



**HUBUNGAN TINGKAT STRES, TIPE KEPERIBADIAN, DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN MEKANISME KOPING PADA  
MAHASISWA TINGKAT SATU BOARDING SCHOOL FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM AL-AZHAR 2024**

*The Relationship of Stress Level, Personality Type and Social Support with  
Coping Mechanism in First Level Students of Boarding School Faculty of  
Medicine Al Azhar Islamic University 2024*

**Muhammad Fathurrohman Faisal<sup>1</sup>, Irwan Syuhada<sup>2</sup>, Wendy Handayani<sup>3</sup>,  
Ronanarasafa<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Al-Azhar

**Email: Syuhada\_irwann@yahoo.co.id**

**Abstract**

*A coping mechanism is a way used to deal with the stress or pressure faced. Coping strategies are different for each individual, one of which is carried out by students, especially medical students who are prone to experiencing stress. The factors that determine which coping mechanisms are most often used depend greatly on the level of stress experienced. The coping mechanisms used can also be influenced by a person's personality type. Apart from personality type, social support can also influence individual coping mechanisms. The aim of this research was to determine the relationship between stress levels, personality type, and social support with the coping mechanisms of First Level Boarding School Students, Faculty of Medicine, Al-Azhar Islamic University, Mataram. This type of research is observational analytic with a cross sectional approach. The population in this study was all first year boarding school students at the Faculty of Medicine, Al-Azhar Islamic University, Mataram, totaling 109 students. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 62 undergraduate boarding school students at Al-Azhar Islamic University, Mataram. The results of the analysis showed that 74.2% of students used adaptive coping mechanisms, 62.9% of students had moderate stress levels, 88.7% of students had introverted personality types, and 66.1% of students received high levels of social support. The results of the Chi Square test show that there is a relationship between coping mechanisms and stress level with a value of  $P = 0.002$  ( $P < 0.005$ ), there is also a relationship between coping mechanisms and personality type with a value of  $P = 0.044$  ( $P < 0.005$ ) and there is no relationship between coping mechanisms and social support with a value of  $P = 0.568$  ( $P > 0.05$ ).*

**Keywords:** *Coping mechanisms, stress levels, personality type, social support*

**Abstrak**

*Mekanisme koping merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengatasi rasa stres atau tekanan yang dihadapi. Strategi koping berbeda-beda pada setiap individunya, salah satunya yang dilakukan oleh mahasiswa khususnya mahasiswa kedokteran yang rentan mengalami stres. Faktor yang menentukan mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat bergantung pada sejauh mana tingkat stres yang di alami. Mekanisme koping yang digunakan juga dapat dipengaruhi oleh tipe kepribadian seseorang. Selain tipe kepribadian, dukungan sosial juga dapat mempengaruhi mekanisme koping individu. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres, tipe kepribadian, dan dukungan sosial dengan mekanisme koping Mahasiswa Tingkat Satu Boarding School Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Jenis*

penelitian ini adalah analitik obeservasional dengan pendekatan cross sectional. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram sejumlah 109 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 62 mahasiswa tingkat satu boarding school Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Hasil analisis menunjukkan 74,2% mahasiswa menggunakan mekanisme koping adaptif, 62,9% mahasiswa dengan tingkat stres sedang, 88,7% mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert, dan 66,1% mahasiswa mendapatkan dukungan sosial kategori tinggi. Hasil uji Chi Square menunjukkan terdapat hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres dengan nilai  $P = 0,002$  ( $P < 0,005$ ), juga terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tipe kepribadian dengan nilai  $P = 0,044$  ( $P < 0,005$ ) dan tidak terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan dukungan sosial dengan nilai  $P = 0,568$  ( $P > 0,05$ ).

**Kata Kunci:** Mekanisme koping, tingkat stres, tipe kepribadian, dukungan sosial

## PENDAHULUAN

Mekanisme koping merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengatasi rasa stres atau tekanan yang dihadapi. Strategi koping berbeda-beda pada setiap individunya, salah satunya yang dilakukan oleh mahasiswa kesehatan. Mahasiswa kesehatan mengalami tuntutan dari akademik, sosial, maupun dari keluarganya (Nur, 2023). Mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa kedokteran merupakan mahasiswa yang lebih rentan mengalami stres akademik (Ariesta, 2023). Dalam kondisi yang tertekan, mahasiswa kedokteran akan berusaha untuk beradaptasi dan menyelesaikan masalahnya dengan melakukan koping. Mekanisme koping merupakan upaya individu yang dilakukan dalam mengatasi permasalahan dalam kehidupan, salah satunya permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yaitu stres (Maharani, 2023). Penggunaan mekanisme koping yang adaptif penting untuk diterapkan oleh mahasiswa untuk mengatasi stres akademik yang dialami (Yunalia, 2021).

Secara teori, koping berkaitan erat dengan stres. Koping di definisikan sebagai strategi perilaku kognitif yang digunakan oleh individu untuk mengatasi situasi yang penuh stres. Oleh karena itu, mahasiswa menggunakan sejumlah strategi koping untuk mengatasi stres dan untuk menjaga kesejahteraan (Yunalia, 2021). Setiap individu dalam kehidupan sehari-hari tidak dapat terlepas dari stres. Stres adalah sesuatu yang terasa menekan dalam diri individu. Stres bisa terjadi pada berbagai macam tingkat usia dan pekerjaan termasuk juga pada mahasiswa (Ahmad, 2022). Dalam hal ini tingkat stres terbagi menjadi tiga tingkatan, yaitu stres berat, stres sedang dan stres ringan (Potter & Patricia A, 2008). Tingkat stres yang paling umum dialami mahasiswa merupakan tingkat stres akademik, adanya perubahan pola hidup yang sedemikian rupa menjadi beban tambahan selain beban akademik bagi mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami stres tingkat berat lebih besar yaitu 90% dibanding mahasiswa dengan tingkat stres sedang sebanyak 10% (Efendi, 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi tingkat stres cukup tinggi dimana hampir 235 juta penduduk dunia mengalami stres, serta stres juga merupakan penyakit dengan peringkat ke 4 di dunia. Menurut data kemenristek sebesar 55% masyarakat di Indonesia mengalami stres dengan kategori tingkat stres sangat berat 0,8% dan stres ringan sebesar 34,5% (Direja, 2020). Dalam data laporan nasional Riskeddas tahun 2018 tingkat depresi

di provinsi NTB sebanyak 8,79% sedangkan kota Mataram data tingkat depresi masyarakatnya mencapai 8,11%. Oleh karena itu dibutuhkan suatu upaya untuk menangani tingkat stres dengan penggunaan mekanisme koping (Yunalia *et al*, 2021). Reaksi terhadap tingkat stres mendorong individu menggunakan mekanisme koping yang berorientasi pada masalah dan berfokus pada emosi. Selain tingkat stres, mekanisme koping yang digunakan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah tipe kepribadian.

Tipe kepribadian ialah sebagai organisasi faktor-faktor biologis, psikologis dan sosiologis yang mendasari perilaku seorang individu (Roucek dan Warren, 1984). Dalam definisi lain kepribadian adalah berbagai perilaku berbeda yang dimiliki setiap orang dalam satu, dua atau lebih kategori menurut pola sifat yang dekat termasuk adaptasi terhadap situasi dan kondisi yang ada di lingkungannya (Rudianti, 2021). Mengetahui tipe kepribadian sangatlah dibutuhkan bagi setiap mahasiswa dalam menghadapi permasalahan baik secara pribadi maupun perkuliahan (Azahra, 2022). Oleh sebab itu kepribadian merupakan kesatuan ruang lingkup yang dapat membimbing individu dalam menyesuaikan diri pada lingkungan fisik yang mencakup baik pikiran, perasaan dan perilaku dalam keadaan sadar ataupun tidak sadar, serta lingkungan sosial. Selain kepribadian, bahwa dukungan sosial juga dapat menjadi penahan dari tingkat stres, dapat menurunkan ancaman bahaya tingkat stres dengan cara strategi koping seperti penarikan diri, pengabaian, dan sebagainya (Tao *et al*, 2000).

Dukungan sosial merupakan salah satu cara untuk mengurangi tingkat stres pada mahasiswa. Mahasiswa juga membutuhkan orang lain untuk mendukung dan memberi dorongan semangat dalam menghadapi tekanan dan tingkat stres akademik yang dialami. Terdapat banyak faktor yang dapat menurunkan tingkat stres, salah satunya adalah dukungan sosial (Weiten & Lloyd dalam Salmon & Santi, 2021). Dukungan sosial menjadi aspek penting yang menjadi penengah saat mahasiswa menghadapi stressor (Palupi dan Chusairi, 2023). Dukungan sosial membuat seseorang merasa nyaman, didukung, dicintai ketika dalam kondisi stres, membangkitkan harga diri, kompeten, bernilai dan membuat seseorang merasa mampu dalam menghadapi rintangan saat melakukan kegiatan (Rahadiansyah & Chusairi, 2021).

Fenomena di lapangan menunjukkan sebagian besar mahasiswa yang mengalami stres disebabkan karena mereka menilai adanya tuntutan akademik yang cukup tinggi pada dirinya (Kirana, 2022). Tuntutan akademik tersebut berkaitan dengan adanya ekspektasi akademik, adanya tuntutan perkuliahan, dan adanya persepsi dirinya yang kurang mampu dalam memenuhi tuntutan akademik yang sedang di tempuh. Salah satu tuntutan akademik yang dialami oleh mahasiswa yaitu adanya peraturan-peraturan yang di buat oleh setiap perguruan tinggi. Setiap perguruan tinggi mempunyai aturan masing-masing yang diterapkan pada mahasiswanya. Salah satu perguruan tinggi yang mempunyai aturan adalah Universitas Islam Al-Azhar yaitu aturan mewajibkan mahasiswa tingkat satu untuk tinggal di *boarding school* mahasiswa.

Asrama mahasiswa merupakan salah satu program yang di jalankan oleh Universitas Islam Al-Azhar Mataram yang berfokus pada pembentukan karakter. Asrama ini di bangun sebagai tempat tinggal mahasiswa yang lebih terjangkau dengan lokasi yang strategis. Di *boarding school* ada keragaman identitas, kebersamaan, dan juga pembentukan karakter. Dengan beragamnya karakter yang

dimiliki masing-masing individu sesekali akan menimbulkan beberapa masalah psikologis.

Dalam penelitian terdahulu oleh Siregar (2022) hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping pada mahasiswa. Selain itu dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Darsa (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan koping stres pada mahasiswa. Juga pada penelitian terdahulu oleh Kirana (2022) mendapatkan hasil bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa. Penelitian oleh Azahra (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi koping pada mahasiswa. Selain penelitian yang telah disebutkan di atas terdapat beberapa penelitian terdahulu yang memiliki hasil berbeda diantaranya penelitian oleh Pasaribu (2020) dengan hasil tidak terdapatnya hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping. Juga pada penelitian oleh Lismayanti dkk (2021) dengan hasil tidak adanya hubungan antara tipe kepribadian dengan mekanisme koping. Selain itu pada penelitian oleh Maharani (2023) dengan hasil tidak terdapatnya hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres.

Berdasarkan studi pendahuluan, populasi mahasiswa kedokteran Unizar semester awal sebanyak 109 mahasiswa. Mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa yang sedang mengalami masa transisi peran dari siswa menjadi mahasiswa. Berdasarkan teori perkembangan psikososial Erikson (1989) fase perkembangan psikososial terbagi dalam beberapa fase, pada fase ke IV yaitu *identity and role confusion* (usia 12-18 tahun) seseorang akan menjalani proses pencarian identitas diri. Rentang usia tersebut identik dengan usia peralihan dari peran siswa menjadi mahasiswa baru dimana tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa semester awal dapat memicu tingkat stres bagi mahasiswa. Stres yang dirasakan oleh mahasiswa terutama mahasiswa tahun pertama diakibatkan oleh adanya tuntutan serta tanggung jawab terkait dengan akademik (Hamzah, 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Inama (2021) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa semester awal yaitu 72,1%. Salah satu penyebab dari tingkat stres yang tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun pertama adalah padatnya jadwal perkuliahan dan praktikum (Alfiana, 2023). Penelitian yang dilakukan Rahmayani, et.al (2017) didapatkan hasil 71,3% mahasiswa tahun pertama atau semester 1 mengalami stres. Adapun berdasarkan hasil penelitian Roni, et.al (2017) bahwa tingkat stres berdasarkan alasan memilih fakultas kedokteran dengan minat sendiri dan mengalami tingkat ringan mencapai 54,82%. Adapun menurut hasil penelitian Rizki, et.al (2017) alasan mahasiswa mengalami stres dipicu karena tidak tinggal dengan orang tua atau tinggal di *boarding school* hal ini mencapai tingkat lebih tinggi 24,5%.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres, Tipe Kepribadian dan Dukungan Sosial dengan Mekanisme *Koping* pada Mahasiswa Tingkat Satu *Boarding School* Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar 2024”.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah analitik obeservasional dengan pendekatan cross sectional. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat

satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram sejumlah 109 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah sampel sebanyak 62 mahasiswa tingkat satu boarding school Universitas Islam Al-Azhar Mataram.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Analisis Univariat Karakteristik Responden**

Distribusi frekuensi responden berdasarkan rentang usia menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 18 responden usia 18 tahun dengan persentase 29,0%, 35 responden usia 19 tahun dengan persentase 56,5%, 7 responden usia 20 tahun dengan persentase 11,3%, dan 2 responden usia 21 tahun dengan persentase 3,2%.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 25 responden berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 40,3% dan sisanya yaitu 37 responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 59,7%.

### **Analisis Univariat Mekanisme Koping, Tingkat Stres, Tipe Kepribadian, dan Dukungan Sosial**

Distribusi frekuensi variabel penelitian berdasarkan mekanisme koping menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 46 responden dengan persentase 74,2% memiliki mekanisme koping adaptif dan 16 responden dengan persentase 25,8% memiliki mekanisme koping maladaptif. Hal ini menunjukkan bahwa persentase responden yang memiliki mekanisme koping adaptif lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif.

Distribusi frekuensi variabel responden berdasarkan tingkat stres menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 14 responden dengan persentase 22,6% kategori tingkat stres ringan, 39 responden dengan persentase 62,9% kategori tingkat stres sedang dan 9 responden lainnya dengan persentase 14,5% kategori tingkat stres berat.

Distribusi frekuensi variabel penelitian responden berdasarkan tipe kepribadian menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 55 responden dengan persentase 88,7% memiliki tipe kepribadian introvert sedangkan 7 responden lainnya dengan persentase 11,3% memiliki tipe kepribadian ekstrovert. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat satu yang tinggal di boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram memiliki tipe kepribadian introvert.

Distribusi frekuensi variabel penelitian berdasarkan dukungan sosial menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 3 responden dengan persentase 4,8% memiliki dukungan sosial rendah, 18 responden dengan persentase 29,0% memiliki dukungan sosial sedang dan 41 responden lainnya dengan persentase 66,1% memiliki dukungan sosial tinggi. Dalam hal ini berarti 66,1% mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram telah mendapatkan dukungan sosial dengan kategori tinggi.

### **Analisis Univariat Variabel berdasarkan Mekanisme Koping**

Distribusi frekuensi variabel penelitian berdasarkan mekanisme koping menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 46 responden dengan persentase 74,2% memiliki mekanisme koping adaptif dan 16 responden dengan persentase 25,8% memiliki mekanisme koping maladaptif. Hal ini menunjukkan bahwa

persentase responden yang memiliki mekanisme koping adaptif lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif. Koping dapat dikatakan sebagai proses individu dalam mengelola ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu tersebut dalam situasi stres. Semakin baik pengelolaan stres atau tekanan yang dirasakan maka semakin baik pula mekanisme koping yang dilakukan (Lavari, et al., 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2021) yang menunjukkan hasil responden yang memiliki mekanisme koping adaptif lebih besar yaitu 69 responden (57,5%) dibandingkan responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 51 responden (42,5%) yang membuktikan bahwa penanggulangan tekanan atau stres responden pada penelitian tersebut sudah baik. Setiap individu memiliki koping yang berbeda yang dipengaruhi oleh nilai, kepercayaan dan pencapaian yang ingin diraih serta dapat dipengaruhi oleh tingkat stres, tipe kepribadian, dan dukungan sosial. 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 (Siregar, 2022).

Mekanisme koping adaptif bersifat konstruktif dan merupakan cara yang efektif serta realistis dalam menangani masalah psikologi untuk kurun waktu yang lama. Metode ini meliputi berbicara dengan orang lain, misalnya kepada teman, keluarga atau profesi tentang masalah yang dihadapi, mencari informasi lebih banyak tentang masalah yang dihadapi, dan menyelesaikan masalah. Koping dipandang sebagai suatu faktor penyeimbang yang dapat membantu individu beradaptasi dengan kondisi yang menekan dan dapat menimbulkan stres (dewi, 2023). Mekanisme koping adaptif dapat menimbulkan respon positif yang membuat individu dapat mencapai keadaan seimbang dan memperkuat kesehatan fisik serta psikologisnya, sedangkan mekanisme koping maladaptif adalah mekanisme koping yang dapat menghambat fungsi integrasi dan menimbulkan respon negatif (Stuart, 2013). Hal tersebut berarti dalam penelitian ini 46 dari 62 mahasiswa tingkat satu boarding school fakultas kedokteran universitas islam al-azhar mataram telah mampu menciptakan respon positif terhadap permasalahan yang dialaminya. Mekanisme koping yang dilakukan untuk menghindari masalah yang baru, mereka selalu menanamkan keyakinan positif pada diri sendiri, mencoba menerima kenyataan, meningkatkan aktivitas ibadah dan berusaha menghilangkan perasaan tertekan (Esteves & Lopez, 2019).

#### **Analisis Univariat Variabel berdasarkan Tingkat Stres**

Distribusi frekuensi variabel responden berdasarkan tingkat stres menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 14 responden dengan persentase 22,6% kategori tingkat stres ringan, 39 responden dengan persentase 62,9% kategori tingkat stres sedang dan 9 responden lainnya dengan persentase 14,5% kategori tingkat stres berat. Dari hasil tersebut terlihat bahwa persentase responden dengan tingkat stres sedang lebih besar dari pada responden tingkat stres ringan dan tingkat stres berat. Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, hal ini menguntungkan dan juga dapat merugikan. Stres dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa. Mahasiswa dengan kesulitan menyesuaikan diri dapat menjadi stressor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi proses belajar

(Lubis et al, 2021). Juga dalam penelitian Dewi (2023) menyatakan bahwa mahasiswa yang berada pada tingkat stres sedang berjumlah 75 (62,5%) hal ini dikarenakan faktor internal yaitu kurang bisa memahami dan menyikapi masalah dengan baik dan dari faktor eksternal yaitu adanya permasalahan di lingkungan masyarakat, keluarga maupun yang berkaitan dengan hubungan dengan orang lain dan juga karena beban kuliah yang semakin tinggi tingkatannya maka semakin sulit mata kuliah yang dijalaninya. Hal yang sama juga terdapat dalam penelitian oleh Sunarya (2021) yang menyatakan bahwa sebanyak (32,3%) mengalami stres sedang hal ini di karenakan stres adalah masalah dalam perkuliahan yaitu tidak dapat berkonsentrasi dalam kelas, tidak mengerti apa yang diajarkan dosen tidak yakin apakah akan mendapat nilai yang baik, beban biaya kuliah dan tugas-tugas, kurangnya waktu untuk melakukan hal yang disukai. Terdapat dua hal dominan yang sering menjadi penyebab stres pada mahasiswa yaitu terlalu banyak tugas, sehingga sering letih dan kurang tidur (Limbong, 2022).

Stressor pada mahasiswa kedokteran lebih berat dari mahasiswa jurusan lainnya karena banyaknya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran (Ahmad, 2022). Selaras dengan hasil dalam penelitian ini dimana sebagian besar mahasiswa kedokteran tingkat satu Universitas Islam Al-Azhar Mataram memiliki tingkat stres sedang (62,9%). Stressor mahasiswa dapat berasal dari kehidupan akademik atau diluar akademik. Bentuk stressor akademik adalah perubahan cara pembelajaran dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi, proses pembelajaran di kampus, tugas kuliah, target pencapaian nilai yang tinggi, prestasi akademik yang tidak sesuai harapan, waktu luang yang berkurang, dan masalah akademik lainnya. Bentuk stressor non-akademik pada mahasiswa adalah jauhnya jarak mahasiswa dari keluarga di kampung halaman, pengelolaan keuangan, masalah interaksi/hubungan dengan teman dan lingkungan baru, menghadapi perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal baru dan masalah personal lainnya (Maulina & Sari, 2018). Hal tersebut menjadi faktor tingginya tingkat stres sedang bagi mahasiswa kedokteran tingkat satu universitas islam al-azhar mataram yang harus menjalani satu tahun pertama kehidupan kampus dengan wajib untuk tinggal di asrama fakultas kedokteran universitas islam al-azhar mataram.

#### **Analisis Univariat Variabel berdasarkan Tipe Kepribadian**

Distribusi frekuensi variabel penelitian responden berdasarkan tipe kepribadian menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 55 responden dengan persentase 88,7% memiliki tipe kepribadian intorvert sedangkan 7 responden lainnya dengan persentase 11,3% memiliki tipe kepribadian ekstrovert. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat satu yang tinggal di boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al- Azhar Mataram memiliki tipe kepribadian introvert. Hal ini dapat disebabkan karena adanya perbedaan genetik dan lingkungan yang dapat memengaruhi pembentukan kepribadian seseorang, dimana sifat dan pola asuh yang diturunkan dari orang tua merupakan faktor yang sangat berperan dalam pembentukan kepribadian seseorang (Pamungkas, 2020). Kepribadian merupakan berbagai perilaku berbeda yang dimiliki setiap orang dalam satu, dua atau lebih kategori menurut pola sifat yang dekat termasuk adaptasi terhadap situasi dan kondisi yang ada di lingkungannya (Rudianti, 2021). Mengetahui tipe kepribadian sangatlah dibutuhkan bagi setiap mahasiswa dalam menghadapi permasalahan baik secara pribadi maupun perkuliahan (Luthfi, 2022). Dalam penelitian oleh Pamungkas (2020) dari

100 mahasiswa 74% diantaranya memiliki tipe kepribadian introvert. Perbedaan tipe kepribadian pada setiap individu disebabkan karena adanya perbedaan faktor genetik dan lingkungan yang dapat mempengaruhi pembentukan kepribadian seseorang, dimana sifat dan pola asuh yang diturunkan dari orang tua merupakan faktor yang sangat berperan dalam pembentukan kepribadian seseorang. Meskipun demikian Gunarsa (2008) berpendapat bahwa kepribadian dapat berubah tergantung dari lingkungan yang memengaruhi individu tersebut salah satunya adalah lingkungan sosial dan budaya.

Seseorang dengan kepribadian ekstrovert interaksinya dengan dunia luar sangat baik. Mereka adalah orang yang ramah, mudah bergaul, berperilaku aktif, dan tindakannya banyak dipengaruhi oleh dunia luar, dan bersifat terbuka. Lain halnya dengan tipe kepribadian introvert, orang dengan kepribadian introvert cenderung hidup dalam dunianya sendiri. Interaksi dengan dunia luara kurang baik, memiliki pribadi yang tertutup, sulit untuk bersosialisasi dengan orang lain, dan sering menarik diri dari suasana yang ramai sehingga orang dengan kepribadian ini kurang bisa bergaul dengan lingkungannya (Pamungkas, 2020).

#### **Analisis Univariat Variabel berdasarkan Dukungan Sosial**

Distribusi frekuensi variabel penelitian berdasarkan dukungan sosial menunjukkan bahwa dari 62 responden terdapat 3 responden dengan persentase 4,8% memiliki dukungan sosial rendah, 18 responden dengan persentase 29,0% memiliki dukungan sosial sedang dan 41 responden lainnya dengan persentase 66,1% memiliki dukungan sosial tinggi. Dalam hal ini berarti 66,1% mahasiswa tingkat satu boarding school fakultas kedokteran universitas islam al-azhar mataram telah mendapatkan dukungan sosial dengan kategori tinggi. Dukungan sosial merupakan salah satu peranan yang penting bagi mahasiswa di masa perkuliahan. Mahasiswa juga membutuhkan orang lain untuk mendukung dan memberi dorongan semangat dalam menghadapi tekanan dan tingkat stres akademik yang di alami. Dukungan sosial membuat seseorang merasa nyaman, didukung, dicintai, ketika dalam kondisi stres, membangkitkan harga diri, kompeten, bernilai dan membuat seseorang merasa mampu dalam menghadapi rintangan saat melakukan kegiatan (Rahadiansyah & Chusairi, 2021).

Hasil penelitian Wulandari (2021) sebanyak 210 (61,6%) mahasiswa kedokteran mendapatkan dukungan sosial kategori tinggi. Hal ini dipengaruhi oleh faktor-faktor berupa dukungan yang diterima dari keluarga, teman, dosen, lingkungan (tempat tinggal) dan masyarakat baik dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional (Lestari & Sarwinanti, 2017). Mendapatkan dukungan secara menyeluruh akan membantu individu untuk mempunyai dukungan sosial yang tinggi sehingga ketika mengalami masalah, individu akan mampu mengatasinya. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian oleh peneliti yang menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang tinggi, aspek dukungan yang diterima berasal dari dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan orang spesial.

Dukungan sosial keluarga terutama orang tua merupakan sumber yang paling berpengaruh dalam pemberian dukungan, karena adanya ikatan hubungan yang erat antara orang tua dan anak sehingga memiliki kedekatan secara emosional melalui pemberian motivasi, perhatian, kepedulian, dan kasih sayangnya, bantuan yang didapatkan dari orang tua dapat membantu individu dalam membuat keputusan (Hastari, 2018). Sejalan dengan penelitian Rihartini

(2021) menjelaskan bahwa dukungan dari orang tua merupakan dukungan sosial pertama yang dapat diterima oleh seseorang karena orang tua adalah orang terdekat yang berada di lingkungan paling dekat dengan individu tersebut dan memiliki kemungkinan besar dapat memberikan bantuan dalam mengatasi suatu masalah yang dialami. Dukungan sosial teman sebaya juga berpengaruh dalam proses pembelajaran dan bisa didapatkan dalam bentuk dukungan emosional, penghargaan, informatif dan instrumental yang akan menciptakan perasaan nyaman pada individu dan akan merasa dipedulikan, dan dapat meminta bantuan maupun pertolongan ketika dalam penyelesaian masalah (Sarafino dan Smith, 2011)

Dalam penelitian ini khususnya bagi mahasiswa kedokteran dimanastressor pada mahasiswa kedokteran lebih berat dari mahasiswa jurusan lainnya karena banyaknya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran diantaranya mulai dari kuliah pengantar, kuliah penunjang, keterampilan klinik, ujian blok, osce, dan ujian akhir semester mata kuliah. Selain kegiatan kuliah, mahasiswa kedokteran juga terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler seperti organisasi kemahasiswaan (Prabumurti, 2019), yang artinya untuk dapat melalui banyaknya tahapan proses akademik dan non akademik tersebut mahasiswa kedokteran sangat membutuhkan dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya dan orang spesial. Persentase dukungan sosial kategori tinggi yaitu 66,1% dalam penelitian ini berarti sebagian besar mahasiswa tingkat satu Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram telah mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya dan orang spesial.

#### **Analisis Bivariat Tingkat Stres dengan Mekanisme Koping**

Berdasarkan uji dapat diketahui bahwa dari 16 responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif terdapat 5 responden kategori tingkat stres ringan dan tingkat stres sedang dengan persentase 8,1% dan responden lainnya dengan persentase 9,7% kategori tingkat stres berat. Sedangkan dari 46 responden yang memiliki mekanisme koping adaptif terdapat 9 responden dengan persentase 14,5% kategori tingkat stres ringan, 34 responden dengan persentase 54,8% kategori tingkat stres sedang dan 3 responden dengan persentase 4,8% kategori tingkat stres berat.

Hasil uji hipotesis menggunakan uji Chi Square diperoleh nilai  $P = 0,002$  (nilai  $P < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa Boarding School Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Siregar (2022) yang menunjukkan hasil uji statistik bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping mahasiswa. Faktor yang menentukan mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat bergantung pada sejauh mana tingkat stres yang dialami. Secara statistik memperlihatkan bahwa responden dengan tingkat stres ringan dan stres sedang dominan memiliki mekanisme koping adaptif dengan persentase 14,5% dan 54,8% sebaliknya pada responden dengan tingkat stres berat sebagian besar memiliki mekanisme koping maladaptif yaitu sebanyak 9,7%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akan membuat mahasiswa cenderung mengadopsi mekanisme koping maladaptif. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian oleh Dewi (2023) dimana 21,7% mahasiswa dengan tingkat stres ringan dan 71,0% mahasiswa dengan tingkat stres sedang memiliki mekanisme koping adaptif.

Sedangkan pada mahasiswa dengan tingkat stres berat dengan persentase 4,2% memiliki mekanisme koping maladaptif.

Dari 62 mahasiswa tingkat satu boarding school 62,9% nya adalah mahasiswa dengan tingkat stres sedang dimana 54,8% diantaranya memiliki mekanisme koping adaptif, hal tersebut berarti sebagian besar mahasiswa sudah mampu mengelola tingkat stres nya dengan mekanisme koping positif yaitu koping adaptif. Salah satu faktor yang menyebabkan hal tersebut adalah sejalan dengan salah satu tujuan boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram yaitu dapat mengembangkan karakter profesional dari mahasiswa baru untuk menjadi dokter yang bukan hanya memiliki kemampuan akademik yang mumpuni tetapi juga dokter yang humanis yang mampu menghargai individu sebagai satu kesatuan utuh dari lahiriah dan batiniah. Stressor pada mahasiswa kedokteran lebih berat dari mahasiswa jurusan lainnya karena banyaknya kegiatan yang diikuti oleh mahasiswa kedokteran diantaranya mulai dari kuliah pengantar, kuliah penunjang, keterampilan klinik, ujian blok, osce, dan ujian akhir semester mata kuliah (Prabumurti, 2019), namun meskipun demikian dalam penelitian ini kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa boarding school dinilai ampuh dalam penanganan tingkat stres tersebut dengan menggunakan mekanisme koping adaptif sehingga dinilai efektif dalam pembentukan karakter mahasiswa tersebut. Dalam Hasanudin (2022) asrama mahasiswa memiliki peran strategis yang berfungsi tidak hanya sebagai tempat tinggal dan lingkungan belajar tetapi juga merupakan lingkungan pergaulan sosial yang membentuk kepribadian mahasiswa.

#### **Analisis Bivariat Tipe Kepribadian dengan Mekanisme Koping**

Berdasarkan analisis menunjukkan bahwa dari 16 responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif terdapat 12 responden dengan persentase 19,4% termasuk sebagai responden dengan tipe kepribadian introvert sedangkan 4 sisanya dengan persentase 6,5% termasuk sebagai responden dengan tipe kepribadian ekstrovert. Selain itu dari 46 responden dengan mekanisme koping adaptif terdapat 43 responden dengan persentase 69,4% termasuk sebagai responden dengan tipe kepribadian introvert dan 3 responden lainnya dengan persentase 4,8% termasuk sebagai responden dengan tipe kepribadian ekstrovert.

Hasil uji analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi Square terdapat hasil  $P = 0,044$  (nilai  $P < 0,05$ ) dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tipe kepribadian Mahasiswa Boarding School Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Menurut Taylor (2009) kepribadian seseorang dapat dilihat dari mekanisme kopingnya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Azahra (2022) dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dengan mekanisme koping pada mahasiswa. Juga hasil yang sama pada penelitian Ellisa (2024) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara koping mahasiswa dengan tipe kepribadian dengan nilai  $P (0,007 < 0,05)$ .

Dari 46 responden mekanisme koping adaptif 69,4% merupakan kategori tipe kepribadian introvert sedangkan 4,8% sisanya memiliki tipe kepribadian ekstrovert. Selain itu dari 16 responden mekanisme koping maladaptif 19,4% respondennya juga cenderung lebih banyak memiliki tipe kepribadian introvert dibanding memiliki tipe kepribadian ekstrovert yang hanya 6,5%. Koping merupakan upaya untuk menghadapi masalah atau stres. Tipe kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi mekanisme koping. Kepribadian seseorang dapat dilihat dari

mekanisme kopingnya. Misalnya, tipe kepribadian ekstrovert dapat dikaitkan dengan penilaian terhadap kepedulian sosial, keinginan aktif untuk menyelesaikan masalah, dan pandangan optimis terhadap peristiwa-peristiwa yang penuh tekanan. Mereka yang optimis akan lebih bersemangat dalam menyelesaikan kesulitan karena mereka beranggapan bahwaselalu ada solusi jika mereka mau berpikir, berusaha, dan terus maju dibandingkan menyerah begitu saja karena semua yang terjadi dalam hidup adalah takdir (Ellisa, 2024).

Individu yang memiliki kepribadian introvert mempunyai kemungkinan besar untuk menggunakan mekanisme maladaptif (Ellisa, 2024). Namun terdapat anomali dalam penelitian ini dimana hanya 19,4% mahasiswa yang memiliki tipe kepribadian introvert yang menggunakan mekanisme koping maladaptif sedangkan mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert yang menggunakan mekanisme koping adaptif lebih besar yaitu sebanyak 69,4%. Seperti yang dikemukakan Swarawaty (2015) dalam penelitiannya bahwa tipe kepribadian ekstrovert dan introvert bisa saja menggunakan mekanisme koping adaptif maupun mekanisme koping maladaptif dalam menyelesaikan masalah. Kepribadian seseorang tidak ada yang murni selamanya introvert atau ekstrovertakan tetapi dapat berubah karena beberapa faktor yang mempengaruhi tipe kepribadian seseorang (Permatasari, 2016). Juga menurut Hudson dan Roberts (2014) bahwa kepribadian yang dimiliki oleh individu dapat berubah seiring dengan keinginan dan motivasi dari individu tersebut. Selain itu faktor kebudayaan yang ada dalam suatu masyarakat seperti norma, sikap, dan nilai yang dianut berpengaruh terhadap seseorang dalam menentukan cara berpikir, bersikap ataupun berperilaku.

Terdapatnya hubungan antara mekanisme koping dengan tipe kepribadian dalam penelitian ini dapat menunjukkan bahwa dimana mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert menggunakan mekanisme koping adaptif karena seseorang dengan tipe kepribadian introvert cenderung lebih tenang, pemalu, jarang berbicara, lebih suka mencari informasi dengan membaca buku atau berita, memusatkan perhatian pada diri sendiri, jarang terbuka dengan oranglain mengenai kehidupannya kecuali dengan orang-orang terdekat dan lebih sering menarik diri dari dunia luar (Ulya, 2017). Pemilihan strategi koping oleh setiap individu untuk mengatasi masalah yang terjadi berbeda-beda, salah satunya adalah faktor psikologis dalam diri seseorang yang disebut dengan kepribadian (Adriyani, 2019). Sejalan dengan hasil penelitian ini 69,4% mahasiswa dengan tipe kepribadian introvert akan menggunakan mekanisme koping adaptif dan 6,5% mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert menggunakan mekanisme koping maladaptif dalam penyelesaian masalah dalamdirinya.

### **Analisis Bivariat Dukungan Sosial dengan Mekanisme Koping**

Berdasarkan analisis menunjukkan bahwa dari 16 responden yang memiliki mekanisme koping maladaptif terdapat 1 responden dengan persentase 1,6% memiliki tingkat dukungan sosial rendah, 3 responden dengan persentase 4,8% memiliki tingkat dukungan sosial sedang dan 12 responden dengan persentase 19,4% memiliki tingkat dukungan sosial tinggi. Selain itu dari 46 responden yang memiliki mekanisme koping adaptif terdapat 2 responden dengan persentase 3,2% memiliki tingkat dukungan sosial rendah, 15 responden dengan persentase 24,2% memiliki tingkat dukungan sosial sedang dan 29 responden lainnya dengan persentase 46,8% memiliki tingkat dukungan sosial tinggi.

Hasil uji analisis bivariat menggunakan uji Chi Square terdapat hasil  $P =$

0,568 (nilai  $P > 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan dukungan sosial mahasiswa Boarding School Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Sejalan dengan Sarafino & Smith (2010) yang menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan dukungan sosial tidak berpengaruh yaitu penolakan diri, artinya bantuan dan dukungan yang diberikan oleh orang lain tidak dianggap sebagai kebutuhan. Hal ini bisa terjadi karena seseorang tidak menginginkan bantuan serta dukungan dari orang lain. Terlihat dari 19,4% mahasiswa dengan tingkat stres tinggi menggunakan mekanisme koping maladaptif artinya meskipun mahasiswa mendapat dukungan sosial yang tinggiakan tetapi hal tersebut tidak berpengaruh pada mekanisme koping yang mereka gunakan. Kesesuaian antara dukungan sosial dengan kebutuhan, menekankan pada pentingnya jenis dukungan sosial dengan kebutuhan individu (Da'awi, 2021). Dukungan sosial dapat menjadi hal yang tidak diperlukan dan tidak dirasakan manfaat yang baik dikarenakan kurang tepat dengan apa yang dibutuhkan oleh individu (Rokhmatika & Darminto, 2013). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyanto (2013) bahwa dukungan sosial tidak memberikan pengaruh terhadap stres dan tekanan yang dialami oleh individu.

Ketepatan pemberian dukungan sosial tergantung pada kesesuaian antar tipe atau jenis dukungan sosial yang ditawarkan dengan masalah yang sedang dihadapi. Dukungan sosial juga dipengaruhi oleh waktu. Maksudnya, dukungan dapat efektif diberikan pada suatu waktu, tetapi di lain waktu juga dapat tidak berguna bahkan bisa saja menyebabkan penerimanya merasa semakin tertekan (Astuti, 2013). Dalam penelitian ini 12 dari 41 mahasiswa dengan dukungan sosial tinggi masih menggunakan mekanisme koping maladaptif hal ini tidak sejalan dengan Bachtiar (2023) bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin adaptif mekanisme kopingnya .

Hubungan interpersonal yang terjadi dalam wujud orang tua dan anak, teman sebaya dan orang spesial tidak selalu memberikan dampak positif bagi setiap individu. Ada mahasiswa yang merasa bahwa ia harus berhati-hati untuk mendapatkan dukungan sosial dari orang tua, teman sebaya atau orang spesial karena ada kalanya respon yang diterimanya tidak sesuai dengan harapan (Astuti, 2013), hal ini mendukung hasil dalam penelitian ini bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Kesesuaian antara harapan penerima dukungan sosial dan pemberi dukungan sosial merupakan faktor yang penting, karena dalam beberapa penelitian dukungan yang dipersepsikan diterima oleh individu lebih penting dari pada dukungan sosial yang secara objektif diterima (Fisher dan Lerner, 2005).

Sumber-sumber dukungan sosial yang diberikan tidak mampu mempengaruhi individu yang menerima. Keadaan tersebut tergantung pada ketepatan situasi dan penerima dukungan sosial. Karakteristik penerima perlu dipertimbangkan untuk menjaga keefektifitasan perilaku pemberian dukungan sosial adalah kepribadian, perasn sosial dan budaya, sumber-sumber dukungan sosial lain yang mungkin mempunyai peran (Cohen & Syme, 1985). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini dimana tidak terdapat hubungan dukungan sosial dengan mekanisme koping yang diketahui dapat dipengaruhi salah satunya oleh ketidak sesuaian dukungan yang diberikan dengan kebutuhan mahasiswa.

Data menunjukkan dalam penelitian ini bahwa 74,2% mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram menggunakan mekanisme koping adaptif. Sebagian besar mahasiswa menggunakan mekanisme koping adaptif dapat dikarenakan oleh menurut Lavari, et al (2019) bahwa semakin baik pengelolaan stres atau tekanan yang dirasakan maka akan semakin baik pula mekanisme koping yang dilakukan. Selain itu dalam penelitian ini mahasiswa dengan tingkat stres sedang memiliki persentase tertinggi yaitu sebesar 62,9% dimana menurut Dewi (2023) hal tersebut dapat dikarenakan oleh faktor internal yang kurang bisa memahami dan menyikapi masalah dengan baik dan dari faktor eksternal yaitu adanya permasalahan di lingkungan masyarakat, keluarga maupun yang berkaitan dengan hubungan dengan orang lain dan juga karena beban kuliah yang semakin tinggi tingkatannya maka semakin sulit mata kuliah yang dijalaninya. Sedangkan berdasarkan tipe kepribadian mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram dengan tipe kepribadian introvert memiliki persentase lebih tinggi yaitu sebesar 88,7%. Salah satu faktor yang mempengaruhi tipe kepribadian menurut Pamungkas (2020) disebabkan karena adanya perbedaan genetik dan lingkungan yang dapat mempengaruhi pembentukan kepribadian seseorang, dimana sifat dan pola asuh yang diturunkan dari orang tua merupakan faktor yang sangat berperan dalam pembentukan kepribadian. Berdasarkan dukungan sosial mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram dengan dukungan sosial tinggi memiliki persentase tertinggi yaitu 66,1% hal ini dipengaruhi oleh faktor-faktor berupa dukungan yang diterima dari keluarga, teman, dosen, lingkungan (tempat tinggal) dan masyarakat baik dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental, dan informasional (Lestari & Sarwinanti, 2017).

Hasil uji Chi Square diperoleh nilai  $P = 0,002$  ( $P < 0,05$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Berdasarkan Siregar (2022) faktor yang menentukan mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat bergantung pada sejauh mana tingkat stres yang dialami terlihat dari sebagian besar mahasiswa yang menggunakan mekanisme koping maladaptif merupakan mahasiswa dengan tingkat stres berat. Selain itu data hasil uji Chi Square mekanisme koping dengan tipe kepribadian menunjukkan nilai  $P = 0,044$  ( $P < 0,05$ ) bahwa terdapat hubungan mekanisme koping dengan tipe kepribadian mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Salah satu faktor yang mendukung hasil tersebut dimana menurut Taylor (2009) bahwa tipe kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi mekanisme koping. Uji Chi Square pada hubungan mekanisme koping dengan dukungan sosial di dapat nilai  $P = 0,568$  ( $P > 0,05$ ) dimana tidak terdapat hubungan mekanisme koping dengan dukungan sosial mahasiswa tingkat satu boarding school Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Mataram. Hal ini menurut Sarafino & Smith (2010) faktor yang menyebabkan dukungan sosial tidak berpengaruh yaitu penolakan diri, artinya bantuan dan dukungan yang diberikan oleh orang lain tidak dianggap sebagai kebutuhan. Hal ini dapat terjadi karena seseorang tidak menginginkan bantuan serta dukungan dari orang lain.

## KESIMPULAN

Mekanisme koping dari 46 responden dengan persentase 74,2% adalah mekanisme koping adaptif sedangkan 16 responden lainnya dengan persentase 25,8% memiliki mekanisme koping maladaptif. Tingkat stres dalam penelitian ini dengan persentase tertinggi adalah tingkat stres sedang yaitu 62,9% sedangkan tingkat stres ringan 22,6% dan tingkat stres berat 14,5%. Tipe kepribadian introvert memiliki persentase tertinggi yaitu 88,7% dari 55 mahasiswa sedangkan tipe kepribadian ekstrovert memiliki persentase 11,3%. Dukungan sosial tertinggi adalah dukungan sosial kategori tinggi dengan persentase 66,1% kemudian dukungan sosial sedang dengan persentase 29,0% dan terakhir adalah dukungan sosial rendah dengan persentase 4,8%. Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping dengan nilai  $P = 0,002$  (nilai  $P < 0,05$ ). Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tipe kepribadian dengan mekanisme koping dengan nilai  $P = 0,044$  (nilai  $P < 0,05$ ). Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan mekanisme koping dengan nilai  $P = 0,568$  (nilai  $P > 0,05$ ). Hal ini disebabkan karena adanya penolakan diri, artinya bantuan dan dukungan yang diberikan oleh orang lain tidak dianggap sebagai kebutuhan. Hal ini dapat terjadi karena seseorang tidak menginginkan bantuan serta dukungan dari orang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Yuli Prasetyo, A.F. 2017. *Analisis Pengaruh Konflik Keluarga-Stres kerja dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Moderasinya*. 1-25
- Adriyani, J. 2019. *Strategi Coping Stres dalam Mengatasi Problema Psikologis. At- Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*
- Ah. Yusuf., Rizky, F.P., Nihayati, H. E. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika
- Ahmad, 2022. *Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah*. Indonesia Journal for Health Science
- Akbar, S. 2018. *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan*. 3(2): 1-17
- Alawiyah, D., Listiyandim, R. A. 2017. Pengaruh Rasa Kesadaran Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 5 (2): 89-101.
- Alfiana, D. 2023. Hubungan Mekanisme Koping, Kualitas Tidur, dan Motivasi Belajar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Global Ilmiah*.
- Ariesta. 2023. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Jurusan Kedokteran Umum Universitas Jendral Soedirman Angkatan 2020. *Skripsi*. Purwokerto: Universitas Jendral Soedirman
- Atziza, R. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *J Agromed Unila*, 2 (3): 317–320.
- Azahra, N.L. 2022. Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Strategi Koping pada Mahasiswa. *Skripsi*. Kudus: IAIN Kudus.
- Bachtiar, I. 2023. Hubungan Dukungan Sosial dengan Mekanisme Koping Individu Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas



- Gunungpati. Semarang: Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Carver, C.S., Scheir., dan Weintraub. 1989. *Personality and Koping*. Annual ReviewsFurther
- Chaplin, J.P. 2009. *Method in Behavioral Psikologi. Edisi I. Cetakan ke-13*. Penerjemah DR. Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Pers.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. 1983. A Global Measures Of Perceived Stres. *Journal Of Health And Social Behaviour*, 24: 385-396.
- Darsa, J., Razak, A. 2023. Hubungan Dukungan Sosial dengan Koping Stres pada Mahasiswa Semester Akhir. *Skripsi*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Dewi, F. R., 2023. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi dalam Menghadapi Pembelajaran Luring Pasca Pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Dewi, M. Y. 2021. Gambaran Mekanisme Koping Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Itokes Bali dalam Menghadapi Stres di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Bali: Itokes Bali.
- Direja, D.N. 2020. Dampak psikologi tenaga kesehatan dalam upaya menghadapi pandemi corona virus (covid 19) di Indonesia.
- Donsu, J. D. 2016. Metodologi Penelitian Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru
- Donsu, J.D.T. 2017. Psikologi Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Ekasari, A., Yuliana. S. 2012. Kontrol Diri dan Dukungan Teman Sebaya dengan Koping Stres pada Remaja. *Jurnal Soul*, 2 (5).
- Ellisa, 2024. Koping Individu dan Tipe Kepribadian pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Skripsi*. Semarang: Universitas Islam Sultan Agung.
- Erikson, E.H. 1989. Identitas dan Siklus Hidup Manusia. Bunga Rampai Penerjemah : Agus Cremers. Jakarta: Gramedia
- Fasya, Z.A., Yuwono,P.& Septiwi, C. 2019. Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi di STIKES Muhammadiyah Gombong. *University research Colloquium*: 622-629.
- Fathonah, D., Y., Heriawaty, T., & Fitria, N. 2017. Respon Psikososial Siswa boarding school di Bina Siswa SMA Plus Cisarua Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*.
- Gunarsa. 2008. Psikologi Anak dan Remaja. Jakarta.
- Hastari, A. 2018. Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Hawari, D. 2008. Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Hudson, N. W., & Roberts, B.W. 2014. Goals to Change Personality Traits, Daily, Behavior, and Goals to Change Oneselfs. *Journal of Research in Personality*.
- Hurlock, 2014. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi kelima. Yogyakarta: Erlangga
- Inama, S. 2021. *Gambaran Tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran universitas Sumatera Utara dalam Sistem Pembelajaran Daring pada Era Covid-19*. 46
- Juniati, A.S. 2017. Hubungan Tingkat Stres dengan Strategi Koping yang digunakan pada Santri Remaja di Pondok pesantren Nurul Alimah Kudus.



*Jurnal Prosiding Hefa.*

- Kirana, A.P. 2022. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkatan Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan Selama Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Skripsi*. Jember: Universitas dr. Seobandi Jember.
- Kristiyanti, Y. M. 2009. *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Extrovert-Introvert dengan Orientasi Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Distributor Multi Level Marketing Tianshi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Snata Dharma.
- Lee, S.J. 2018. *The Association of Father's Parental Warmth and Parenting Stress to Child Behavior Problems*.
- Lestari, S. & Sarwinanti. 2017. Hubungan Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi D IV Bidan Pendidik Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
- Limbong, A. 2022. Tingkat Stres Mahasiswa pada Pembelajaran Luring Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Informasi dan Teknologi*. Universitas Advent Indonesia
- Lismayanti, L., Mustopa, A. H., Gunawan, A. 2021. Hubungan Tipe Kepribadian pada Mahasiswa S-1 Keperawatan dengan Mekanisme Koping dalam Menghadapi Pandemi COVID-19. *Jurnal Stikes Muhammadiyah Ciamis*.
- Lubis, H., Ramadhani, A., Rasyid. M., 2021. Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia*, 10 (1): 31.
- Maharani, S. 2023. Hubungan Mekanisme Koping dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*
- Maharani, I. S. D. 2023. Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Penyintas COVID-19 di Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Dharma Smakta Edukhatilistiwa*.
- Maulina, B., Sari. D. R. 2018. Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran ditinjau dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal. Psikol. Pendidik dan Bimbingan Konseling*, 4.
- Munawaroh, 2018. *Hubungan Antara Religiusitas Dan Tingkat Stres Terhadap Strategi Koping Pada Santri Pondok Pesantren*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nasir Abdul, Muhith Abdul. 2011. *Dasar-dasar Keperawatan Jiwa Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, Effendy Ferry. 2007. *Pendidikan dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Novalia, B. E., 2010. Koping Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisis Di RSUP Haji Adam Malik Medan. *Skripsi*. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Nur, Y. K. 2023. Hubungan antara Mekanisme Koping dengan Kecendrungan Self Harm pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro
- Nursalam. 2009. *Manajemen Keperawatan: Aplikasi dalam Praktek Keperawatn*



- Profesional*, Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Olpin, M., Hesson, M. 2009. *Stres management for life: aresearch-based experientalapproach. 2thedition*. USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Palupi, A. D. H., Chusairi, A. 2023. Literatur Review Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*.
- Pamungkas, A. 2020. *Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dan Kecemasan Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19*. Institusi Agama Islam Negeri Palangka Raya.
- Pasaribu, J. 2020. Hubungan Tingkat Stres dan Ansietas terhadap Mekanisme Koping Penderita Kanker. *Jurnal Mutiara Ners*.
- Pausasuke. L. J., Bidjuni, Hendro., Lolong, Jill. J. S (2015). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Khusus dalam Menghadapi Karya Tulis Ilmiah di Akademi Kebidanan Mamba'ul 'Ulum Surakarta*. Fakultas Kedokteran Universitas Surakarta
- Permatasari, L. 2016. Faktor-faktor yang Membentuk Kepribadian Anak Remaja (Studi Kasus di Desa Lengkong Sulawesi Selatan). *Jurnal Sosialisasi Pendidikan Sosiologi*
- Potter & Patricia A, (2008), *Buku ajar Fundamenta lkeperawatan: konsep, proses, danpraktek edisi bahasa Indonesia*, Jakarta: EGC.
- Prabumurti, G. A. 2019. Analisis Faktor-faktor Pemicu Stres Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Pragholapati., Andria;& Ulfitri., Wida. 2019. Gambaran Mekanisme Koping pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung. *Jurnal Humanitas*, 3 (2): 115-116.
- Rasmun. 2004. *Stres, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Jakarta: Sagung Seto.
- Rihartini, R. 2021. Hubungan antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebayadengan Stres Akademik pada Mahasiswa Santri di Pesantren As-Sa'adah Terboyo Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula*.
- Riyanto, Agus. 2011. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Roucek, S.J., Warren, L.R. 1984. *Pengantar Sosiologi*. Jakarta : Bina Aksara.
- Rudianti, 2021. Proses Berpikir Kritis Matematis siswa Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. *Jurnal Pendidikan Matematika*.
- Salmnon, A.G., & Sandti, D. E. 2021. Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Mahasiswa Perantau dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid- 19. *Buku Abstrak Seminar Nasional*, 1 (1): 128-135.
- Sarafino, E.P., Smith., T.W. 2011. *Health Psychology: biopsycjosocial interactions(7thed) Intenational student versions*.
- Schneider. 1964. *Personal Adjusment and Mental Health*. USA: Brosh PublishingCompany.
- Siregar, F., I., H. 2022. Hubungan Tingkat Stres Dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Profesi Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Skripsi. Padang: Universitas Andalas.
- Stuart, G. W., Sundeen, JS. 1998. *Keperawatan Jiwa (Terjemahan)*, alihbahasa:



- Achir Yani edisi III. Jakarta: EGC
- Stuart, G. W., 2013. *Prinsip dan Praktek Keperawatan dan Kesehatan Jiwa* buku I (Edisi Indonesia)
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, 2018. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sunyoto, D. 2011. *Analisis untuk Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Nuha Medika.
- Susapto, D. 2018. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Muhammadiyah Magelang 2018*. Universitas Muhammadiyah Magelang
- Taylor, E. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana.
- Ulfah, A., Maria., & Ghalib, A. 2010. *Parenting With Love*. Bandung: Mizani Pustaka.
- Ulya, N. M. 2017. Pengaruh Metode Pembelajaran dan Tipe Kepribadian terhadap Hasil Belajar Bahasa Arab. *Jurnal Pendidikan Islam*.
- Wahyudi, R., Bebasari, E., Nazriati, E. 2017. *Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun Pertama*. Fakultas Kedokteran Universitas Riau.
- Warren & Roucek. 1962. *Sociology, An Introduction*. London : Patterson Littlefield & Adams
- Weilkert, M. L. 2011. *Perceived Stres Scale*. Diakses pada tanggal 08 April 2023, Pukul 21.15 WIB
- Wibowo, A. M. 2017. *Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Profesi Ners di Stikes Insan Unggul Surabaya*. Undergraduate Thesis, Universitas Muhammadiyah Gresik
- Widihaosari, L. A. G. K., Susilawati, L. K. P. A. 2018. Peran Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Universitas Udayana yang Berasala dari Luar Pulau Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5 (1): 48-62.
- Wulandari, A. A S., 2021. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres saat Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana. *Community of Publishing in Nursing*. Universitas Udayana
- Yesil, P., Oztunc, G., & Ekslmez, Z. 2015. Personal Characteristics And Styles Of Koping With Stres Of Nursing Students Of A University In Turkey. *Journal Of Nursing Education And Practice*, 5 (5): 73-81.
- Yosep, Iyus. 2007. *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.
- Yunalia, E. M. 2021. Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*.
- Yusuf, Rizky Fitriyasari, dan Hanik Endang Nihayati. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Yusuf, S. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

