

**GAMBARAN PEMILIHAN STRATEGI *COPING* TERHADAP  
STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
FEBRUARI – NOVEMBER 2018**

**SKRIPSI**



**Disusun oleh**

**MERLYN PRISCILLA  
405150044**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2019**

**GAMBARAN PEMILIHAN STRATEGI *COPING* TERHADAP  
STRES PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
FEBRUARI – NOVEMBER 2018**

**SKRIPSI**



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Fakultas Kedokteran  
Universitas Tarumanagara Jakarta**

**MERLYN PRISCILLA  
405150044**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2019**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya, Merlyn Priscilla, NIM : 405150044

Dengan ini menyatakan, menjamin bahwa skripsi yang diserahkan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, berjudul

Gambaran Pemilihan Strategi *Coping* Terhadap Stres Pada Mahasiswa Kedokteran merupakan hasil karya sendiri, semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar dan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme.

Saya menyatakan memahami adanya larangan plagiarism dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang – undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 7 Januari 2019

Merlyn Priscilla  
405150044

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Merlyn Priscilla

NIM : 405150044

Program Studi : Kedokteran

Judul Skripsi : Gambaran Pemilihan Strategi Coping Terhadap Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Periode 2018

**Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked.) pada Program Studi Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara.**

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing : dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked ( )

Ketua Sidang : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SpGK(K) ( )

Penguji 1 : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si. ( )

Penguji 2 : dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked ( )

### Mengetahui,

Dekan : Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SpGK(K) ( )

Ditetapkan di : Universitas Tarumanagara

Tanggal : 7 Januari 2019

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Skripsi ini merupakan prasyarat agar dapat dinyatakan lulus sebagai Sarjana Kedokteran. Selama proses Pendidikan mulai dari awal hingga akhir, banyak sekali pengalaman yang didapatkan oleh penulis untuk berkarir sebagai dokter di kemudian hari.

Selama proses penyusunan skripsi ini penulis mengalami keterbatasan dalam mengerjakan penelitian. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada beberapa pihak yang telah mendukung keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SPGK(K) selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.
2. dr. Yoanita Widjaja, M.Pd.Ked selaku pembimbing skripsi yang dengan sabar membantu memberikan arahan, ilmu, dan meluangkan waktu untuk membimbing penulis selama pembuatan skripsi.
3. dr. Zita Atzmardina, MM.,MKM yang membantu peneliti dalam proses penyajian data.
4. Teman – teman dan para sahabat Laurensia, Giovanni Hanjaya, Tamia Putri Roman, dan Felita Wiyasih yang telah memberi dukungan dan membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Orang tua yang selalu memberi dukungan dan kepercayaan kepada penulis untuk terus bersemangat dan terus belajar.

Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 7 Januari 2019

Merlyn Priscilla

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN**  
**PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Merlyn Priscilla

NIM : 405150044

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk mempublikasikan karya ilmiah saya yang berjudul:

Gambaran Pemilihan Strategi *Coping* Terhadap Stres Pada Mahasiswa Kedokteran Serta mencantumkan nama Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 7 Januari 2019

Yang menyatakan,

Merlyn Priscilla  
405150044

## ABSTRACT

*Stress is a change in a person's behavior and emotions which can be influenced by various factors, both external and internal. In Indonesia, stress is experienced by 1.33 million people (14% of the total population). The prevalence of stress in faculty of medicine students is quite high. Many adverse effects can occur due to stress that can affect daily activities, therefore stress must be overcome by coping strategies. This research, was aim to describe the coping strategies for stress in students of the faculty of medicine in Tarumanagara University so they can understand the benefits of handling stress better. This research is a descriptive study with a cross-sectional approach. Respondents of this research were 184 faculty of medicine students of Tarumanagara University who joined the public health class of 2017. The research instrument for assessing coping strategies was the ways of coping questionnaire by Folkman S and Lazarus RS. In addition, another questionnaire was used to assess related factors. The results showed that the most common coping strategies used by faculty of medicine students were accepting responsibility (48.4%), while the least, was confronting coping (1.6%). This results showed compatibility with the cultural dimensions that exist in Indonesia, namely femininity and restraint. Someone with a different age, personality and economic status can choose a different coping strategy. However, the majority of coping strategies used by people with different sexes are relatively the same. The results of this study provide information for respondents and institutions about the importance of choosing a coping strategy in dealing with stress, so that they can take the next strategy that has a positive impact.*

*Keywords: Stress, Coping Strategies, Problem Focused Coping, Emotion Focused Coping*



## ABSTRAK

Stres adalah perubahan perilaku dan emosi seseorang yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Di Indonesia, stres dialami oleh 1,33 juta penduduk (14% dari total penduduk). Prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran cukup tinggi. Banyak dampak buruk terjadi akibat stres yang dapat mempengaruhi aktivitas sehari – hari, oleh karena itu stres harus diatasi dengan strategi *coping*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran strategi *coping* terhadap stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara (FK Untar) agar mereka lebih memahami manfaatnya dalam penanganan stres. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Responden penelitian ini adalah 184 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang mengikuti blok ilmu kesehatan masyarakat angkatan 2017. Instrumen penelitian untuk menilai strategi *coping*, yaitu kuesioner *ways of coping* oleh Folkman S dan Lazarus RS. Selain itu digunakan kuesioner lainnya untuk menilai faktor – faktor terkait. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi *coping* yang paling sering digunakan oleh mahasiswa FK yaitu *accepting responsibility* (48,4%), sedangkan yang paling sedikit, yaitu *confrontive coping* (1,6%). Hal ini sesuai dengan dimensi budaya yang ada di Indonesia, yaitu *femininity* dan *restraint*. Seseorang dengan usia, kepribadian, dan status ekonomi yang berbeda dapat memilih strategi *coping* yang berbeda pula. Namun, strategi *coping* yang mayoritas digunakan oleh orang dengan jenis kelamin yang berbeda, relatif sama. Hasil penelitian ini memberikan informasi bagi responden dan institusi mengenai pentingnya pemilihan strategi *coping* dalam mengatasi stres, agar dapat mengambil langkah selanjutnya yang berdampak positif.

Kata Kunci: Stres, Strategi *Coping*, *Problem Focused Coping*, *Emotion Focused Coping*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN	
PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....	vi
ABSTRACT .....	vii
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.2.1 Pernyataan Masalah.....	3
1.2.2 Pertanyaan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Bagi Institusi.....	4
1.4.2 Bagi Mahasiswa.....	4
1.4.3 Bagi Peneliti .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Stres.....	5
2.1.2 Strategi <i>Coping</i> Terhadap Stres .....	7
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Strategi <i>Coping</i> terhadap Stres.....	9
2.2 Kerangka Teori.....	13
2.3 Kerangka Konsep.....	14

<b>BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>15</b>
3.1 Desain Penelitian.....	15
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	15
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	15
3.3.1 Populasi Target.....	15
3.3.2 Populasi Terjangkau .....	15
3.3.3 Sampel .....	15
3.4 Perkiraan Besar Sampel .....	16
3.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	16
3.6 Cara Kerja / Prosedur Kerja Penelitian .....	16
3.6.1 Alokasi Subjek.....	16
3.6.2 Pengukuran dan Intervensi .....	16
3.7 Variabel Penelitian.....	17
3.8 Definisi Operasional.....	17
3.8.1 Strategi <i>coping</i> .....	17
3.8.2 Kepribadian.....	17
3.8.3 Usia.....	18
3.8.4 Jenis kelamin .....	18
3.8.5 Status ekonomi .....	18
3.9 Instrumen Penelitian.....	18
3.10 Pengumpulan Data .....	20
3.11 Analisis Data .....	20
3.12 Alur Penelitian .....	21
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
<b>BAB 5 PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
5.1 Temuan Penelitian.....	28
5.2 Kekuatan Penelitian .....	32
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	33
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>34</b>
6.1 Kesimpulan .....	34
6.2 Saran.....	35

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>36</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>41</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Untar.....	22
Tabel 4.2 Gambaran Karakteristik Pemilihan Strategi <i>Coping</i> .....	23
Tabel 4.3 Gambaran Karakteristik Usia Terhadap Pemilihan Strategi <i>Coping</i> .....	23
Tabel 4.4 Gambaran Karakteristik Jenis Kelamin Terhadap Pemilihan Strategi <i>Coping</i> .....	24
Tabel 4.5 Gambaran Karakteristik Status Ekonomi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Untar.....	25
Tabel 4.6 Gambaran Karakteristik Status Ekonomi Terhadap Pemilihan Strategi <i>Coping</i> .....	25
Tabel 4.7 Gambaran Karakteristik Kepribadian Mahasiswa Fakultas Kedokteran Untar.....	26
Tabel 4.8 Gambaran Karakteristik Kepribadian Terhadap Pemilihan Strategi <i>Coping</i> .....	27

## DAFTAR SINGKATAN

E	<i>Extraversion</i>
A	<i>Agreeableness</i>
C	<i>Conscientiousness</i>
N	<i>Neuroticism</i>
O	<i>Openness</i>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden.....	41
Lampiran 2 Kuesioner Strategi <i>Coping</i> Terhadap Stres.....	42
Lampiran 3 Kuesioner Kepribadian.....	47
Lampiran 4 Kuesioner Status Ekonomi Keluarga.....	52
Lampiran 5 Dokumentasi.....	53