



STRATEGI KOPING MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI

Nadya Natallie Steni Macawalang¹, I Gede Purnawinadi²

^{1,2} Faculty of Nursing Universitas Klabat

email: purnawinadi87@unklab.ac.id

ABSTRACT

Final-year students often face academic, psychological, and environmental pressures in the process of writing their theses. This condition requires the use of effective coping strategies, but not all students are able to manage them adaptively, putting them at risk of stress and delays in completing their theses. This study aims to determine the differences in coping strategies among final year students who are writing their thesis at Klabat University. The method used was an analytical survey with a comparative model through a cross-sectional approach on the population of final year students at Klabat University, calculated using the Slovin formula with a total of 236. The sampling technique used is Purposive Sampling, and the data is analyzed using the Kruskal Wallis statistical test. The results show that the majority of 234 (99.2%) respondents have excellent coping strategies, while only 2 respondents (0.8%) have good coping strategies. There is a significant difference in coping strategies based on faculty among final year students who are writing their thesis at Klabat University, with a p-value of $0.038 < 0.05$. Recommendations for students writing their thesis are to apply good adaptive coping strategies to prevent academic stress, for educational institutions to create activities that build mental health, and for future researchers to conduct research on factors that influence coping strategies.

Keywords: Academic Stress, Coping, Thesis

ABSTRAK

Mahasiswa tingkat akhir sering menghadapi tekanan akademik, psikologis, dan lingkungan dalam proses penyusunan skripsi. Kondisi ini menuntut penggunaan strategi koping yang efektif, namun tidak semua mahasiswa mampu mengelolanya secara adaptif sehingga berisiko menimbulkan stres dan keterlambatan penyelesaian skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan koping pada tingkat akhir yang sedang menulis skripsi di Universitas Klabat. Metode yang digunakan yaitu survei analitik dengan model komparatif melalui pendekatan *cross-sectional* pada populasi mahasiswa tingkat akhir di Universitas Klabat yang dihitung menggunakan rumus slovin dengan jumlah 236. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* serta data dianalisis menggunakan uji statistik Kruskal Wallis. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas sebanyak 234 (99,2%) responden memiliki koping yang sangat baik sedangkan hanya 2 responden (0,8%) memiliki koping baik. Terdapat perbedaan koping yang signifikan berdasarkan setiap fakultas pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi di Universitas Klabat didapati $p\text{-value} = 0.038 < 0,05$. Rekomendasi untuk mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk dapat mencegah stress akademik dengan menerapkan koping yang baik secara adaptif, untuk institusi pendidikan agar bisa membuat kegiatan yang membangun kesehatan mental, untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi strategi koping.

Kata Kunci: Koping, Skripsi, Stress Akademik

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang mengikuti proses pendidikan di perguruan tinggi. Tanggung jawab yang dibebankan kepada mahasiswa dalam menempuh pendidikan tersebut sebagai tuntutan akademik dalam perguruan tinggi yang tidak jarang dapat menyebabkan kondisi stres bagi setiap mahasiswa itu sendiri (Siregar, 2020). Stres akademik merupakan



salah satu persepsi subjektif terhadap suatu kondisi akademik atau respon yang dialami mahasiswa yang berupa reaksi fisik, perilaku, pikiran, dan emosi negatif yang muncul akibat adanya tuntutan akademik dalam aktivitas pembelajaran menempuh pendidikan tinggi untuk mendapatkan gelar akademik (Yunalia et al., 2021).

Berdasarkan data dari organisasi kesehatan dunia (WHO), prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan merupakan penyakit terkait psikologis dengan peringkat ke-4 di dunia (Ambarwati et al., 2019). Selanjutnya data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional atau stres. Stres akademik sering terjadi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi yang dianggap sulit sebagai laporan tugas akhir, serta tugas-tugas lain yang diberikan dosen, demikian juga tuntutan dari diri sendiri sebagai ambisi untuk memiliki nilai yang memuaskan dan mendapatkan prestasi (Riadi, 2018). Hal itu bukanlah hal yang mudah bagi mahasiswa tingkat akhir untuk memenuhi syarat kelulusan.

Berbicara mengenai stres akademik, penting untuk meninjau kembali mengenai mekanisme koping yang dimiliki oleh mahasiswa. Koping menjadi salah satu tindakan untuk mengatasi stres, merupakan suatu upaya individu untuk mengatasi stres yang menekan akibat masalah yang dihadapi, dengan cara melakukan memiliki mekanisme koping yang adaptif maupun perilaku untuk memperoleh rasa aman dalam diri individu. Meskipun *stressor* besar, jika koping stres yang dijalankan adaptif pastinya akan mengarah pada hal yang baik demikian juga sebaliknya, karena setiap orang memiliki koping stres yang berbeda-beda dalam mengatasi masalah yang dihadapi. *Eustress* membuat individu mendapatkan motivasi karena merasa tertantang untuk menjadi individu yang lebih baik (Master, 2017).

Strategi koping menurut Stuart & Sundeen, (1998) dapat digolongkan menjadi dua yaitu: strategi koping adaptif dan strategi koping maladaptif. Strategi koping adaptif adalah strategi yang mendukung fungsi integrasi, pembelajaran dan pencapaian tujuan. Jenis strategi koping adaptif adalah pemecahan masalah secara efektif, dan aktivitas konstruktif, kecemasan dipandang sebagai tanda peringatan dan individu menerima itu sebagai tantangan untuk dihadapi, memilih strategi yang tepat dan menerima dukungan orang lain. Sedangkan koping maladaptif adalah suatu keadaan yang membuat individu melakukan koping yang kurang baik sehingga tidak dapat menghadapi *stressor* dan kesulitan untuk beradaptasi dengan situasi yang sangat menekan pada individu.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Larasati et al. (2022) jenis koping yang paling dominan digunakan mahasiswa dalam menghadapi stres akademik adalah jenis koping adaptif yakni 65,5%. Strategi koping paling dominan yang digunakan oleh mahasiswa yaitu *Problem focus coping* (PFC) sebanyak 62,1%. Hal tersebut sejalan dengan teori keperawatan Dorothy E. Johnson mengatakan bahwa manusia berusaha menjaga keseimbangan dalam bagian-bagian kehidupan melalui pengaturan dan adaptasi terhadap kekuatan yang mereka alami (Elon et al., 2021). Teori Callista Roy juga mengatakan adaptasi mengacu pada proses dan hasil dimana pemikiran dan perasaan seseorang, sebagai individu atau kelompok, menggunakan kesadaran dan pilihan untuk menciptakan integrasi manusia dan lingkungan (Alligood, 2007). Namun, belum banyak studi yang membandingkan strategi koping mahasiswa tingkat akhir antar fakultas pada konteks kampus berbasis nilai keagamaan.

Studi pendahuluan melalui survei awal yang peneliti lakukan dengan teknik wawancara pada 15 mahasiswa Fakultas Keperawatan, Ilmu Komputer, Keguruan dan Ilmu Pendidikan,



Ekonomi dan Bisnis, dan Filsafat yang sedang menyusun skripsi di Universitas Klabat. Hasil wawancara pada masing-masing mahasiswa, lima mahasiswa Fakultas Keperawatan menyatakan dalam menanggulangi stress karena skripsi upaya yang dilakukan yaitu mengerjakan skripsi dengan bertahap, apa yang bisa kerjakan itu yang akan dikerjakan terlebih dulu, tidur, makan, istirahat, buat *deadline* sendiri agar produktif dan jalan-jalan ataupun mencari tempat yang nyaman seperti cafe. Hasil survei yang didapati tiga mahasiswa Fakultas Ilmu Komputer menyatakan luangkan waktu yang buat suasana hati bahagia, melakukan hobi, makan, minum, memasak dan lakukan waktu dengan teman-teman, istirahat beberapa menit, tidur, dengar lagu, *scroll* tiktok, ada juga yang menerapkan teknik istirahat dalam 20 menit kemudian melanjutkan mengerjakan skripsi lagi supaya lebih teratur, sedangkan dua mahasiswa Fakultas Filsafat mengatakan mengerjakan skripsi ketika stress selesai dengan *step by step*, istirahat, makan, menghabiskan waktu dengan orang-orang terimakasih, dan juga berdoa. Selain itu dua Mahasiswa Fakultas Pendidikan, menyatakan jika stres menyelesaikan skripsi maka berdoa, harus yakin bahwa skripsi ini akan selesai (percaya diri), jangan cepat menyerah, baca-baca jurnal untuk mendapatkan referensi yang lain, sedangkan mahasiswa tiga Fakultas Ekonomi dan Bisnis mengatakan dengan tidur sehingga stres dapat ditanggulangi.

Berdasarkan fakta yang didapatkan di setiap masing-masing mahasiswa hal yang tidak diinginkan dari stres akademik yaitu mahasiswa memiliki koping yang maladaptif yang membuat mahasiswa menjadi cemas, depresi, rendah diri, masalah emosional dan mengambil keputusan untuk berhenti berkuliah. Identifikasi mekanisme koping berdasarkan bidang ilmu atau fakultas menjadi penting untuk dilakukan agar dapat diperoleh gambaran yang lebih spesifik dan kontekstual mengenai bagaimana mahasiswa merespons tekanan akademik sesuai dengan latar belakang keilmuannya. Temuan tersebut tidak hanya akan memperkaya pengetahuan mengenai variasi strategi koping antar bidang studi, tetapi juga berimplikasi pada pengembangan intervensi promotif dan preventif yang lebih tepat sasaran dalam lingkup pendidikan tinggi.

MATERIAL DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan oleh peneliti yaitu survei analitik melalui pendekatan *cross-sectional* dengan model komparatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan koping pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas Klabat tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi dengan jumlah 330. Penelitian dengan menggunakan sampel lebih menguntungkan dibanding dengan penelitian yang menggunakan populasi dimana penelitian yang menggunakan sampel lebih banyak keuntungan yaitu hemat biaya, waktu, dan tenaga (Masturoh & Anggita, 2018). Sampel dalam penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir pada tahun 2023/2024 yang sedang menyusun skripsi di Universitas Klabat dan yang aktif berkuliah pada tahun 2023/2024 pada semester genap tahun ajaran 2023/2024. Berdasarkan hasil perhitungan yang menggunakan rumus slovin didapati bahwa besar sampel minimal 181 mahasiswa.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014). Peneliti menggumpulkan data 236 responden yang artinya melebihi besar sampel minimal. Peneliti menerapkan kriteria pada subjek penelitian yaitu kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir yang sedang aktif berkuliah pada semester genap tahun 2023/2024 dan mahasiswa yang sedangkan kriteria eksklusi yaitu



mahasiswa yang tidak aktif berkuliah atau sedang cuti dalam perkuliahan dan mahasiswa yang tidak bersedia berpartisipasi dengan tidak menandatangani *informed consent*.

Dalam penelitian ini instrumen yang peneliti gunakan adalah kuesioner, untuk mengukur variabel coping stres diadopsi dari Azahra (2017) berdasarkan teori dua fungsi coping stress menurut Lazarus dan Folkman yaitu *problem focused coping (PFC)* dan *emotion focused coping (EFC)*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner terdiri dari 36 pernyataan dengan aspek *Problem focus coping* untuk pernyataan yang bersifat *Favorable* akan mendapatkan nilai 4 Sangat sesuai, 3 Sesuai, 2 Tidak Sesuai, 1 Sangat Tidak Sesuai, sedangkan pada pernyataan yang bersifat *Unfavourable* akan mendapatkan nilai 1 Sangat sesuai, 2 Sesuai, 3 Tidak Sesuai, 4 Sangat tidak sesuai. Kuesioner coping stres telah dilakukan uji validitas dengan jumlah pernyataan 44 item, hasilnya didapati 8 pernyataan yang tidak valid sehingga tidak diikutsertakan dalam kuesioner penelitian (36 item pernyataan yang valid dengan nilai validitas r hitung $>$ dari nilai r tabel). Uji reliabilitas didapati nilai Cronbach's alpha sebesar $0,91 > 0,7$ sehingga kuesioner tersebut dinyatakan reliabel (Taber, 2017).

Penelitian ini telah mendapat ijin dari Komite penelitian Fakultas Keperawatan Universitas Klabat dengan Nomor: 246/KP-FKEP.UNKLAB/PJP/III/23. Selanjutnya peneliti terlebih dahulu mengambil surat izin penelitian di fakultas, kemudian meminta persetujuan dari Wakil Rektor Bidang Akademik Universitas Klabat. Setelah itu, peneliti mengajukan izin kepada dekan atau dosen yang mengajar mata kuliah skripsi untuk mendapatkan data mahasiswa yang sedang mengambil skripsi. Selanjutnya, peneliti mengunjungi kelas, meminta izin kepada dosen untuk membagikan *link* kuesioner, serta menjelaskan prosedur pengisian *Google Form* kepada responden. Pada bagian awal kuesioner terdapat pernyataan persetujuan dari responden. Responden diberikan waktu untuk mengisi kuesioner dan kesempatan bertanya jika diperlukan. Setelah kuesioner terkumpul, peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden dan dosen. Bagi mahasiswa yang tidak hadir, peneliti menghubungi mereka melalui *WhatsApp* untuk meminta izin mengisi kuesioner.

Data yang terkumpul diolah dan dianalisis secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi untuk menggambarkan variabel berskala kategori. Untuk analisis komparatif digunakan Kruskal-Wallis karena jumlah kategori variabel independen lebih dari dua, dan distribusi data variabel dependen yang berskala numerik tidak normal dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov (sampel > 50) dengan hasil nilai sig. didapati $< 0,05$. Oleh karena itu peneliti memilih jenis analisis non-parametrik tersebut untuk menguji adanya perbedaan yang signifikan terkait mekanisme coping mahasiswa tingkat akhir berdasarkan fakultas.

HASIL

Hasil analisis gambaran mekanisme coping mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi di Universitas Klabat dapat dilihat pada tabel 1, menunjukkan dari 236 mahasiswa di Universitas Klabat yang sedang menyusun skripsi di dapati, Fakultas Filsafat terdapat 14 mahasiswa (100%) dengan coping yang sangat baik. Sedangkan Fakultas Ekonomi dan Bisnis terdapat 16 mahasiswa (100%) dengan coping yang sangat baik, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan terdapat 39 mahasiswa (100%) dengan coping yang sangat baik. Sedangkan Fakultas Keperawatan, terdapat 85 mahasiswa fakultas keperawatan (98,8%) dengan kategori coping yang sangat baik, sedangkan hanya terdapat 1 mahasiswa (1,2%) dengan kategori coping yang baik. Kemudian Fakultas Ilmu Komputer terdapat 80 mahasiswa (98,8%) dengan coping yang sangat baik sedangkan hanya terdapat 1 mahasiswa (1,2%) dengan coping yang baik.



Tabel 1 Gambaran Mekanisme Koping Mahasiswa Tingkat Akhir

Fakultas	Kategori Mekanisme Koping					
	Sangat Baik		Baik		Total	
	f	%	f	%	f	%
Keperawatan	85	98,8	1	1,2	86	100
Filsafat	14	100	0	0	14	100
Ilmu Komputer	80	98,8	1	1,2	81	100
Ekonomi dan Bisnis	16	100	0	0	16	100
Keguruan dan Ilmu Pendidikan	39	100	0	0	39	100
Total	234	99,2	2	0,8	236	100

Dengan demikian sebagian besar mahasiswa di Universitas Klabat yang sedang menyusun skripsi khususnya yang terlibat dalam penelitian ini berada di kategori koping yang sangat baik dan mayoritas berada pada Fakultas filsafat, Ekonomi Bisnis, Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Keperawatan, Ilmu Komputer, dalam proses mengerjakan skripsi. Hasil analisis perbedaan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi pada setiap fakultas di Universitas Klabat, dapat dilihat seperti pada tabel 2.

Tabel 2 Perbedaan Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir

Variabel	P-Value
Koping mahasiswa tingkatv akhir berdasarkan fakultas	0,038

Pada tabel 2 menunjukan bahwa hasil uji statistik Kruskal-Wallis dengan nilai $p = 0,038 < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan koping yang bermakna pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi pada setiap fakultas di Universitas Klabat. Analisis lanjut berdasarkan jawaban tertinggi responden pada item-item pertanyaan dalam kuesioner dapat dilihat pada penjabaran tabel 3.

Tabel 3 Perbedaan Aspek Mekanisme Koping yang Dominan Berdasarkan Fakultas

Fakultas	Nilai Rata-rata		Nomor Item Koping Yang Dominan
	PFC	EFC	
Keperawatan	2,95	3,08	34. Saya meyakini bahwa Tuhan tidak akan memberi masalah diluar batas kemampuan hamba-Nya dalam penyelesaian skripsi
Filsafat	3,08	3,24	18. Saya percaya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik, walaupun sering merasa terpuruk
Ilmu Komputer	2,92	3,04	16. Saya ingin dosen pembimbing mendukung topik penelitian yang saya buat.
Ekonomi dan Bisnis	3,15	3,16	28. Saya tetap mengerjakan tugas yang sudah menjadi tanggung jawab saya selain penyelesaian skripsi.



Keguruan dan Ilmu Pendidikan	3,00	3,15	34. Saya meyakini bahwa Tuhan tidak akan memberi masalah diluar batas kemampuan hamba-Nya dalam penyelesaian skripsi.
------------------------------	------	------	---

Hasil penelitian pada tabel 3 terlihat bahwa pada seluruh fakultas nilai rata-rata EFC lebih tinggi dibandingkan PFC. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung lebih banyak menggunakan strategi koping yang berfokus pada pengelolaan emosi dibandingkan langsung menyelesaikan masalah. Mahasiswa keperawatan dan keguruan cenderung mengandalkan keyakinan religius untuk menghadapi stres, sedangkan mahasiswa filsafat lebih menekankan pada keyakinan diri dalam menyelesaikan skripsi. Sementara itu, mahasiswa ilmu komputer lebih mengandalkan dukungan dosen pembimbing, serta mahasiswa ekonomi dan bisnis tetap berusaha menjalankan tanggung jawab lain di luar skripsi. Temuan ini menunjukkan adanya variasi mekanisme koping dominan sesuai dengan karakteristik masing-masing fakultas.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Septyari et al., 2022 yang mengatakan bahwa dari 102 mahasiswa memiliki koping yang adaptif dengan persentase 94,1% yang berarti memiliki koping di kategori yang baik bahkan sangat baik. Demikian juga sama seperti penelitian yang diteliti oleh Tamiya et al., (2022) dari 169 mahasiswa memperoleh 99,4% menggunakan mekanisme koping adaptif yang berarti koping yang dimiliki mahasiswa dalam kategori baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan juga oleh Wulandari et al., (2023) sebanyak 104 mahasiswa, 67% mahasiswa sebagian besar berada dalam kategori adaptif, sedangkan 33% mahasiswa memiliki koping yang maladaptif yang berarti koping yang dominan dimiliki mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan tugas akhir adalah mengarah pada kondisi yang baik.

Mekanisme koping adalah cara yang akan dilakukan individu untuk menyelesaikan suatu masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi serta respon terhadap masalah dan situasi yang terjadi pada individu (Ardyani Bunga, 2021). Dari beberapa item tersebut bahwa dapat dideskripsikan bahwa dominan mahasiswa memiliki koping yang sangat baik yang cenderung memiliki strategi koping yaitu *Emotional Focus Coping*, yang artinya meskipun mahasiswa tingkat akhir memiliki banyak tuntutan tugas akhir salah satunya skripsi tetapi mahasiswa masih memiliki koping yang sangat baik dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan pandangan Lazarus & Folkman (1984) strategi *emotional-focused coping* tidak berfokus pada perubahan situasi, melainkan pada usaha mengurangi ketegangan melalui modifikasi makna atau respon emosional yang diberikan individu terhadap peristiwa tersebut. Hal ini meliputi strategi seperti mencari dukungan sosial, penilaian kembali (*reappraisal*), dan penekanan emosional (*emotional suppression*). Tujuan utama dari koping emosional adalah untuk mengubah respons emosional individu terhadap situasi stresor. Menurut teori ini, koping emosional muncul ketika individu menghadapi situasi yang dianggap tidak dapat diubah. Dalam konteks ini, individu menggunakan strategi emosional untuk mengubah respons emosional mereka terhadap situasi yang menimbulkan stress.

Berdasarkan pengamatan dan tinjauan dari hasil penelitian yang didapati bahwa adanya perbedaan aspek koping yang dimiliki mahasiswa di Universitas Klabat dalam mencapai koping yang sangat baik dalam menyelesaikan skripsi. Dalam tabel 3 penelitian ini dapat dilihat bahwa secara umum mahasiswa cenderung lebih dominan memiliki koping *Emotional Focused Coping (EFC)* dibandingkan dengan *Problem Focused Coping (PCF)*. Sejalan dengan



penelitian yang diteliti oleh Burhan et al., (2022) bahwa terdapat koping bentuk *EFC* memiliki tingkat kebahagiaan lebih tinggi dibandingkan strategi koping dalam bentuk *PFC* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Menurut penelitian dari Nur'Alimah (2019), bahwa mekanisme koping yang dilakukan oleh mahasiswa BPI 2016, 2017 dalam menghadapi stres pada penyusunan skripsi di masa pandemi memiliki koping *EFC*. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saihu et al., (2021) dimana koping yang dimiliki mahasiswa terfokus pada *EFC* dan tidak banyak yang menggunakan *PCF* dimana mahasiswa merasa mampu dalam menulis skripsi sehingga tidak menjadi hal yang ditakutkan untuk menyelesaikan skripsi.

Sesuai dengan data pada tabel 3 terlihat adanya variasi item dominan yang mencerminkan jenis koping tiap fakultas. Mahasiswa Keperawatan serta Keguruan dan Ilmu Pendidikan (item 34) cenderung menggunakan koping emosi religius, ditunjukkan dengan keyakinan bahwa Tuhan tidak akan memberi masalah di luar batas kemampuan hamba-Nya. Mahasiswa Filsafat (item 18) lebih menekankan koping emosi berupa keyakinan diri, yaitu percaya dapat menyelesaikan skripsi meski dalam tekanan. Sementara itu, mahasiswa Ilmu Komputer (item 16) cenderung mengandalkan koping dengan berharap dukungan dosen pembimbing terhadap topik penelitian yang dipilih. Adapun mahasiswa Ekonomi dan Bisnis (item 28) menampilkan bentuk koping lain, yaitu tetap konsisten mengerjakan tugas akademik di luar skripsi sebagai bentuk tanggung jawab. Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun secara umum *EFC* lebih dominan, terdapat variasi pola koping sesuai karakteristik tiap fakultas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek *PFC* lebih rendah dibandingkan *EFC*. Kondisi ini diperkuat dengan budaya dan lingkungan kampus yang menekankan nilai religiusitas dan spiritualitas, sehingga mahasiswa lebih sering menggunakan mekanisme koping emosional seperti berdoa, mencari ketenangan batin, atau memperoleh dukungan sosial dari dosen dan komunitas rohani (Ding et al., 2021). Selain itu, pola hubungan akademik membuat mahasiswa cenderung bergantung pada arahan pembimbing, sehingga upaya penyelesaian masalah secara mandiri menjadi kurang dominan (Smart et al., 2024). Dengan demikian, konteks budaya religius dan lingkungan akademik berperan penting dalam kecenderungan mahasiswa menggunakan strategi koping yang tentunya perlu diteliti lebih lanjut.

Mayoritas mahasiswa tingkat akhir dari berbagai fakultas menunjukkan mekanisme koping yang sangat baik. Secara keseluruhan, 99,2% mahasiswa memiliki mekanisme koping yang sangat baik, sementara hanya 0,8% yang berada dalam kategori baik. Tidak ada mahasiswa yang termasuk dalam kategori kurang baik atau buruk. Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir telah mengembangkan strategi koping yang efektif dalam menghadapi tantangan akademik dan kehidupan. Fakultas Keperawatan dan Ilmu Komputer, yang memiliki tuntutan akademik tinggi, tetap menunjukkan persentase mekanisme koping yang sangat baik di atas 98%, menandakan adanya kesiapan mental dan dukungan yang baik dari lingkungan akademik maupun sosial. Fakultas lain seperti Filsafat, Ekonomi dan Bisnis, serta Keguruan dan Ilmu Pendidikan bahkan memiliki angka 100% dalam kategori sangat baik, mengindikasikan bahwa mahasiswa dari fakultas ini memiliki ketahanan psikologis yang optimal.

Temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan untuk mempertahankan dan meningkatkan program yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa, seperti layanan konseling, pelatihan manajemen stres, dan peningkatan dukungan sosial. Selain itu, penelitian lanjutan dapat dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang berkontribusi



terhadap tingginya mekanisme koping yang sangat baik pada mahasiswa, guna diaplikasikan dalam pembinaan mahasiswa baru atau tingkat yang lebih rendah. Perbedaan yang signifikan dalam mekanisme koping mahasiswa tingkat akhir berdasarkan fakultas, menunjukkan bahwa fakultas tempat mahasiswa menempuh pendidikan memiliki pengaruh terhadap strategi koping yang mereka gunakan. Implikasi dari temuan ini adalah bahwa faktor akademik, lingkungan sosial, serta tuntutan dari masing-masing fakultas dapat berkontribusi terhadap perbedaan mekanisme koping mahasiswa. Fakultas dengan beban akademik yang lebih tinggi atau tuntutan praktik yang lebih intensif mungkin menuntut mahasiswa untuk mengembangkan strategi koping yang lebih adaptif dibandingkan dengan fakultas yang memiliki tekanan akademik yang lebih ringan.

Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu mempertimbangkan pendekatan yang lebih spesifik dalam menyediakan dukungan psikologis dan pelatihan koping bagi mahasiswa, disesuaikan dengan karakteristik fakultas masing-masing. Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk mengeksplorasi faktor-faktor spesifik yang menyebabkan perbedaan ini, seperti dukungan sosial, beban akademik, dan akses terhadap layanan kesehatan mental, guna merancang intervensi yang lebih efektif bagi kesejahteraan mahasiswa. Setiap fakultas memiliki tantangan dan tekanan akademik yang berbeda, sehingga strategi koping yang digunakan pun beragam. Oleh karena itu, universitas perlu menyediakan program pendampingan dan bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa dari masing-masing fakultas, baik dalam bentuk pelatihan manajemen waktu, pengelolaan stres, maupun dukungan emosional untuk meningkatkan kesejahteraan dan efektivitas akademik mereka.

Hasil penelitian ini memberikan wawasan penting bagi dunia keperawatan, khususnya dalam proses asuhan keperawatan pada fase pengkajian di komunitas mahasiswa. Dalam konteks keperawatan komunitas, terutama dalam fase pengkajian, perawat dapat menggunakan temuan ini untuk mengidentifikasi faktor risiko psikososial mahasiswa, mengembangkan intervensi berbasis fakultas, dan meningkatkan promosi kesehatan mental di kampus. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya peran keperawatan komunitas dalam melakukan pengkajian menyeluruh terhadap mekanisme koping mahasiswa. Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang pola koping berdasarkan fakultas, intervensi keperawatan dapat lebih tepat sasaran dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan akademik mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang didapati melalui penelitian yang telah dilakukan, kesimpulan yang bisa diambil yaitu gambaran koping mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi di Universitas Klabat dominan berada pada kategori sangat baik. Mekanisme koping pada aspek emosional lebih dominan dibandingkan aspek pemecahan masalah. Terdapat perbedaan koping yang bermakna mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi di Universitas Klabat berdasarkan fakultas. Namun, hasil penelitian ini tentunya memiliki keterbatasan karena teknik sampling bersifat non-probabilitas sehingga tidak serta merta dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih besar.

Mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan koping yang lebih baik secara adaptif terlebih dalam hal menjaga dan mempertahankan keseimbangan secara emosional dalam menyelesaikan skripsi. Demikian juga diharapkan bagi mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan skripsi berdasarkan aspek masalah yang dihadapi melalui konsultasi dengan pembimbing, berdiskusi dengan teman atau bahkan mencari dukungan dari sumber lain yang memungkinkan mahasiswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi.



Diharapkan penelitian ini bisa menjadi bahan referensi ataupun bacaan di perpustakaan di Universitas Klabat, Fakultas dapat terus memperkuat program dukungan pembinaan bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ini termasuk pemberian saran, bimbingan dan dukungan emosional yang intensif, terutama kepada mahasiswa yang mungkin menghadapi kesulitan dalam proses penyusunan skripsi, Fakultas dapat mendorong mahasiswa yang telah berhasil dalam menyelesaikan skripsi untuk berbagi pengalaman dan strategi koping terbaik mereka kepada mahasiswa lain. Meskipun mayoritas mahasiswa memiliki tingkat koping yang sangat baik, koping harus terus-menerus dapat mempertahankan guna untuk membantu mengembangkan keterampilan dan mengatasi untuk mengatasi stres dan tekanan yang mungkin muncul selama proses penyusunan skripsi. Antara fakultas juga dan institusi dapat merencanakan program dukungan yang disesuaikan dengan kebutuhan khususnya masing-masing fakultas baik memilih koping PFC atau EFC.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang sama, diharapkan untuk mencari referensi teori lebih banyak dan temuan-temuan baru yang berkaitan dengan judul penelitian. Disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi strategi koping, terlebih dapat menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan hasil yang lebih spesifik terkait koping mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, M. R. (2007). Nursing Theorists and Their Work. In *Contemporary Nurse* (8th ed., Vol. 24, Issue 1). ELSEVIER. <https://doi.org/10.5172/conu.2007.24.1.106a>
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>
- Ardyani B, Putri. G. K. (2021). Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor1. Ardyani Bunga PGK. Mekanisme Koping Pada Remaja Di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor. Indonesia. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 1(1), 43–50. <https://journal.khj.ac.id/index.php/ijons/article/view/10>
- Azahra, J. S. (2017). *Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Pendidikan Psikologi*.
- Burhan, Z. R., Asmulyani, & Firdaus, F. (2022). Perbedaan Strategi Coping Terhadap Kebahagiaan Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(4).
- Ding, Y., Fu, X., Liu, R., Hwang, J., Hong, W., Wang, J. (2021). The Impact of Different Coping Styles on Psychological Distress during The Covid-19: The Mediating Role of Perceived Stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.18(20). doi: 10.3390/ijerph182010947
- Elon, Y., Malinti, E., Sihombing, R. M., Rukmi, D. K., & Tandilangi, A. A. (2021). *TEORI DAN MODEL KEPERAWATAN* (R. Watrianthos & J. Simarmat (eds.)). Yayasan Kita Menulis.
- Kountul, Y., Kolibu, F., & Korompis, G. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan



Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS*, 7(5), 1–7.

Larasati, R. L. W., Sunarto, Sumanigsih, R., & Ngestiningrum, A. H. (2022). *Strategi dan Jenis Koping Mahasiswa dalam Menghadapi Stres Akademik*. 12(1), 294–300.

<http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik>

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*.

[https://books.google.co.id/books?id=i-](https://books.google.co.id/books?id=i-ySQQUUp8C&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=one)

[ySQQUUp8C&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=one](https://books.google.co.id/books?id=i-ySQQUUp8C&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=one)
[page&q=coping type&f=false](https://books.google.co.id/books?id=i-ySQQUUp8C&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=one)

Master, W. (2017). *Atasi Stres dengan Manajemen Coping*. Warta Utama UAD.

<https://uad.ac.id/id/atasi-stres-dengan-manajemen-coping/>

Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Nur'Alimah, S. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Penyusunan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Mahasiswa BPI Tahun 2016 dan 2017). *Skripsi*, 19.

Riadi, M. (2018). *Penyebab, Gejala dan Terapi Stres Akademik*. Kajian Pustaka.

[https://www.kajianpustaka.com/2018/01/penyebab-gejala-dan-terapi-stres-](https://www.kajianpustaka.com/2018/01/penyebab-gejala-dan-terapi-stres-akademik.html)
[akademik.html](https://www.kajianpustaka.com/2018/01/penyebab-gejala-dan-terapi-stres-akademik.html)

Saihu, M., Abdushomad, M. A., & Darisma, E. (2021). Strategi Coping Stress Mahasiswa Dalam Penulisan Skripsi. *Alim | Journal of Islamic Education*, 3(1), 63–74.

<https://doi.org/10.51275/alim.v3i1.200>

Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi pada Masa Pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.403>

Siregar, C. T. (2020). *Manajemen Komplikasi Pasien Hemodialisa* (R. A. Ariga (ed.); 1st ed.). CB BUDI UTAMA.

Smart, I., McCabe, M., Bird, L. J., Byrne, M. L., Cornish, K. (2024). Australian University Student Coping Profiles and Psychosocial Distress: A Latent Profile Analysis. *Studied in Higher Education*. 50 (1). <https://doi.org/10.1080/03075079.2024.2329748>

Stuart, G. W., & Sundeen, S. J. (1998). *Buku saku keperawatan jiwa* (A. Y. S. Hamid, A. Y. S. Hamid, & S. J. Sundeen (eds.); 3rd ed.). Jakarta : EGC, 1998.

Sugiyono. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.

Taber, K. S. (2017). The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>

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>

- Wulandari, P. R., Priasmoro, D. P., & Laksono, B. B. (2023). Gambaran Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi D-III Keperawatan dalam Penyusunan Karya Tulis Ilmiah di ITSK RS dr. Soepraoen. *Nursing Information Journal*, 3(1), 13–18. <https://doi.org/10.54832/nij.v3i1.324>
- Yunalia, E. M., Ayani, I., Suharto, I. P. S., & Susilowati, S. (2021). Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan dengan Tingkat Stres akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 869–878. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8559>