

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT  
STRES MAHASISWA KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI  
DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN LURING PASCA  
PANDEMI DI UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :**

**RAHMADA FELANI DEWI**

**1911604099**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2023**

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT  
STRES MAHASISWA KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI  
DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN LURING PASCA  
PANDEMI DI UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan untuk Syarat Mencapai Gelar Sarjana Terapan Kesehatan  
Pada Program Studi Keperawatan Anestesiologi  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas 'Aisyiyah  
Yogyakarta



Disusun Oleh :  
**RAHMADA FELANI DEWI**  
**1911604099**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2023**

# HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRES MAHASISWA KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN LURING PASCA PANDEMI DI UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Rahmada Felani Dewi<sup>2</sup>, Nia Handayani<sup>3</sup>  
felanidewi20@gmail.com

## ABSTRAK

**Latar belakang :** *Corona virus disease* (Covid-19) di tahun 2022 ini mulai membaik maka aktivitas sosial masyarakat mulai kembali normal pasca pandemi termasuk dunia pendidikan. Perubahan suasana dan kondisi pembelajaran pasca pandemi menarik untuk dikaji karena perubahan ini dapat menimbulkan berbagai dampak salah satunya adalah dampak psikologis yaitu stres. Stres juga dapat mengakibatkan kecemasan yang akan memicu munculnya mekanisme koping pada diri seseorang yang ingin keluar dari kondisinya, namun tidak semua orang mampu memunculkan koping yang positif.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan anestesiologi dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deksriptif analitik menggunakan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Sampel penelitian berjumlah 120 responden mahasiswa keperawatan anestesiologi.

**Hasil :** Hasil uji hubungan mekanisme koping dan tingkat stres mahasiswa keperawatan anestesiologi angkatan 2020 sebanyak 69 mahasiswa (57,5%) memiliki mekanisme koping adaptif dan sebanyak 75 mahasiswa (62,5%) memiliki tingkat stres sedang, menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai signifikan *p* value sebesar 0,000 ( $a < 0,05$ ) dengan korelasi 0,639 (kuat).

**Simpulan :** Terdapat hubungan mekanisme koping terhadap tingkat stres mahasiswa keperawatan anestesiologi dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

**Saran :** Hasil penelitian ini dapat menjadi pedoman untuk seluruh civitas Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta untuk menurunkan tingkat stres mahasiswa dalam menghadapi transisi pembelajaran dari daring ke luring.

Kata Kunci : Mekanisme Koping, Tingkat Stres, Pembelajaran luring,

Daftar Pustaka : 39 buah (2015-2022)

---

1. Judul skripsi

2. Mahasiswa Diploma IV Keperawatan Anestesiologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

3. Dosen Diploma IV Keperawatan Anestesiologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN COPING MECHANISMS AND STRESS LEVELS OF NURSING ANESTHESIOLOGY STUDENTS IN DEALING WITH POST-PANDEMIC OFFLINE LEARNING IN UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA'<sup>1</sup>**

Rahmada Felani Dewi<sup>2</sup>, Nia Handayani<sup>3</sup>  
felanidewi20@gmail.com

**ABSTRACT**

**Background:** In 2022, it is reported that the coronavirus disease (Covid-19) has started to improve so that people's social activities are starting to return to normal after the pandemic, including activities in the world of education. Therefore, the researcher feels that changes in the atmosphere and learning conditions after the pandemic are interesting to be studied because these changes can have various impacts, one of which is a psychological impact, namely stress. Stress, then, can also cause anxiety which will trigger the emergence of a coping mechanism in someone who wants to get out of his condition. However, not everyone can bring out positive coping within themselves. **Aim of the Study:** The study aimed to determine the relationship between coping mechanisms and stress levels of nursing anesthesiology students in dealing with post-pandemic offline learning in 'Aisyiyah University, Yogyakarta. **Research Method:** This research is quantitative research with an analytic descriptive approach using a cross-sectional. Sampling in this study used a total sampling technique with a sample of 120 respondents who were nursing anesthesiology students. **Findings:** The test results for the relationship between coping mechanisms and stress levels of nursing anesthesiology students class of 2020 showed: (1) 69 students (57.5%) had adaptive coping mechanisms and 75 students (62.5%) had moderate stress levels, (2) the result of the chi-square test obtained a significant p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) with a correlation of 0.639 (strong). **Conclusion:** There is a relationship between coping mechanisms and stress levels of nursing anesthesiology students in dealing with post-pandemic offline learning at 'Aisyiyah University, Yogyakarta. **Suggestion:** The results of this study can serve as a guideline for the entire academic community at 'Aisyiyah University Yogyakarta to reduce student stress levels in dealing with the transition from online to offline learning.

**Keywords** : Coping Mechanisms, Stress Levels, Offline Learning  
**References** : 39 references (2015 – 2022)

---

<sup>1</sup> Title

<sup>2</sup> Student or Diploma IV Nursing Anesthesiology Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT  
STRES MAHASISWA KEPERAWATAN ANESTESIOLOGI  
DALAM MENGHADAPI PEMBELAJARAN LURING PASCA  
PANDEMI DI UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun Oleh :  
RAHMADA FELANI DEWI  
1911604099

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal : 29 Agustus 2023

Pembimbing



Nia Handayani, S.Tr.Kep., M.K.M

## LATAR BELAKANG

Saat ini dunia diguncang dengan wabah *corona virus disease* yang sering disebut Covid-19. *World Health Organization* (WHO) secara resmi menetapkan situasi ini sebagai pandemi dikarenakan seluruh negara di dunia telah terdampak dengan wabah ini (Fathia *et al.*, 2021). Angka kejadian Covid-19 di Indonesia terus meningkat setiap harinya. Guna memutuskan rantai penyebaran virus dari Covid-19 pemerintah menetapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Hal ini juga berlaku untuk sistem pembelajaran sesuai dengan peraturan yang disampaikan oleh Kementerian Pendidikan dan Budaya (Kemendikbud) terkait penerapan kegiatan pembelajaran dirumah yang merujuk pada surat edaran Mendikbud Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Pencegahan Covid-19 pada Satuan Pendidikan, Dan Normor 36962/MPK.A/HK/2020 Tentang pembelajaran secara daring dan bekerja di rumah untuk pencegahan penyebaran Covid-19 (Kemendikbud, 2020).

Tahun 2022 ini kasus Covid-19 mulai membaik, yang mana dengan membaiknya kasus Covid-19 maka aktivitas sosial masyarakat mulai kembali normal pasca pandemi Covid-19 termasuk dunia pendidikan. Lembaga pendidikan mulai

menata kembali kurikulum menuju kondisi seperti sedia kala sebelum pandemi Covid-19. Pembelajaran mulai dilaksanakan secara tatap muka dengan jadwal pendidikan yang disesuaikan dengan faktor lingkungan pembelajaran (Nur, 2022). Salah satu pendidikan yang melakukan transisi pembelajaran dari daring ke luring adalah pendidikan vokasi. Perubahan suasana dan kondisi pembelajaran pasca pandemi menarik untuk dikaji dan sekaligus menjadi bahan evaluasi pembelajaran. Salah satu evaluasi adalah bagaimana perubahan penerimaan pembelajaran mahasiswa didik, baik pada aspek pengetahuan, keterampilan, atau sikap selama pembelajaran daring karena perubahan pembelajaran ini dapat menimbulkan berbagai dampak salah satunya adalah dampak psikologis yaitu stres (Nur, 2022).

Stres merupakan upaya fisik dan psikologis yang timbul karena adanya permasalahan yang berasal dari kondisi fisik ataupun lingkungan sosial. Tingkatan stres terbagi menjadi 3, yaitu stres ringan sedang dan berat (Siregar, 2022). Stres dapat terjadi dimanapun dan pada siapapun, juga pada mahasiswa. Mahasiswa dengan kesulitan menyesuaikan diri dapat menjadi stresor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi

proses belajar (Lubis *et al.*, 2021). Mahasiswa yang tidak memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis akan memiliki tingkat stres tinggi sedangkan mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri terhadap tuntutan akademis umumnya stresnya rendah (Kountul *et al.*, 2018). Berdasarkan hasil uji deskriptif pada penelitian Lubis (2021) diketahui bahwa 208 mahasiswa mengalami stres akademik dengan kategori sangat tinggi sebanyak 14 orang (6,9%), stres akademik kategori tinggi sebanyak 55 orang (27%), stres akademik kategori sedang yaitu sebanyak 80 orang (39,2 %), kategori rendah sebanyak 48 orang (21%), dan kategori sangat rendah sebanyak 11 orang (5,4%). Berdasarkan penelitian tersebut bahwa mahasiswa merasakan tekanan yang cukup berat selama melaksanakan pembelajaran. Stres juga dapat mengakibatkan kecemasan yang akan memicu munculnya mekanisme koping pada diri seseorang yang ingin keluar dari kondisinya, namun tidak semua orang mampu memunculkan koping yang positif (Wijayanti, 2022).

Mekanisme koping merupakan sebuah cara yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan yang ada, serta respon terhadap situasi yang mengancam dirinya.

Penggunaan koping yang adaptif, individu akan mampu beradaptasi dengan tuntutan dari lingkungannya, sebaliknya apabila gagal dalam menggunakan koping yang efektif maka akan berisiko menghasilkan adaptasi yang kurang baik (Fathia *et al.*, 2021).

## **RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu "Bagaimana Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi dalam Menghadapi Pembelajaran Luring Pasca Pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta?'"

## **TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan Umum**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu "Bagaimana Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi dalam Menghadapi Pembelajaran Luring Pasca Pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta?'"

### **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini antara lain :

- a. Mengidentifikasi mekanisme koping terhadap mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah

Yogyakarta dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi.

- b. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi
- c. Menganalisa keeratan hubungan mekanisme koping terhadap tingkat stres dalam pembelajaran luring pasca pandemi terhadap mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif analitik. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*, Menurut (Sugiyono, 2016), Penelitian dengan desain ini dilakukan pada satu waktu dan satu kali, untuk mencari hubungan mekanisme koping terhadap tingkat stres Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi. Variabel *independent* untuk penelitian ini adalah mekanisme koping sedangkan variabel *dependent* berupa tingkat stres.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah

Yogyakarta angkatan 2020 sebanyak 142 responden yang saat ini melakukan transisi pembelajaran dari daring ke luring yang mana mahasiswa angkatan 2020 melakukan awal perkuliahan secara daring dikarenakan pandemi Covid-19.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2007). Subjek penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang termasuk dalam kategori inklusi peneliti. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu dengan menggunakan *google form* atau biasa disebut dengan kuesioner online. Kuesioner didapatkan dari data dikumpulkan dengan cara menyebarkan link kuesioner online kepada responden. Kuesioner yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan atau pernyataan sesuai dengan variabel yang akan diteliti. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ada 4, yaitu alat ukur Alat ukur mekanisme koping yaitu *Brief COPE inventory* (BCI), kuisisioner mekanisme koping *Brief COPE inventory* (BCI) yang terdiri dari 14 butir soal dari 7 macam mekanisme koping, Alat ukur tingkat stres

yaitu *Perceived Stres Scale* (PSS-10), kuisioner tingkat stres *Perceived Stress Scale* (PSS-10) yang terdiri dari 10 butir pertanyaan.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Gambaran Tempat Penelitian

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta adalah perguruan tinggi yang dinaungi oleh organisasi 'Aisyiyah terletak di Jl. Ring Road Barat 63 Mlangi Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta, berdiri pada tanggal 10 Juli 1963 yang awalnya merupakan Sekolah Bidan 'Aisyiyah RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta berdasarkan SK Menteri Kesehatan RI No.65. Pada tahun 1978 Sekolah Panjenang dan Sekolah Bidan melebur menjadi Sekolah Perawat Bidan 'Aisyiyah (SPB 'A) Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Seiring berjalannya waktu dan mengalami perkembangan yang semakin pesat ditandai dengan banyaknya program studi yang dimiliki mampu menjadi Universitas 'Aisyiyah (UNISA) Yogyakarta yang terbentuk pada tahun 2016, tepatnya pada tanggal 10 Maret 2016 melalui Surat Keputusan (SK) Kemenristek Dikti nomor 109/KPT/I/2016. Pada bulan Mei 2018 UNISA menambah satu program studi baru yaitu Program Studi

Keperawatan Anestesiologi Program Sarjana Terapan sesuai dengan Nomor SK Kemenristekdikti Nomor 390/KPT/1/2018. Program Studi Keperawatan Anestesiologi adalah salah satu program studi yang bergerak dibidang kesehatan dan merupakan program studi yang masih muda di Indonesia. Program studi ini akan menghasilkan penata anestesi yang profesional, teliti dalam melaksanakan kepenataan pre anestesi, intra anestesi, dan pasca anestesi di tatanan pelayanan rumah, sehingga dapat berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan seluruh masyarakat Indonesia yang sehat, mandiri dan berkeadilan.

### 2. Analisis Univariat

#### a. Karakteristik Respon Tabel 4.1

Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.

Kategori	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki - laki	37	30,8
Perempuan	83	69,2
Usia		
Usia 19 Tahun	4	3,2
Usia 20 Tahun	92	76,7
Usia 21 Tahun	24	20,0
Total	120	100

Sumber :*Data Primer, Februari 2023*

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 120 responden diperoleh responden dengan jenis kelamin

perempuan sebanyak 83 mahasiswa (69.2%), kemudian sebanyak 92 responden (76.7%) berusia 20 tahun.

b. Karakteristik Responden Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping

Kategori	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Adaptif	69	57,5
Maladaptif	51	42,5
Total	120	100

Sumber : Data Primer, Februari 2023

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa dari 120 jumlah responden diperoleh mekanisme koping adaptif berjumlah 69 responden (57,5%).

c. Karakteristik Responden Tabel 4.3 Dsistribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Kategori	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Stres Ringan	20	16,7
Stres Sedang	75	62,5
Stres Berat	25	20,8
Total	120	100

Sumber : Data Primer, Februari, 2023

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa dari 120 jumlah responden sejumlah 75 responden (62,5%) memiliki stres sedang.

3. Analisis Bivariat

Tabel 4.4 Korelasi Mekanisme

Koping dan Tingka Stres

Mekanisme Koping	Tingkat Stres						Jumlah	P value	Cramer's V Value	
	Ringan		Sedang		Berat					
	f	%	f	%	f	%				
Adaptif	15	21.7	49	71.0	5	24.5	69	100	0,000	0,639
Maladaptif	5	9.8	26	31.9	20	4.2	51	100		
<b>Jumlah</b>	20	16.7	75	62.5	25	20.8	120	100		

Sumber : data Primer, Februari 2023

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa dari 120 responden didapatkan lebih banyak yang memiliki tingkat stres sedang pada mekanisme koping adaptif yaitu 71,0% dibandingkan dengan mekanisme koping maladaptif yaitu 31,9%.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji statistik *Chi Square* untuk menguji hubungan antara mekanisme koping terhadap tingkat stres mahasiswa keperawatan anestesiologi dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi dimana dalam uji ini hasil *p value* sama dengan 0,000 yang menunjukkan bahwa probabilitas kurang dari 0,05 ( $0.000 < 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat stres mahasiswa keperawatan anestesiologi angkatan 2020 dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Berdasarkan kolom

*crimer's v*, nilai signifikansi adalah 0,639 yang mengindikasikan kuat.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi angkatan 2020**

Koping bisa dikatakan juga sebagai proses individu dalam mengelola ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu tersebut dalam situasi stres. Dengan kata lain saat individu berada dalam situasi yang penuh tekanan, maka individu tersebut akan mengambil sebuah tindakan untuk mengatasi rasa stres yang dialaminya (Lavari *et al.*, 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian dari Mahutri *et al.*, (2022) Hasil penelitian yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa responden yang memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 317 mahasiswa (91 %), Setiap individu memiliki cara mengelola stres atau koping yang berbeda yang dipengaruhi oleh nilai, kepercayaan, dan pencapaian yang ingin diraih. Koping bersifat terencana dan disengaja sebagai usaha secara

psikologis untuk mengelola stres, ada 2 jenis mekanisme koping yakni koping adaptif dan koping maladaptif (Pragholapati, 2019).

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).

Koping maladaptif pada mahasiswa dengan tingkat stres berat terjadi karena mengalami transisi pembelajaran dapat disebabkan karena kurangnya dukungan sosial dari orang terdekat dalam pemecahan masalah. Selain itu faktor kesehatan juga dapat mempengaruhi strategi koping mahasiswa karena selama dalam usaha mengatasi stres mahasiswa dituntut mengeluarkan tenaga yang cukup besar (Kasimo, 2020).

Menurut Nursalam (2011) dalam Masithoh (2018), koping

dipandang sebagai suatu faktor penyeimbang yang dapat membantu individu beradaptasi dengan kondisi yang menekan dan dapat menimbulkan stres. Mekanisme koping lebih mengarah pada yang orang lakukan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang penuh tekanan atau yang membangkitkan emosi. Asumsi peneliti, mahasiswa yang mengalami koping adaptif karena materi yang diajarkan lebih mudah dimengerti dan perubahan susunan belajar juga mendukung proses belajar, koping adaptif yang dialami oleh mahasiswa juga disebabkan oleh dukungan keluarga dan orang terdekat seperti teman satu kost dan teman satu skill lab yang mana individu dengan mekanisme koping adaptif akan cepat beradaptasi dengan situasi yang ada.

## **2. Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi angkatan 2020**

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, Hal ini

Pembelajaran luring merupakan sistem pembelajaran baru bagi beberapa perguruan tinggi, dimana dalam pelaksanaannya membutuhkan adaptasi, baik oleh mahasiswa maupun dosen. Beberapa hal yang menjadi stresor bagi mahasiswa yang menjalani perkuliahan luring, yaitu mulai beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah marah karena perbedaan pendapat dalam suatu masalah serta lambatnya proses berinteraksi dengan orang baru, jadwal kuliah yang padat, Proses adaptasi selama mengikuti perkuliahan daring dapat menimbulkan stres bagi mahasiswa, dikarenakan kesiapan mahasiswa dalam proses penggunaan pembelajaran luring yang belum matang.

Hal ini akan mengakibatkan kesulitan menyesuaikan diri dan dapat menjadikan stresor tersendiri yang akan menghambat proses belajar mengajar sehingga mempengaruhi proses belajar mereka di lahan praktik (Agustiningsih, 2019). Stres dapat menyebabkan efek

menguntungkan dan merugikan. Efek berbahaya dapat mempengaruhi berbagai patologi dan penyakit karena berbagai faktor seperti hormon, mediator neuroendokrin, peptida dan neurotransmitter terlibat dalam respon tubuh terhadap stres (Yaribeygi *et al.*, 2017).

Pada penelitian Ambarwati *et al.*, (2017) menyatakan bahwa mahasiswa yang berada pada tingkat stres sedang berjumlah (29,7%) 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. (2015).

Pada penelitian Sunarya (2021) menyatakan bahwa sebanyak (32,3%) mengalami stres sedang dalam proses pembelajaran 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-hal yang disukai. Ada dua hal yang dominan sering membuat mahasiswa stress yaitu terlalu banyak tugas, sehingga sering letih dan kurang tidur (limbong, 2022).

### **3. Keeratan Hubungan Mekanisme Koping dan Tingkat Stres**

Penelitian yang dilakukan oleh Akhmad *et al.*, (2022) yang menyatakan bahwa sejumlah 81.81% dengan jumlah siswa sebanyak 72 siswa mengalami stres akademi sedang. Hal sejalan dengan penelitian Siregar & Rahmulyani (2022) yang menyatakan bahwa dikemukakan penyesuaian diri berhubungan dengan stres akademik pada pembelajaran tatap muka terbatas siswa SMA N 1 Lubuk Pakam diterima dengan  $p$  value 0,000 ( $p$

< 0,05). Faktor yang menentukan mekanisme koping yang paling banyak atau sering digunakan sangat tergantung pada sejauh mana tingkat stres yang dialami. Secara statistik memperlihatkan bahwa responden dengan tingkat stres ringan dan sedang dominan memiliki mekanisme koping adaptif dengan prosentase 21,7 % dan 71,0% sebaliknya pada responden yang memiliki tingkat stres berat sebagian besar memiliki mekanisme koping yang maladaptif yaitu sebanyak 39,2%. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres akan membuat mahasiswa cenderung mengadopsi mekanisme koping maladaptif.

Disamping itu ditemukan juga bahwa terdapat responden yang memiliki mekanisme koping adaptif dan maladaptif pada mahasiswa dengan tingkat stres sedang. Mereka yang memiliki mekanisme koping adaptif disebabkan karena mereka lebih sering mampu untuk mengontrol kejengkelan yang terjadi dalam hidup. Tentu saja stres yang

negatif tidak akan mengidap orang-orang yang punya kecerdasan emosional dan spiritual yang baik. Sebab, orang cerdas secara emosional punya kemampuan untuk mengendalikan diri, semangat dan ketekunan. Mahasiswa juga mampu memotivasi diri sendiri dan bisa bertahan menghadapi stres.

Mahasiswa dengan mekanisme koping maladaptif disebabkan karena mereka merasa bahwa kesulitan-kesulitan yang muncul sudah memuncak sehingga tidak akan bisa diatasi lagi. Lavari (2019) menemukan bahwa pada transisi usia remaja ke dewasa muda cenderung labil dalam memutuskan dan belum berpengalaman dalam menyelesaikan masalah atau konflik sehingga masalah atau konflik yang ada menjadi tidak selesai bahkan berkelanjutan. Selain masih sulit untuk mengenali emosinya para remaja akhir atau dalam hal ini Mahasiswa cenderung merasakan emosi yang lebih ekstrem dan

emosi yang lebih cepat dibandingkan dengan orang dewasa (Santrock, 2016).

Selain 10,6% mahasiswa dengan stres berat yang mengadopsi mekanisme koping maladaptif, terdapat juga 7,2% mahasiswa yang mengadopsi mekanisme koping adaptif, hal itu disebabkan karena mahasiswa tersebut lebih cenderung merasa bahwa hal-hal yang sedang terjadi saat ini merupakan takdir dari tuhan. Sebagian orang berfikir bahwa setiap suatu kejadian akan menjadi sesuatu tantangan dalam hidupnya. Sebagian lagi menggantungkan semua permasalahan dengan melakukan kegiatan spiritual, lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta untuk mencari hikmah dan makna dari semua yang terjadi (Nursalam, 2015).

#### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan mekanisme koping terhadap tingkat stres mahasiswa keperawatan anesthesiologi dalam menghadapi pembelajaran luring

pasca pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta peneliti mendapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping terhadap tingkat stres pada mahasiswa keperawatan anesthesiologi angkatan 2020 menggunakan uji *chi square* didapatkan hasil *p value* sebesar 0,000 atau  $<0,05$ .
2. Mahasiswa keperawatan anesthesiologi angkatan 2020 memiliki mekanisme koping adaptif sebanyak 69 responden (57,5%)
3. Mahasiswa keperawatan anesthesiologi angkatan 2020 memiliki tingkat stres sedang dengan prosentase 62,5 %
4. Tingkat keeratn hubungan mekanisme koping terhadap tingkat stres mahasiswa keperawatan anesthesiologi angkatan 2020 dalam menghadapi pembelajaran luring pasca pandemi di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta adalah sebsar

0.639 yang diartikan kuat.

## **SARAN**

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian diatas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan menjadi pendoman dalam menghadapi transisi pembelajaran pasca pandemi, sehingga informasi ini dapat dikembangkan dalam proses pembelajaran secara luring.

### 2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Anestesiologi

Bagi Mahasiswa Keperawatan Anestesiologi diharapkan mahasiswa mampu untuk mengontrol kejengkelan yang terjadi dalam hidup, salah satunya dengan memahami dan meningkatkan kecerdasan emosional, sehingga mampu memotivasi diri sendiri dan bisa bertahan menghadapi stres. Serta lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta untuk mencari hikmah dan makna dari semua apa yang terjadi.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti merekomendasikan agar peneli selanjutnya mampu mengkaji lebih detail tentang bagaimana penurunan atau perubahan mekanisme koping terhadap penurunan tingkat stres, serta mengkaji faktor lainnya yang mungkin juga memiliki hubungan dengan mekanisme koping yang dimiliki oleh mahasiswa keperawatan anestesiologi selain dari tingkat stres.

## **DAFTAR PUTAKA**

- Agustiningsih, N. (2019). Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 6(2), 241–250. DOI:10.26699/jnk.v6i2.ART.p 241–25
- Akhmad. M.W., Norhidayah. , Ilhami., Aisyiah, N & Nur, D.M. (2022). Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Tatap Muka Pasca Pembelajaran Daring: jurnal pendidikan dasar dan keguruan 7(2). e-ISSN : 2715-6818
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.

- Anam, C. (2021). Analisis Kesiapan Pendidikan Vokasi Dalam Menyosong Pembelajaran Tatap Muka Di Masa Pandemi Covid-19.(Studi Kasus di LP3I Malang). *Jurnal Vokasi*, 5(2), 112.  
<https://doi.org/10.30811/vokasi.v5i2.2313>
- Fathia, A. S., Martina, M., & Marthoenis, M. (2021). Tingkat Kecemasan Dan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9 (2) 86–95  
<http://202.4.186.66/JIK/article/view/22777>
- Kasimo, Tadeus Alberto. 2020. “Pengaruh Strategi Koping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Penyusunan Skripsi.” *Jurnal Psikologi* 1(1):1–15.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta:Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 31 Januari 2020 dari [://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset kesehatan dasar Indonesia (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kountul, Y. P. D., Kolibu, F. K., & Korompis, G. E. C. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS*, 7(5), 1–7.
- Khrismadani. P.H. , Sawitri. N.I., Nurhesti. P.O. (2022). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Universitas Udanaya Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. e-ISSN 2715-1980
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 31.  
<https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Masithoh, Anny Rosiana. 2018. “Hubungan Optimisme Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Muhammadiyah Kudus Dalam Menghadapi Skripsi.” *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 9(1):97–103.
- Nursalam. (2015). Manajemen Keperawatan : Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional. (Edisi 5). Jakarta : salemba Medika

Nur, Z. (2022). Efektivitas Pembelajaran Pasca Pandemi Covid-19 di Mts Negeri 1 Makassar. *Educandum*, 8(1), 121–128.

Santrock, J. (2015). Psikologi pendidikan edisi kedua. Jakarta: Kencana.

Siregar. (2022). " Hubungan Tingkat Stres Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Profesi NERS Di Fakultas Keperawatan Universitas ANDALAS PADANG". Universitas Andalas Padang.

Siregar. S.P., Rahmulyani. (2022). Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Stres Akademik Dalam Menjalani Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Di Era New Normal Pada Siswa Kelas XI IPS Sma Negeri 1 Lubuk Pakam T.A 2021/2022. Vol. 2, No. 2 Juni 2022 hlm 25-41. e-ISSN : 2775-740512.

Yaribeygi, H., Panahi, Y., Sahraei, H., Johnston, T. P., & Sahebkar, A. (2017). The impact of stress on body function: A review. *EXCLI Journal*, 16, 1057–1072. <https://doi.org/10.17179/excli2017-480>.

