merupakan suatu keyakinan tentang segala yang terjadi saat ini merupakan hal baik yang akan memberikan harapan dimasa depan sesuai apa yang kita angankan Safarina (2016) dalam (Anggraini & Oliver, 2019). Menurut Chang dalam (Masitoh & Noor Hidayat, 2018) optimisme memungkinkan seseorang untuk menilai kejadian yang menekan secara lebih positif dan membantu memobilisasi sumber dayanya untuk mengambil Langkah guna menghadapi stressor. Seligman (2008) dalam (Masitoh & Noor Hidayat, 2018) mendeskripsikan bahwa individu-individu yang memiliki sifat optimis akan terlihat pada aspek-aspek optimisme yaitu *permanence*, *pervasiveness*, dan *personalization*. Tetapi pada kenyataannya mahasiswa seringkali dihantui pikiran-pikiran negatif mengenai skripsi. Kebanyakan mahasiswa hanya menimbun pikiran-pikiran negatif tersebut tanpa berusaha untuk mencari jalan keluar. Kurangnya optimisme membuat mahasiswa merasa ragu akan kemampuan yang dimiliki

sehingga tidak dapat menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan peneliti (Dwi, 2011) bahwa semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi coping stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sebaliknya semakin rendah optimisme maka semakin rendah pula coping stress pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dari penelitian tersebut dapat diartikan bahwa mahasiswa yang optimis dalam menyusun skripsi ketika menghadapi masalah atau kesulitan yang merupakan tekanan, akan menghadapi tekanan tersebut dengan keyakinan atau dengan pandangan positif sehingga masalah, kesulitan dan tekanan dapat terselesaikan. Sebaliknya mahasiswa yang kurang optimis dalam menyusun skripsi ketika menghadapi masalah atau hambatan akan melihat masalah atau hambatan tersebut sebagai tekanan yang tidak memiliki nilai positif dan kurang memiliki keyakinan untuk menghadapi tekanan tersebut, sehingga mereka belum dapat menyelesaikan tekanan yang mereka hadapi.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti menyimpulkan bahwa skripsi merupakan tugas akhir yang penting bagi para mahasiswa yang dapat menyebabkan tekanan dan tidak optimisnya mahasiswa dalam mengerjakan skripsi tersebut, dalam menghadapi tekanan tersebut mahasiswa dapat menggunakan mekanisme kopingnya sendiri. Skripsi juga merupakan hal terpenting bagi mahasiswa dan di gunakan untuk sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar akademis atau kualitatif profesional yang menyajikan penelitian dan temuan pada penulis. Pada umumnya mahasiswa dalam menghadapi tekanan tersebut menggunakan mekanisme koping maladaptif contohnya bermain game, merokok, dan minum-minuman beralkohol. Salah satu mekanisme koping yang baik digunakan pada mahasiswa dalam menghadapi tekanan tersebut adalah mekanisme koping adaptif yaitu dengan cara mahasiswa

harus optimis dalam mengerjakan skripsi tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti ingin mengetahui bagaimana "Hubungan Tingkat Optimisme dengan Mekanisme Koping dalam Menghadapi Skripsi Pada Mahasiswa Kedokteran?"

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Analitik Observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati dan Universitas Lampung yang berada di Lampung. Pada bulan Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Kedokteran sejumlah 142 orang yang mengerjakan skripsi. Variabel *Independent* (variabel bebas) yaitu tingkat optimisme yang dilambangkan dengan (X). Variabel *Dependent*

(variabel terikat) yaitu mekanisme koping yang dilambangkan dengan (Y). Untuk memperoleh data yang sesuai dengan variabel yang diteliti, maka dibuat suatu skala psikologi yang dikembangkan dari definisi operasional tentang variabel yang menjadi focus penelitian yaitu skala tingkat optimisme dan skala mekanisme coping. Analisa univariat untuk mendapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi atau besarnya populasi menurut bagian karakteristik, variabel yang diteliti baik untuk variabel independen maupun yang dependen dengan 142 orang. Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diteliti yaitu hubungan tingkat optimisme dengan mekanisme koping. Untuk menguji hipotesis hubungan antara variabel bebas (tingkat optimisme) dengan variabel terikat (mekanisme koping) menggunakan uji korelasi *pearson*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping dan Optimisme

Mekanisme Koping	Jumlah	Persentase (%)
Adaptif	79	74,5
Maladaptif	27	25,5
Optimisme		
Rendah	18	17
Sedang	70	66
Tinggi	18	17
Total	106	100

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukan bahwa frekuensi berdasarkan mekanisme koping responden di Universitas Malahayati Kota Bandar Lampung, paling banyak pada klasifikasi adaptif dengan jumlah 79 orang dengan presentase 74,5 %. Sedangkan klasifikasi mekanisme koping maladaptif didapatkan sebanyak 27 orang dengan persentase 25,5 %.

Berdasarkan frekuensi optimisme mahasiswa di Universitas Malahayati Kota Bandar Lampung yang sedang mengerjakan skripsi, paling banyak pada optimisme sedang dengan jumlah 70 orang dengan presentase 66 %. Sedangkan untuk optimisme rendah dan tinggi didapatkan sebanyak 18 orang dengan persentase 17 %.

Tabel 2. Distribusi Mekanisme Koping dengan Optimisme

Mekanisme Koping	Optimisme			P (Value)	R
	Rendah	Sedang	Tinggi		
Adaptif	11	51	17	0,022	0,223
Maladaptif	7	19	1		
Total	18	70	18		

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil, mahasiswa yang memiliki mekanisme koping dalam kategori adaptif didapatkan 11 orang yang memiliki optimisme rendah, 51 orang yang memiliki optimisme sedang dan 17 orang yang memiliki optimisme tinggi. Sedangkan mahasiswa yang memiliki mekanisme koping maladaptif didapatkan 7 orang memiliki optimisme rendah, 19 orang yang memiliki optimisme sedang dan 1 orang yang memiliki optimisme tinggi.

Pada hubungan antara mekanisme koping yang dimiliki oleh mahasiswa dan optimisme mahasiswa dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi didapatkan nilai P (value) sebesar 0,022 < 0,05, maka dapat disimpulkan pada penelitian ini mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap optimisme mahasiswa fakultas kedokteran dalam mengerjakan tugas akhir. Pada penelitian ini didapatkan nilai R sebesar 0,223 dapat diartikan bahwa mekanisme koping dengan optimisme mahasiswa memiliki hubungan yang rendah hal ini dapat terjadi dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi baik itu mekanisme koping dan juga optimisme seseorang.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan mekanisme koping mahasiswa fakultas kedokteran umum angkatan tahun 2019 di Universitas Malahayati Kota Bandar Lampung, paling banyak pada klasifikasi adaptif dengan jumlah 79 orang dengan presentase 74,5 % yaitu mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Sedangkan klasifikasi mekanisme koping maladaptif didapatkan sebanyak 27 orang dengan persentase 25,5 % yaitu mekanisme koping yang menghambat fungsi

integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan.

Mekanisme koping adalah sebagai apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan, luka, kehilangan, atau ancaman (Setyaningsih, 2022). Mekanisme koping adalah usaha individu untuk mengatasi perubahan yang dihadapi atau beban yang diterima tubuh dan beban tersebut menimbulkan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik yaitu stress (Maruroh, 2020). Mekanisme koping merupakan bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan oleh individu untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungannya

Mekanisme koping berdasarkan penggolongannya dibagi menjadi 2. Mekanisme Koping Adaptif Mekanisme koping adaptif adalah mekanisme koping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Sedangkan mekanisme koping maladaptif Mekanisme koping maladaptif adalah mekanisme koping yang menghambat fungsi integrasi, memecah pertumbuhan, menurunkan otonomi dan cenderung menguasai lingkungan

Ada berbagai hal yang dapat mempengaruhi koping individu, baik yang datang dari individu itu sendiri maupun yang berasal dari luar individu atau yang berasal dari lingkungannya. Selain ketiga faktor tersebut seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal dalam menyusun mekanisme koping dan salah satunya adalah optimisme (rasa percaya diri). Optimisme ini yang akan berperan penting dalam pengambilan keputusan dalam menjalankan mekanisme koping.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anny Rosiana pada tahun 2018 didapatkan hasil serupa dimana menunjukkan bahwa responden sebagian besar mengalami mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 26 orang (57,8%) (Rosiana, 2018).

Pada penelitian ini didapatkan bahwa frekuensi optimisme mahasiswa di Universitas Malahayati Kota Bandar Lampung yang sedang mengerjakan skripsi, paling banyak pada optimisme sedang dengan jumlah 70 orang dengan presentase 66 %. Sedangkan untuk optimisme rendah dan tinggi didapatkan sebanyak 18 orang dengan persentase 17 %.

Optimisme merupakan sikap yang menopang individu agar jangan sampai terjatuh dalam kemasabodohan, keputusan, maupun mengalami depresi ketika individu menghadapi kesulitan optimisme sebagai suatu keyakinan bahwa peristiwa buruk hanya bersifat sementara, tidak sepenuhnya mempengaruhi semua aktivitas, dan tidak sepenuhnya disebabkan kecerobohan diri sendiri tetapi bisa karena situasi (Anggraini & Oliver, 2019)

Optimisme juga merupakan salah satu aspek dari pengambilan keputusan oleh seseorang. Dalam pengambilan keputusan rasa percaya diri atau optimis sangat diperlukan agar keputusan yang diambil tidak salah. Optimisme juga salah satu pembentuk dari mekanisme koping seseorang, akan terdapat perbedaan dalam menggunakan strategi mekanisme koping antara seseorang yang optimis dengan pesimis, individu yang optimis lebih menggunakan PFC ketika mengatasi masalah, seperti membuat dan menetapkan rencana dalam mengatasi sumber stres, serta mencari dan mendapatkan dukungan sosial dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Sedangkan individu yang pesimis lebih menggunakan EFC ketika mengatasi masalah, dan Individu yang pesimis sering merasa putus asa dalam mencapai keinginannya, menyangkal bahwa ia mengalami stres dan

menggunakan emosi dalam mengatasi permasalahan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anny Roselina pada tahun 2018 dimana didapatkan pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden sebagian besar mendapatkan optimisme yang kurang sebanyak 23 orang (51,1%) (Roselina, 2018). Perbedaan hasil ini dipengaruhi oleh banyak hal salah satunya adalah lingkungan seseorang dalam berkembang sangat memiliki pengaruh yang tinggi dalam menciptakan seseorang yang optimis atau pesimis

Pada hubungan antara mekanisme koping yang dimiliki oleh mahasiswa dan optimism mahasiswa dalam mengerjakan dan menyelesaikan skripsi didapatkan nilai P (value) sebesar $0,022 < 0,05$, maka dapat disimpulkan pada penelitian ini mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap optimism mahasiswa fakultas kedokteran dalam mengerjakan tugas akhir. Pada penelitian ini didapatkan nilai R sebesar 0,223 dapat diartikan bahwa mekanisme koping dengan optimism mahasiswa memiliki hubungan yang rendah hal ini dapat terjadi dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi baik itu mekanisme koping dan juga optimism seseorang.

Mekanisme koping merupakan bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan oleh individu untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungannya. Optimisme ini yang akan berperan penting dalam pengambilan keputusan dalam menjalankan mekanisme koping. Optimisme merupakan keyakinan bahwa peristiwa yang buruk hanya bersifat sementara, tidak berpengaruh terhadap seluruh aktivitas, bukan secara mutlak disebabkan oleh dirinya, sedangkan peristiwa yang menyenangkan akan bertahan lama dan disebabkan oleh dirinya.

Diketahui bahwa individu yang optimis dan pesimis menggunakan strategi koping yang berbeda dalam menghadapi masalah, individu yang

optimis lebih menggunakan PFC ketika mengatasi masalah, seperti membuat dan menetapkan rencana dalam mengatasi sumber stres, serta mencari dan mendapatkan dukungan sosial dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Sedangkan individu yang pesimis lebih menggunakan EFC ketika mengatasi masalah, dan Individu yang pesimis sering merasa putus asa dalam mencapai keinginannya, menyangkal bahwa ia mengalami stres dan menggunakan emosi dalam mengatasi permasalahan. pada aspek-aspek optimisme yaitu permanence, pervasiveness, dan personalization. Tetapi pada kenyataannya mahasiswa seringkali dihantui pikiran-pikiran negatif mengenai skripsi. Kebanyakan mahasiswa hanya menimbun pikiran-pikiran negatif tersebut tanpa berusaha untuk mencari jalan keluar. Kurangnya optimisme membuat mahasiswa merasa ragu akan kemampuan yang dimiliki sehingga tidak dapat menyelesaikan skripsi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anny Rosiana pada tahun 2018 Hasil uji statistik menggunakan spearman's rho diperoleh nilai p sebesar 0.02 (< 0.05), maka H_0 diterima yang berarti ada hubungan yang signifikan antara optimisme dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus dalam menghadapi skripsi Hasil uji statistik

menggunakan spearman's rho diperoleh nilai p sebesar 0.02 (< 0.05), maka H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara optimisme dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir di Stikes Muhammadiyah Kudus dalam menghadapi skripsi

Dan menurut penelitian (Wijayanti, 2015) didapatkan hasil uji statistik dengan nilai koefisien korelasi sebesar $= 0,034$ ($p < 0,05$) artinya H_0 ditolak atau H_1 diterima, maka kesimpulannya ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping mahasiswa semester II Prodi D III Keperawatan di Universitas PGRI Nusantara Kediri

KESIMPULAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat mekanisme koping paling banyak pada klasifikasi adaptif dengan jumlah 79 orang dengan presentase 74,5 %, Sedangkan frekuensi optimisme paling banyak pada optimisme sedang dengan jumlah 70 orang dengan presentase 66 %. Lebih lanjut, didapatkan nilai P (value) sebesar $0,022 < 0,05$, maka dapat disimpulkan mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap optimisme. Pada penelitian ini didapatkan nilai R sebesar 0,223 dapat diartikan bahwa mekanisme koping dengan optimisme mahasiswa memiliki hubungan yang rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, A. R., & Oliver, J. (2019). Optimisme Pada Santri Pondok Pesantren Dalam Menghadapi Isu Radikalisme Agama. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Apriana, E. (2002). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Optimisme Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Skripsi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Dwi. (2011). Hubungan Antara Optimisme Dan Coping Stres Pada. Psikologi Esa Unggul, Volume 9(Nomor 1), 41–47. <https://www.neliti.com/publications/126155/Hubungan-Antara-Optimisme-Dan-Coping-Stres-Pada-Mahasiswa-Ueu-Yang-Sedang-Menyus>
- Ilhami, F. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Profesi Ners Di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang. Universitas Andalas, 8.5.2017. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Irwandi, R. (2017). Studi Kasus Mekanisme Koping Adaptif Dan Maladaptif Keluarga Diabetesi Melitus Tipe 2 Dengan Ulkus

- Gangren Skripsi.
- Kharchenko, O. (2011). Mekanisme Koping. *Phys. Rev. E*, 1995, 7–41.
[Http://Www.Ainfo.Inia.Uy/Digital/Bitstream/Item/7130/1/Luzardo-Buiatria-2017.Pdf](http://www.ainfo.inia.uy/digital/bitstream/item/7130/1/Luzardo-Buiatria-2017.pdf)
- Maros, H., & Juniar, S. (2021). Tingkat Optimisme Saat Pandemi Covid-19. 1–23.
- Maruroh. (2020). Konsep Mekanisme Koping. *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents*, 11–41.
[Http://Eprints.Poltekkesjogja.Ac.I d/3633/3/Chapter 2.Pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3633/3/Chapter%202.pdf)
- Masitoh, A. R., & Noor Hidayat, E. (2018). Hubungan Optimisme Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Muhammadiyah Kudus Dalam Menghadapi Skripsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(1), 97.
[Https://Doi.Org/10.26751/Jikk.V 9i1.409](https://doi.org/10.26751/jikk.v9i1.409)
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Setyaningsih, D. (2022). *Mekanisme Koping Remaja*. Dian Setyaningsih, Fakultas Ilmu Kesehatan Ump, 2012.