

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA SEMESTER AKHIR DALAM MENYUSUN SKRIPSI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TAHUN 2023 DI UNIVERSITAS ICHSAN SATYA

Inten Pertiwi¹, Vebry Haryati², Puji Lestari³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ichsan Satya, Jl. Jombang Raya No. 41, Jombang, Kec. Ciputat, Kota Tangerang Selatan, Banten 15414 Indonesia

Corresponding Editor: vebryharyatilbs@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Stres akademik merupakan salah satu reaksi yang terjadi pada seorang mahasiswa yang disebabkan oleh rangsangan akademik. Faktor penyebab stres menyusun skripsi terbagi menjadi faktor internal seperti jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian mahasiswa, mekanisme coping mahasiswa dan inteligensi, sedangkan faktor eksternal yaitu tuntutan tugas akademik dan hubungan mahasiswa dengan lingkungannya. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi program studi sarjana keperawatan di Universitas Ichsan Satya. **Metodelogi Penelitian :** Penelitian ini merupakan rancangan kuantitaif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa prodi S1 keperawatan agkatan 2020 kelas reguler yang sedang menyusun skripsi di Universitas Ichsan Satya sebanyak 40 orang. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian ini menunjukkan 40 responden mahasiswa lebih banyak yang memiliki tingkat stres yang berat dalam mekanisme coping maladaptif yaitu 19 orang (85,4%) dibandingkan dengan mekanisme coping adaptif yaitu 5 orang (27,8%), sedangkan mahasiswa yang memiliki tingkat stres tidak berat lebih banyak dengan mekanisme coping adaptif yaitu 13 orang (72,2%) dibandingkan dengan mekanisme coping maladaptif 3 orang (13,6%). **Simpulan :** Terdapat hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi Progam Studi Sarjana Keperawan tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya, (p value = 0,001) dengan OR 16,467 **Saran :** Berdasarkan hasil penelitian diharapkan pihak institusi pendidikan mempertimbangkan ketersediaan kegiatan yang bisa membuat mahasiswa memperhatikan aspek emosional agar beban akademik yang dihadapi bisa menjadi pedoman dalam menjalani kebijakan.

Kata Kunci : Mekanisme Koping, Tingkat Stres, Penyusunan Skripsi .

ABSTRACT

Introduction: Academic stress is one of the reactions that occur in a student caused by academic stimuli. The factors contributing to stress in composing a thesis are divided into internal factors such as gender, socio-economic status, student personality characteristics, coping mechanisms, and intelligence, while external factors include academic task demands and the student's relationship with the environment. **Research Objective:** This study aims to determine the relationship between coping mechanisms and the level of stress among final semester nursing students in preparing their theses in the nursing undergraduate program at

Ichsan Satya University. Methods: This research adopts a quantitative design with a cross-sectional approach. The population and sample for this study are nursing students of the 2020 regular class at Ichsan Satya University who are currently working on their theses, totaling 40 individuals. **Reserch Results:** The results indicate that among the 40 student respondents, more students experience severe stress with maladaptive coping mechanisms, with 19 individuals (85.4%), compared to adaptive coping mechanisms with 5 individuals (27.8%). On the other hand, students with nonsevere stress levels are more prevalent with adaptive coping mechanisms, with 13 individuals (72.2%) compared to maladaptive coping mechanisms with 3 individuals (13.6%). **Conclusion:** There is a relationship between coping mechanisms and the level of stress among final semester nursing students in preparing their theses in the nursing undergraduate program at Ichsan Satya University 2023, (p value = 0.001) with OR 16.467. **Suggestion:** Based on the research findings, it is hoped that educational institutions will consider the availability of activities that can make students pay attention to emotional aspects so that the academic burden faced can be a guide in undergoing policies.

Keywords: Coping Mechanisms, Stres Level, Thesis Preparation

1. Pendahuluan

Mahasiswa adalah seseorang yang menuntut ilmu atau belajar di perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, insitusi dan universitas. Pada dunia perguruan tinggi, mahasiswa akan mempelajari teori dan melaksanakan SKS dari semester ke semester sesuai dengan jurusan yang mereka pilih. Setelah mencapai pada tingkat akhir dan telah memenuhi jumlah SKS yang dijadikan sebagai syarat untuk ke tingkat berikutnya, mahasiswa akan melanjutkan ke tingkat akhir atau tugas akhir yang juga disebut dengan skripsi (Roellyana, 2016). Menurut (Seto et al., 2020) skripsi adalah karangan ilmiah yang harus ditulis oleh mahasiswa tingkat akhir sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan perguruan tingginya. Skripsi juga merupakan salah satu bukti prestasi akademik mahasiswa yang tidak hanya berbentuk sebagai penyelesaian terhadap tugas akhir mereka, tetapi juga salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana.

KBBI menetapkan bahwa skripsi yaitu karangan ilmiah yang harus ditulis oleh mahasiswa sebagai persyaratan akhir pendidikan tingginya. Para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diperlukan untuk menyelesaikan tugas akhir pada waktu yang tepat. Tetapi pada kenyataannya, mahasiswa menghadapi banyak kendala dan keterlambatan dalam penyelesaian skripsi (Da'awi and Nisa, 2021). Namun dilihat juga pada sebagian mahasiswa memiliki kesulitan yang berbeda-beda dalam penggerjaan atau penulisan skripsi, diantaranya proses *review* yang berulang, kesulitan mendapatkan referensi, waktu dan respon pengajar saat penyelesaian skripsi, waktu yang terbatas untuk penelitian, instruktur atau dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui, sehingga membuat mahasiswa stres (Aulia & Panjaitan, n.d.)

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO, 2020) stres merupakan penyakit urutan ke-4 di dunia, dengan sekitar 350 juta orang diseluruh dunia mengalaminya. Termasuk prevalensi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38% - 71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6% - 61,3%

Data Riskesdas juga menunjukkan bahwa gangguan emosional atau stres mental pada kelompok usia >15 tahun mencapai sekitar 14 juta jiwa atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2013. Sedangkan pada tahun 2018 prevalensi gangguan jiwa atau stres pada kelompok usia muda remaja >15 tahun meningkat, menjadi 9,8% atau setara dengan 20 juta jiwa (Riskestas, 2018).

Stres merupakan kondisi dimana kondisi fisik, lingkungan dan keadaan sosial yang tidak terkendali. Selain itu, tubuh menanggapi stres dari faktor psikososial, seperti stres emosional atau beban hidup yang juga disebut sebagai sistem di mana ada rangsangan intensitas berlebihan yang tidak dihargai atau berupa respons fisiologis, psikologis atau perilaku yang dapat menyebabkan stress. Di mana stres juga merupakan respons tubuh yang tidak spesifik terhadap keadaan yang ditimbulkan oleh perbedaan antara kemampuan (*coping*) yang dimiliki (Kurniawati & Setyaningsih, n.d.)

Salah satu reaksi yang ditunjukkan oleh mahasiswa yaitu terdapat pada stres akademik dengan berbagai rangsangan akademik seperti terdapatnya tekanan yang dihasilkan dari persyaratan-persyaratan akademik multitasking, mendapatkan nilai ulangan atau ujian yang tinggi, kecemasan yang berkaitan dengan ujian, skripsi, dan dituntut untuk bisa mengelola waktu belajar. Sehingga menimbulkan tekanan yang mengarah pada reaksi yang dialami oleh mahasiswa sebagai reaksi fisik terhadap dirinya, seperti tingkah laku, pikiran dan perasaan yang mungkin timbul sebagai akibat dari tuntutan selama menempuh pendidikan (Barseli et al., 2017)

Stres dapat memengaruhi kesehatan seseorang dari berbagai aspek, seperti secara fisik dapat menyebabkan masalah seperti sakit kepala dan masalah pencernaan. Dari segi psikologis, terdapat tanda-tanda dalam bentuk kognisi, emosi, dan tingkah laku. Stres dapat menyebabkan perasaan negatif terhadap diri sendiri secara emosional. Stres juga dapat memengaruhi pemahaman dan kemampuan seseorang dalam menangani masalah yang dihadapi secara intelektual. Setiap tanda tersebut dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang, bahkan dapat menyebabkan kondisi psikologis yang merugikan, seperti penurunan daya ingat dan perasaan sedih. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres dalam proses penulisan skripsi dapat dibagi menjadi dua kategori. Pertama, pada faktor internal diantaranya seperti jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian mahasiswa, mekanisme coping mahasiswa dan inteligensi, kedua faktor eksternal terdiri dari tuntutan tugas akademik dan hubungan mahasiswa dengan lingkungannya.

Mekanisme coping merupakan suatu pendekatan yang dapat digunakan oleh individu untuk mengatasi masalah, menangani perubahan, dan menghadapi situasi yang menimbulkan ancaman baik dari segi kognitif maupun prilaku. Selain itu adalah proses yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi ketidakseimbangan antara kemampuan dan kebutuhan mereka dalam mengatasi keadaan yang menekan. Dengan kata lain seseorang akan melakukan tindakan untuk mengurangi stres saat berada dalam kondisi yang membuatnya tertekan (Keperawatan et al., n.d.) Dalam mekanisme coping terdapat dua jenis coping yaitu mekanisme coping adaptif dan mekanisme coping maladaptif. Mekanisme coping adaptif adalah strategi yang mendukung fungsi terpadu individu, memfasilitasi pengembangan pribadi, pembelajaran, dan pencapaian tujuan dengan

menggunakan interaksi sosial yang baik, pemecahan masalah yang efisien, teknik relaksasi, latihan keseimbangan, serta partisipasi dalam aktivitas yang konstruktif. Sedangkan mekanisme coping maladaptif merujuk pada strategi yang menghambat integrasi fungsi individu, mengganggu pertumbuhan, dan mengurangi otonomi, dengan cenderung untuk menguasai lingkungan daripada beradaptasi secara perlahan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Ichsan Satya pada mahasiswa yang sedang melakukan penyusunan skripsi dengan metode wawancara pada 10 orang mahasiswa. Hasil wawancara menunjukkan 4 orang mengatakan akan lebih mudah marah dan mudah tersinggung ketika ada teman yang menanyakan atau menceritakan perkembangan skripsinya, 3 orang lainnya mengatakan sering merasa pusing, menarik diri, dan merasa selalu lelah hanya karena memikirkan skripsi, dan 3 orang lainnya mengatakan selalu gelisah, tidak nafsu makan, terkadang tidak bisa tidur, dan suasana hati yang mudah berubah karena berfikiran kalah *star* dengan teman yang lain dalam menyusun skripsi. Yang kemudian ditanyakan hambatan dan kesulitan seperti apa saat akan mengerjakan skripsi, 3 orang mahasiswa mengatakan sulit menemui waktu luang dosen pembimbingnya untuk melakukan bimbingan, perubahan tema judul karena tidak sesuai dengan pembimbing dan merasakan sulit kembali untuk mencari judul serta harus mengulang studi pendahuluan hal ini membuat individu merasa stres sampai terkadang sulit tidur, dan kebingungan untuk memulainya kembali. Kemudian 3 orang mengatakan terus-menerus melakukan revisian dari dosen pembimbing sebab tidak mengerti apa yang diinginkan oleh dosen dan memilih untuk menunda mengerjakan penyusunan skripsi karena kesulitan mencari referensi dan mulai merasa pusing untuk memulai dari mana karena merasa sudah *stuck*, dan 2 orang lainnya mengatakan tidak mampu memahahmi apa yang harus dicantumkan dalam skripsi sehingga membuat kehilangan rasa semangat dan memilih untuk pergi keluar bersama teman yang akhirnya menunda penggerjaan skripsi. Dan 2 orang lainnya megatakan hambatan yang dialami ini harus dijalani, dan mengatakan harus merasa percaya pada progresnya, banyak berdiskusi dengan teman-teman dan merasa optimis dalam penggerjaan skripisi dengan memperbanyak ibadah dan berdoa.

Berdasarkan temuan fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyusun Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Tahun 2020 di Universitas Ichsan Satya”

2. Metode

2.1 Desain penelitian

Desain penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pendekatan cross-sectional yang bertujuan untuk mengukur variabel independen (mekanisme coping) dan variabel dependen (stres pada mahasiswa studi akhir) secara bersamaan untuk mengetahui hubungan variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan pada satu waktu (Notoatmodjo, 2018).

2.2 Lokasi dan waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada desember 2023 di Universitas Ichsan Satya

2.3 Populasi dan sampel

Menurut Sugiyono (2020), populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diselidiki dan ditari kesimpulannya. Maka populasi dalam penelitian ini yaitu pada mahasiswa prodi S1 Keperawatan angkatan 2020 kelas reguler yang sedang menyusun skripsi di Universitas Ichsan Satya sebanyak 40 orang. Sedangkan sampel adalah bagian dari populasi yang diambil untuk diteliti dan dianggap mewakili keseluruhan populasi (Notoatmodjo, 2018).

2.4 Metode pengumpulan data

Metode pengumpulan merupakan proses penelitian untuk mendapatkan informasi dalam mencapai tujuan penelitian (Donsu, 2016). Data dapat terbagi dua menurut cara memperolehnya:

1. Data Primer

Data primer dalam penelitian ini diperoleh melalui penggunaan kuesioner yang diberikan kepada responden. Teknik pengumpulan ini melibatkan penyampaian serangkaian pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien karena memungkinkan peneliti untuk dengan pasti variabel yang akan diukur dan apa yang bisa diharapkan dari responden. Metode ini untuk mengetahui data tentang Karakteristik, Mekanisme Koping dan Stres pada Mahasiswa Universitas Ichsan Satya.

2. Data Sekunder

Dalam penelitian ini, data sekunder yang diproleh dari bagian akademik Universitas Ichsan Satya. Adapun data yang didapatkan terkait jumlah mahasiswa tingkat akhir kelas reguler A dan B.

Adapun langkah-langkah pengumpulan data lainnya:

- a. Meminta surat perizinan kepada ketua program studi S1 Keperawatan Universitas Ichsan Satya untuk melakukan pengajuan surat izin penelitian di Universitas Ichsan Satya.
- b. Setelah mendapatkan persetujuan penelitian dari pihak Universitas Ichsan Satya, peneliti menentukan sampel sesuai dengan kriteria inklusi, dan menjelaskan tujuan penelitian.
- c. Memberikan lembar persetujuan (*inform consent*) kepada responden untuk kesedian mengisi kuesioner.
- d. Responden diberikan penjelasan tentang tata cara mengisi kuesioner dan dipersilahkan untuk bertanya bila ada pertanyaan yang tidak dimengerti atau tidak jelas.
- e. Setelah mengisi kuesioner maka peneliti mengumpulkan kuesioner yang sudah diisi pada responden.
- f. Teliti kembali kuesioner, dan pastikan semua item pertanyaan yang ada pada kuesioner terjawab semua.
- g. Kemudian hasil lembar kuesioner dikumpulkan oleh peneliti untuk mengolah data dan dianalisis dengan program SPSS.

2.5 Analisis Data

1. Analisa Univariat

Menurut Notoatmodjo, (2018) analisis univariat dilakukan untuk menguraikan dan menggambarkan sifat setiap variabel yang diamati dalam penelitian. Analisa univariat pada penelitian yaitu untuk mengetahui (usia, jenis kelamin, pekerjaan orang tua, pola asuh orang tua) variabel independen (Mekanisme Koping) dan variabel dependen (stres).

2. Analisa Bivariat

Merupakan suatu yang dilakukan pada dua variabel yang diduga atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2018). Analisa bivariat pada penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara mekanisme coping dengan stress pada mahasiswa yang sedang menghadapi studi akhir. Yang dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square*. Uji *Chi-Square* digunakan untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian yang didapatkan dari 40 responden, akan disajikan berupa gambaran pada lokasi penelitian, dengan hasil Analisa Univariat dengan penyajian data berupa distribusi frekuensi, Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan Orang Tua, dan Pola Asuh Orang Tua, Mekanisme Koping dan Tingkat Stres. Analisa Bivariat dengan penyajian data berupa Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyusun Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya.

penelitian ini dilakukan di Universitas Ichsan Satya yaitu berada di JL. Jombang Raya No.56, Pd. Pucung, Kec. Pd Aren, Kota Tangerang Selatan, Banten 15229.

A. Hasil penelitian

1. Hasil Univariat

Menurut Notoatmodjo, (2018) Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan atau menjelaskan karakteristik dari setiap variabel penelitian. Biasanya, analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari setiap variabel yang diamati.

a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden

Tabel 3.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Mahasiswa Tingkat Akhir

| Usia | Frekuensi (f) | % |
|-------------|------------------|------|
| 13-14 tahun | 9 | 28.1 |
| 15-16 tahun | 8 | 25 |
| 17-18 tahun | 15 | 46.9 |
| Jumlah | 32 | 100 |

Berdasarkan data pada Tabel 3.1 menunjukkan bahwa dari 40 responden dalam penelitian ini kategori usia menunjukkan bahwa

pada sebagian besar mahasiswa tingkat akhir adalah usia dewasa awal yaitu 20-25 tahun yang berjumlah 40 responden (100%).

b. Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Tabel 3.2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Frekuensi (f) | % |
|---------------|---------------|------------|
| Laki-laki | 12 | 37.5 |
| Perempuan | 20 | 62.5 |
| Jumlah | 32 | 100 |

Berdasarkan data pada Tabel 3.2 menunjukkan bahwa dari 40 responden mayoritas mahasiswa tingkat akhir yang menjadi responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 (87,5%) responden dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 (12,5 %) responden.

c. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan Orang tua Responden

Tabel 3.3
Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan Orang

| Pendidikan | Frekuensi (f) | % |
|---------------|---------------|------------|
| SLTP | 13 | 40.6 |
| SLTA | 19 | 59.4 |
| Jumlah | 32 | 100 |

Berdasarkan data pada Tabel 3.3 menunjukkan bahwa dari 40 responden sebagian besar orang tua pada mahasiswa adalah bekerja 33 responden (82,5 %) dan yang tidak bekerja yaitu 7 responden (17,5 %).

d. Distribusi Frekuensi Karakteristik pola asuh orang tua Responden

Tabel 3.4
Distribusi Frekuensi Karakteristik Pola Asuh Orang Tua

| Pola Makan | Frekuensi (f) | % |
|-------------|---------------|------|
| Baik | 14 | 43.8 |
| Kurang Baik | 18 | 56.3 |

| | | |
|---------------|-----------|------------|
| Jumlah | 32 | 100 |
|---------------|-----------|------------|

Berdasarkan data pada Tabel 3.4 menunjukkan bahwa dari 40 responden memiliki pola asuh orang tua terbanyak yaitu pola asuh permisif berjumlah 27 responden (67,5%) dan pola asuh demokratis berjumlah 13 responden (32,5%) dan pola asuh otoriter 0 responden.

e. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden

Tabel 3.5
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa tingkat akhir di Universitas Ichsan Satya Sarjana Keperawatan
Tahun 2023

| Gastritis | Frekuensi (f) | % |
|---------------|---------------|------------|
| Tidak | 11 | 34.4 |
| Ya | 21 | 65.6 |
| Jumlah | 32 | 100 |

Berdasarkan data pada Tabel 3.5 menunjukkan bahwa dari 40 responden 24 orang (60 %) responen memiliki tingkat stres yang berat, dan 16 orang (40 %) responden memiliki tingkat stres yang tidak berat pada mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi.

2. Hasil Bivariat

a. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi.

Tabel 3.6
Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi program Studi Sarjana Keperawatan Tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya.

| Mekanisme Koping | Tingkat Stres | | | | | | | |
|---------------------|---------------|------|----------|------|----------|-----|--------------------------|-----------|
| | Tidak Berat | | Berat | | Jumlah | | <i>P</i> <i>value</i> | <i>OR</i> |
| | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | <i>f</i> | % | | |
| Adaptif | 13 | 72,2 | 5 | 27,8 | 18 | 100 | 0,001 | 16.467 |

| | | | | | | | |
|--|---|------|----|------|----|-----|---------|
| Maladaptif | 3 | 13,6 | 19 | 85,4 | 22 | 100 | (3.339- |
| | | | | | | | 81.215) |
| Jumlah 16 40 24 60 40 100 | | | | | | | |

4. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Analisis Unvariat

a. Usia Responden

Berdasarkan hasil dari karakteristik usia responden menunjukkan bahwa dari 40 responden mahasiswa/i tingkat akhir di Universitas Ichsan Satya Sarjana Keperawatan tahun 2023 dengan hasil keseluruhan 40 responden (100%) memasuki pada rentang usia 20-25 tahun. Yang dikategorikan dengan masa dewasa awal. Dimana kategori usia 19 tahun merupakan masa remaja akhir dan rentang usia 20-25 tahun merupakan masa dewasa awal. Maka dari itu pada mahasiswa dengan usia ini merupakan masa dewasa awal dimana mahasiswa mencapai kedewasaan dari berbagai perspektif, terutama pada perspektif perkembangan kognitif (Nur et al., 2023)

b. Jenis kelamin

Jenis kelamin yang menunjukkan gender (laki-laki dan perempuan). Maka berdasarkan dari 40 responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa/i akhir di Universitas Ichsan Satya Sarjana Keperawatan Tahun 2023 adalah perempuan. Dengan hasil penelitian 35 responden (87,5%) yaitu Perempuan.

Didukung dengan penelitian (Magister et al., n.d.) karakteristik gender responden terutama pada perempuan dapat mempengaruhi rendah atau tingginya tingkat stres. Reaksi laki-laki dan perempuan terlihat akan berbeda ketika menghadapi konflik. Dimana perempuan akan mempunyai persepsi yang lebih negatif terhadap konflik sehingga menimbulkan perasaan stres, cemas, dan takut, sedangkan laki-laki akan lebih sadar terhadap konflik dan memandang sebagai dorongan positif.

c. Pekerjaan Orang Tua

Berdasarkan hasil statistik mayoritas orang tua mahasiswa yang menjadi responden pada penelitian ini yaitu bekerja. Dengan hasil 33 orang tua (82,5%) mahasiswa yaitu bekerja.

Persentase orang tua yang bekerja cukup tinggi yaitu 46 orang tua (58,2%), dibandingkan persentase orang tua tidak bekerja yaitu 33 orang tua (41,8%). Orang tua yang bekerja memiliki hubungan dan pengetahuan yang lebih luas yang dapat memberikan informasi kepada mereka tentang aspek-aspek membesarkan anak dan memerlukan kondisi keuangan yang lebih baik bagi anak-anak mereka. Dikarenakan semakin tinggi proporsi orang tua yang

bekerja, semakin besar kemungkinan peningkatan kehidupan yang baik dalam keluarga.

d. Pola Asuh Orang Tua

Berdasarkan hasil statistik pada pola asuh orang tua mahasiswa/i yakni mayoritas memiliki pola asuh permisif sebanyak 27 orang (67,5%) responden. Pola asuh orang tua dalam keluarga yaitu ayah dan ibu, yang mana merupakan kebiasaan dalam membimbing, mengasuh, maupun membina anak dengan cara menjaga dan mendidik.

Pola asuh orang tua sangat berperan penting dalam membentuk tingkat emosional ataupun dengan cara penyelesaian atau peredaman pada tekanan dan emosional yang dirasakan pada remaja. Mahasiswa yang dibesarkan dengan pola asuh permisif akan merasa lebih bebas dalam menentukan waktu untuk mengerjakan tugas-tugasnya. Mahasiswa yang akan mulai untuk mengerjakan tugasnya akan dengan cepat menjadi putus asa dan kurang inisiatif untuk mengerjakan kewajibannya sebagai mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang dibesarkan dengan pola asuh permisif akan berdampak pada menurunnya daya juang, sehingga mengakibatkan munculnya kemalasan yang memicu penundaan dalam bekerja.

e. Tingkat stres

Pola asuh orang tua sangat berperan penting dalam membentuk tingkat emosional ataupun dengan cara penyelesaian atau peredaman pada tekanan dan emosional yang dirasakan pada remaja. Mahasiswa yang dibesarkan dengan pola asuh permisif akan merasa lebih bebas dalam menentukan waktu untuk mengerjakan tugas-tugasnya. Mahasiswa yang akan mulai untuk mengerjakan tugasnya akan dengan cepat menjadi putus asa dan kurang inisiatif untuk mengerjakan kewajibannya sebagai mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa yang dibesarkan dengan pola asuh permisif akan berdampak pada menurunnya daya juang, sehingga mengakibatkan munculnya kemalasan yang memicu penundaan dalam bekerja.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Carsita et al., n.d.) tentang tingkat stres pada mahasiswa keperawatan yang menyusun skripsi dengan hasil yang didapatkan yaitu (44,4%) mahasiswa mengalami stres yang berat.

Stres adalah reaksi fisiologis tubuh terhadap stimulus apapun yang membangkitkan suatu perubahan. Setiap situasi, peristiwa atau agen yang mengancam keamanan seseorang merupakan stressor. Stressor adalah stimulus yang membangkitkan kebutuhan untuk beradaptasi dan dapat bersifat internal atau eksternal.

f. Mekanisme coping

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh 22 orang (55%) responden memiliki mekanisme coping maladaptif pada mahasiswa semester

akhir sarjana keperawatan tahun 2023 dalam menyusun skripsi di Universitas Ichsan Satya.

Mekanisme coping adalah segala upaya yang ditunjukan untuk mengelola stres, baik sebagai cara memecahkan suatu masalah maupun sebagai mekanisme pertahanan untuk melindungi diri. Pada dasarnya, mekanisme ini merupakan pertahanan diri terhadap perubahan internal maupun eksternal. Mekanisme coping maladaptif ini merupakan coping yang berupaya menekan dan mengendalikan lingkungan berupa melakukan dengan makan, tidur atau bekerja secara berlebihan, atau terus-menerus menghindari masalah (Dwipermana, 2016).

Hasil penelitian yang telah didapatkan terlihat dari hasil pertanyaan pada kuesioner penelitian menunjukkan pada beberapa kuesioner yang mana mahasiswa menyatakan terkadang hanya menertawakan situasi yang sedang dialami, dan terkadang menyalahkan diri atas kejadian buruk saat menyusun skripsi.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir dalam Menyusun Skripsi.

Hasil penelitian menunjukkan data analisa tabel silang hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi program studi sarjana keperawatan di Universitas Ichsan Satya tahun 2023. Menunjukan bahwa 19 responden (85,4%) memiliki mekanisme coping maladaptif dengan tingkat stres berat dan 13 responden (72,2%) memiliki mekanisme coping adaptif dengan tingkat stres tidak berat. Yang dimana analisis data menunjukan bahwa mekanisme coping maladaptif dapat menyebabkan tingkat stres yang berat.

Dari hasil uji statistik Chi-square didapatkan nilai p value = 0,001 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga diartikan terdapat hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi progam studi sarjana keperawatan tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya. Dan diperoleh nilai OR sebesar 16,467 dengan CI 16,467 (3,339-81,215) artinya responden pada mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi dengan mekanisme coping adaptif memiliki kecenderungan untuk memiliki tingkat stress tidak berat sebesar 16.467 di Universitas Ichsan Satya tahun 2023, dibandingkan dengan responden pada mekanisme coping maladatif cenderung dapat memiliki tingkat stres berat.

Hasil penelitian menunjukan bahwa mekanisme coping sangat berpengaruh terhadap kejadian stres yang dialami. Terlihat bahwa 19 responden memiliki mekanisme coping maladaptif dengan tingkat stres yang berat. (Usraleli et al., 2020) yang menyatakan bahwa strategi coping dapat bersifat adaptif atau maladaptif. Penanggulangan adaptif dapat membantu meminimalkan stres yang diakibatkannya secara efektif. Semakin adaptif coping yang digunakan,

semakin rendah tingkat stres. Manfaat yang dirasakan mahasiswa yang mampu mengatasi stres secara adaptif antara lain pola hidup yang lebih sehat, komitmen menyelesaikan skripsi, dan kemampuan lulus tepat waktu.

Berdasarkan asumsi peneliti, terjadinya hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi, karena pemecahan masalah yang lebih mengarah pada negatif. Serta kurangnya pemahaman terkait penelitian yang diajukan yang mengakibatkan mahasiswa bingung untuk melanjatkannya dan memilih untuk tidak memikirkan penyelesaian masalahnya sendiri. Sebagian dari mahasiswa saat dihadapkan pada situasi stres, cenderung akan beranggapan bahwa masalah terkait penyusun skripsi ini tidak berati dan pasti akan berlalu tanpa memikirkan strategi yang efektif untuk mengerjakannya. Sehingga akan lebih sering mengacuhkan kesulitan yang sedang dialami tanpa ada usaha untuk menyelesaikannya. Awal mula timbul permasalahan dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa yaitu rasa malas karena merasa bingung dengan penelitiannya dan, kesulitan dalam memahami ataupun mencari materi, yang pada akhirnya mahasiswa memilih untuk pergi ataupun melakukan hal lain untuk mencari kesenangan dibandingkan untuk memikirkan solusi dan berakibat mengalami stres, jika masalah ini tidak dipermasalahkan akan sangat berdampak buruk yang akan menyebabkan timbulnya kecemasan dan depresi.

5. Kesimpulan dan saran

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres pada 40 mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi Progam Studi Sarjana Keperawatan tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya, maka dapat disimpulkan

1. Sebagian mahasiswa menunjukkan bahwa usia dengan keseluruhan berusia 20-25 tahun. Jenis kelamin perempuan sebanyak 35 (87,5%). Pekerjaan orang tua mahasiswa bekerja 33 (82,5%). Pola asuh orang tua sebagian besar memiliki pola asuh permisif yaitu 27 orang (67,5%).
2. Sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat stres berat yaitu 24 orang (60 %).
3. Sebagian besar mahasiswa dikategorikan memiliki mekanisme coping maladaptif yaitu 22 orang (55 %).
4. Terdapat hubungan mekanisme coping dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir dalam menyusun skripsi Progam Studi Sarjana Keperawatan tahun 2023 di Universitas Ichsan Satya, (p value = 0,001) dengan OR 16,467.

B. Saran

Diharapkan, pihak institusi pendidikan pada hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan ketersediaan kegiatan-kegiatan yang menyenangkan atau seperti membuat grup meeting untuk bercerita kegiatan yang bisa membuat mahasiswa lebih

memperhatikan aspek emosional agar beban akademik yang dihadapi bisa menjadi pedoman dalam menjalani kebijakan-kebijakan yang ada di Universitas Ichsan Satya.

Referensi

- Aulia, S., & Panjaitan, R. U. (n.d.). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DAN TINGKAT STRES PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR. In *Jurnal Keperawatan Jiwa* (Vol. 7, Issue 2).
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Carsita, W. N., Tinggi, S., & Kesehatan, I. (n.d.). *TINGKAT STRES PADA MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI*.
- Keperawatan, J. I., Lavari, W., Erianti, S., Rasyid, A., Studi, P., Keperawatan, I., Hang, S., & Pekanbaru, T. (n.d.). *Al-Asalmiya Nursing GAMBARAN MEKANISME KOPING MAHASISWA DALAM MENYUSUN SKRIPSI DI PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH PEKANBARU*. <http://jurnal.alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan>
- Kurniawati, W., & Setyaningsih, R. (n.d.). *MANAJEMEN STRESS PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI*.
- Magister, M. W., Pendidikan, A., Kristen, U., & Wacana, S. (n.d.). *Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*.
- Nur, R. R., Latipah, E., & Izzah, I. (2023). Perkembangan Kognitif Mahasiswa pada Masa Dewasa Awal. *ARZUSIN*, 3(3), 211–219. <https://doi.org/10.58578/arzusin.v3i3.1081>
- Seto, S. B., Wondo, M. T. S., & Mei, M. F. (2020). Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi). *Jurnal Basicedu*, 4(3), 733–739. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i3.431>
- Usraleli, U., Melly, M., & Deliana, R. (2020). Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau yang Menyusun Skripsi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(3), 967. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i3.1085>