

**HUBUNGAN PENERAPAN MEKANISME *COPING* DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG**



**Oleh:
ALVINO ARDI WIRANATA
2118011033**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG**

2026

**HUBUNGAN PENERAPAN MEKANISME *COPING* DENGAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN
PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG**

**Oleh:
ALVINO ARDI WIRANATA
(Skripsi)**

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
SARJANA KEDOKTERAN**

**Pada
Fakultas Kedokteran
Universitas Lampung**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG**

2026

Judul Skripsi : HUBUNGAN PENERAPAN MEKANISME COPING
DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA
MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Nama Mahasiswa : *Alvino Ardi Wiranata*

No. Pokok Mahasiswa : 2118011033

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing



Dr. dr. Rika Lisiswanti, S.Ked., M.Med.Ed.
NIP 198010052008122001



dr. Muhammad Aditya, Sp.JP., M.Epid.
NIP 199309032019032026

2. Dekan Fakultas Kedokteran



Dr. dr. Evi Kurniawaty, S.Ked., M.Sc.
NIP 19760120 200312 2 001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : **Dr. dr. Rika Lisiswanti, S.Ked., M.Med.Ed.**

Sekretaris : **dr. Muhammad Aditya, Sp.JP., M.Epid.**

Penguji
Bukan Pembimbing : **Dr. dr. Khairun Nisa B, M.Kes, AIFO-K., FISC.M.**

2. Dekan Fakultas Kedokteran



Dr. dr. Evi Kurniawaty, S.Ked., M.Sc.
NIP197601202003122001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 11 Februari 2026

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul **“Hubungan Penerapan Mekanisme Coping Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung”** adalah hasil karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atas karya penulis lain dengan cara tidak sesuai tata etika ilmiah yang berlaku dalam akademik atau yang dimaksud dengan plagiarisme.
2. Hak Intelektual atas karya ilmiah ini diserahkan sepenuhnya kepada Universitas Lampung.

Atas pernyataan ini, apabila dikemudian hari ternyata ditemukan adanya ketidakbenaran, saya bersedia menanggung akibat dan sanksi yang diberikan kepada saya

Bandar Lampung, Februari 2026

Penulis



Alvino Ardi Wiranata

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Bandar Lampung, Lampung pada tanggal 18 Maret 2003, sebagai anak kedua dari empat bersaudara dari Bapak Komisaris Besar Polisi Budi Hermawan.SH.MM dan Ibu Sari PuspitaS.Sos.

Penulis menyelesaikan pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) di TK Kartini pada tahun 2009. Sekolah Dasar (SD) diselesaikan di SD Al-Azhar 2 Bandar Lampung tahun 2015, Sekolah Menengah Pertama (SMP) diselesaikan di SMP Negeri 2 Bandar Lampung tahun 2018, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) diselesaikan di SMA Negeri 3 Bandar Lampung pada tahun 2021.

Pada tahun 2021, penulis terdaftar sebagai mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN). Selama menjadi mahasiswa, Penulis mengikuti organisasi FSI Ibnu Sina Fakultas Kedokteran Universitas Lampung tahun 2025 sebagai Divisi Kemediaan.

SANWACANA

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi dengan judul **“Hubungan Penerapan Mekanisme *Coping* Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung”**

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat masukan, bantuan, dorongan, saran, bimbingan, dan kritik dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

- 1 Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D.E.A., IPM, ASEAN Eng., selaku Rektor Universitas Lampung.
- 2 Dr. dr. Evi Kurniawaty, S.Ked, M.Sc., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 3 dr. Intanri Kurniati, S.Ked., Sp.PK., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 4 Dr. dr. Rika Lisiswanti.S.Ked.M.Ed selaku Pembimbing pertama penulis yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan serta memberikan kritik dan saran selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas dukungan dan nasihat yang selalu diberikan. Penulis sangat menghargai setiap ilmu yang telah diberikan dalam proses penyusunan skripsi ini, serta selama penulis menjadi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
- 5 dr. M. Aditya Sp.Jp.,M.Epid selaku Pembimbing kedua yang telah yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga, serta dengan sabar memberikan

bimbingan, dukungan, kritik, saran yang membangun dalam penyelesaian skripsi ini. Terima kasih atas segala bimbingan dan ilmu yang telah diberikan kepada penulis hingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.

- 6 Dr.dr. Khairun Nisa Berawi.M.Kes.AIFO-K.,FISCM., selaku Penguji yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan masukan, kritik, saran, dan pembahasan yang bermanfaat dalam proses penyelesaian skripsi yang tidak akan pernah saya lupakan. Terima kasih atas bimbingan, arahan dan nasihat yang selalu diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu dan arahan yang telah diberikan dalam proses penyusunan skripsi ini, serta selama penulis menjadi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 7 Prof. Dr. dr. Asep Sukohar, M.Kes., Sp.KKLP selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan masukan, dukungan, dan nasihat selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 8 Seluruh dosen, staf, dan civitas akademika Fakultas Kedokteran Universitas Lampung atas Ilmu, waktu, serta bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
- 9 Kedua orang tua tercinta, Papa Budi Hermawan dan Mama Sari Puspita, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Terimakasih atas kasih sayang, doa, nasihat, dan pengorbanan yang Papa dan Mama berikan demi pendidikan dan masa depan penulis, hingga penulis bisa sampai di titik ini. Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, pengorbanan yang tidak pernah terhitung, dan atas cinta dan kasih sayang. Segala pencapaian ini tidak akan pernah terwujud tanpa restu, doa, dan perjuangan Papa dan Mama. Terima kasih atas segala yang telah diberikan kepada penulis, semoga penulis dapat membalas seluruh jasa yang telah diberikan
- 10 Ketiga saudara kandung penulis, Mutiara Putri Adisa, Audy Sheila Vania dan Kayla Rafania Hermawan. Terima kasih atas segala kasih sayang, nasihat, dukungan, dan doa yang senantiasa diberikan kepada penulis sejak awal perkuliahan hingga terselesaikannya skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita dan keluh kesah, serta selalu memberikan

semangat, doa, perhatian, serta pengorbanan waktu dan tenaga yang telah diberikan untuk penulis.

- 11 Terima kasih kepada Keluarga Besar Papa dan Mama atas perhatian dan dukungannya pada penulis
- 12 Terimakasih Kepada Abang dan Aak selaku saudara penulis yang selalu siap sedia menemani penulis dalam mengerjakan penulisan ini
- 13 Kepada seluruh keluarga besar yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu terima kasih atas kasih sayang dan doa Kalian menjadi penyemangat dan sumber kebahagiaan dalam setiap langkah penulis.
- 14 Seluruh teman PSPD angkatan 2021 Purin Pirimidin, terima kasih telah menjadi rekan seperjuangan selama masa perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- 15 Terakhir Untuk diri sendiri, terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah kuat di saat lelah, tetap berjuang di saat ragu, dan tidak menyerah meski sempat ingin berhenti. Terima kasih telah berani menghadapi proses yang panjang dan penuh tantangan. Semoga diri ini senantiasa bersyukur, tidak berhenti berusaha menjadi versi terbaik dari diri sendiri.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu besar harapan penulis untuk mendapat segala bentuk kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak dan . Semoga karya sederhana ini dapat memberikan manfaat yang bisa dirasakan dan digunakan bagi para pembaca.

Bandar Lampung, Februari 2026

Penulis

Alvino Ardi Wiranata

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE APPLICATION OF COPING MECHANISMS AND ACADEMIC RESILIENCE IN FIRST YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE, UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

Alvino Ardi Wiranata

Background: *Medical students face high academic demands that can affect their psychological well-being. Effective coping mechanisms play a crucial role in helping students manage stress and adapt to academic challenges. The process used to manage obstacles or demands is known as coping. Academic resilience is needed by students in order to endure and adapt when facing stressful conditions.*

Objective: *To determine the relationship between the application of coping mechanisms and academic resilience in first-year students of the Faculty of Medicine, University of Lampung.*

Methods: *This study employed a cross-sectional approach. The population consisted of 197 medical students from the 2024 cohort, with a total sample of 132 respondents.*

Results: *The majority of coping mechanisms among medical students at the University of Lampung were categorized as adaptive, totaling 108 students (81.8%). Most students also demonstrated positive (favorable) academic resilience, amounting to 110 students (83.3%). Statistical analysis using the Fisher's exact test yielded a p-value of <0.001 ($p\text{-value} < \alpha = 0.05$), indicating a significant relationship between coping mechanisms and academic resilience in first-year among medical students at the University of Lampung. Students who applied adaptive coping tended to show stronger academic resilience compared to those using maladaptive coping strategies.*

Conclusion: *There is a relationship between coping mechanisms and academic resilience in first-year students of the Faculty of Medicine, University of Lampung.*

Keywords: *Coping mechanisms, academic resilience, medical students.*

ABSTRAK

HUBUNGAN PENERAPAN MEKANISME *COPING* DENGAN RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh
Alvino Ardi Wiranata

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran menghadapi tekanan akademik yang tinggi yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis. Mekanisme coping yang efektif berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi stres dan meningkatkan kemampuan beradaptasi terhadap tantangan akademik. Proses yang digunakan untuk menangani hambatan atau tuntutan-tuntutan tersebut adalah *coping*. Resiliensi dibutuhkan untuk mahasiswa agar mampu bertahan dalam keadaan tertekan.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran Universitas Lampung.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Angkatan 2024 yang berjumlah 197 mahasiswa dan jumlah sampel sebanyak 132 orang.

Hasil Penelitian: Sebagian besar mekanisme *coping* pada mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung termasuk dalam kategori adaptif yaitu sebanyak 108 orang (81,8%). Diketahui bahwa sebagian besar resiliensi akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung adalah positif (*favorable*) yaitu sebanyak 110 orang (83,3%). Hasil uji statistik dengan *Fisher's exact* diperoleh $p\text{-value} = < 0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama fakultas kedokteran Universitas Lampung. Mahasiswa dengan coping adaptif cenderung memiliki ketahanan akademik yang lebih baik dibandingkan mahasiswa dengan coping maladaptif.

Kesimpulan: Terdapat hubungan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kata Kunci: Mekanisme *coping*, resiliensi akademik, mahasiswa kedokteran.

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
BAB I. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Peneliti	6
1.4.2 Bagi Institusi	6
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	7
1.4.4 Bagi Mahasiswa Kedokteran.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Mekanisme <i>Coping</i>	8
2.2 Resiliensi Akademik	10
2.2.1 Definisi Resiliensi Akademik.....	10
2.2.2 Aspek Resiliensi Akademik	12
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik	13
2.2.4 Dampak Resiliensi Akademik	16
2.2.5 Pengukuran Resiliensi Akademik.....	19

2.3 Hubungan <i>Coping</i> dengan Resiliensi.....	21
2.4 Kerangka Teori.....	23
2.5 Hipotesis Penelitian	24
BAB III. METODE PENELITIAN	25
3.1 Rancangan Penelitian.....	25
3.2 Tempat dan Waktu.....	25
3.2.1 Tempat Penelitian	25
3.2.2 Waktu Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel.....	25
3.3.1 Populasi	25
3.3.2 Sampel	26
3.4 Variabel Penelitian.....	27
3.4.1 Variabel Bebas	27
3.4.2 Variabel Terikat.....	27
3.5 Definisi Operasional	27
3.6 Instrumen Penelitian	28
3.6.1 Kuesioner Penerapan Mekanisme <i>Coping</i>	28
3.6.2 Kuesioner Resiliensi Akademik.....	29
3.7 Prosedur Penelitian	30
3.8 Alur Penelitian.....	31
3.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	31
3.10 Pengelolahan Data dan Analisis Data.....	32
3.10.1 Pengelolahan Data.....	32
3.10.2 Analisis Data.....	33
3.10.3 Penyajian Data.....	33
3.11 Etika Penelitian.....	33
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	35
4.1.1 Analisis Univariat.....	35
4.1.2 Analisis Bivariat.....	37

4.2 Pembahasan.....	37
4.2.1 Analisis Univariat.....	37
4.2.2 Analisis Bivariat Hubungan Mekanisme <i>Coping</i> dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung	40
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	42
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	43
5.1 Kesimpulan	43
5.2 Saran	43
 DAFTAR PUSTAKA	 45

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Definisi Operasional.....	27
3.2 Interpretasi Kuesioner Mekanisme <i>Coping</i>	28
3.3 Distribusi Pernyataan Mekanisme <i>Coping</i>	28
3.4 Interpretasi <i>The Academic Resilience Scale-30</i> (ARS-30).....	29
3.5 Distribusi Pernyataan ARS-30.....	30
4.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung	35
4.2 Distribusi Frekuensi Usia Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung.....	35
4.3 Distribusi Frekuensi Mekanisme <i>Coping</i> Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.....	36
4.4 Distribusi Frekuensi Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.....	36
4.5 Hubungan Mekanisme <i>Coping</i> Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Teori	23
2.2 Kerangka Konsep.....	24

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa pendidikan kedokteran adalah individu yang menempuh pendidikan tinggi di bidang medis untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan klinis, dan sikap profesional sebagai calon dokter. Mereka tidak hanya belajar teori, tetapi juga menjalani praktik langsung guna memahami diagnosis, penanganan, dan pencegahan penyakit secara komprehensif (Hafizha, 2022).

Pendidikan kedokteran bertujuan untuk menghasilkan tenaga dokter yang memiliki kompetensi ilmiah, keterampilan klinis, serta etika profesi dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Selain itu, pendidikan ini juga bertujuan membentuk dokter yang mampu berpikir kritis, berkomunikasi efektif, serta berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan peningkatan derajat kesehatan (Muhlisa, 2021). Tekanan akademik pada mahasiswa kedokteran merupakan kondisi stres yang muncul akibat tuntutan pembelajaran yang intensif, beban materi yang kompleks, serta jadwal yang padat. Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik mahasiswa, sehingga diperlukan kemampuan manajemen stres yang baik agar tetap dapat menjalani pendidikan secara optimal (Yuliyanto, 2015).

Mahasiswa fakultas kedokteran dituntut untuk mampu menguasai ilmu pengetahuan medis yang luas, keterampilan klinis, serta memiliki ketahanan mental dalam menghadapi beban akademik yang tinggi. Selain itu, mereka juga diharapkan memiliki sikap profesional, empati, dan kemampuan

komunikasi yang baik dalam memberikan pelayanan kesehatan (Ratnasari, 2017). Untuk mencapai tujuan tersebut, fakultas kedokteran pada umumnya menerapkan kurikulum yang mencakup pembelajaran edukatif, demonstrasi, praktik dengan supervisi, mentoring, serta pengalaman langsung guna meningkatkan hasil belajar individu. Namun, beberapa komponen dalam kurikulum tersebut juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti munculnya distress akademik yang kurang menguntungkan (Sutjipto, 2015).

Penelitian oleh Purnamasari et al. menemukan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami depresi dibandingkan dengan kelompok mahasiswa lainnya. Hal ini disebabkan oleh tekanan akademik yang tinggi, beban belajar yang berat, serta tuntutan untuk selalu berprestasi. Oleh karena itu, diperlukan perhatian khusus terhadap kesehatan mental mahasiswa kedokteran agar risiko tersebut dapat diminimalkan. (Purnamasari *et al*, 2015). Menurut penelitian oleh Purwanti, risiko tinggi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti beban akademik yang berat, tekanan untuk mencapai prestasi tinggi, serta kurangnya waktu istirahat. Kondisi ini dapat memperburuk kesejahteraan psikologis mahasiswa kedokteran apabila tidak diimbangi dengan manajemen stres yang baik (Purwanti, 2020).

Berdasarkan data World Health Organization, sekitar 450 juta orang di seluruh dunia mengalami stres, dan kondisi ini menempati peringkat keempat sebagai penyakit di dunia (WHO, 2019). Prevalensi stres pada mahasiswa secara global berkisar antara 38–71%, termasuk hasil penelitian pada mahasiswa kedokteran di berbagai universitas (Fares et al., 2019). Di Indonesia, angka kejadian stres pada mahasiswa berada pada kisaran 36,7–71,6% (Risksdas, 2018). Sementara itu, pada mahasiswa fakultas kedokteran di Indonesia, tingkat stres tercatat antara 45,8–71,6% (Oktovia, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani et al. pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas yang berjumlah 252 responden

menunjukkan bahwa 51,6% mahasiswa mengalami tingkat stres yang berat. Penelitian lain oleh Prabamurti pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret angkatan 2016–2018 juga menemukan bahwa 67,5% mahasiswa mengalami stres akademik pada tingkat yang berat. Kedua hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa Program Studi Kedokteran tergolong tinggi. Dampak negatif dari stres akademik ini dapat memengaruhi keberlangsungan proses belajar dan pencapaian akademik mahasiswa.

Dampak buruk terhadap mahasiswa dapat ditimbulkan oleh stres akademik (Hasanah & Wacana, 2017). Penurunan kemampuan akademik dilaporkan dialami oleh mahasiswa yang mengalami stres akademik, yang kemudian berdampak pada indeks prestasi mereka; selain itu, kesulitan dalam berkonsentrasi, gangguan memori, serta hambatan dalam penyelesaian masalah akademik juga dapat ditimbulkan (Ambarwati *et al*, 2019). Peranan besar dalam peningkatan gejala depresi pada mahasiswa kedokteran diduga dimiliki oleh berbagai faktor risiko, seperti jenis kelamin, tahun studi, jalur masuk, tempat tinggal, kondisi finansial, dan mekanisme coping. Peningkatan stres pada mahasiswa kedokteran dapat dipicu oleh faktor-faktor tersebut, dan apabila paparan stres terjadi secara terus-menerus dalam jangka waktu yang lama, depresi pada mahasiswa kedokteran dapat ditimbulkan.

Hambatan atau tuntutan yang dihadapi ditangani melalui suatu proses yang disebut coping. Kemampuan untuk mentoleransi stres dan depresi, menerima situasi yang menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikendalikan dapat dibantu oleh coping yang efektif (Situmorang dan Desiningrum, 2018). Efektivitas coping ditentukan oleh keberhasilan dalam memenuhi tugas-tugas coping tersebut. Setelah tugas tersebut terpenuhi, evaluasi yang lebih positif terhadap kehidupan, termasuk dalam hal penerimaan diri, penilaian terhadap lingkungan, serta kondisi tekanan yang dialami, dapat dimiliki oleh individu (Rubbyana, 2012)..

Penggunaan mekanisme coping yang tepat oleh mahasiswa dianggap sebagai salah satu faktor yang paling menunjang, di mana coping dipahami sebagai proses kognitif dan perilaku yang bertujuan untuk mengurangi, meredakan, serta menoleransi tuntutan internal maupun eksternal. Tuntutan tersebut disebabkan oleh interaksi antara individu dengan peristiwa-peristiwa yang dinilai dapat menimbulkan stres atau perasaan tertekan ketika menghadapi situasi tertentu, sehingga mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalah cenderung lebih mudah memiliki emosi negatif dan pola pikir jangka pendek yang pada akhirnya membuat kondisi menekan lebih mudah memicu stres. Oleh karena itu, pemahaman terhadap kapasitas diri serta kemampuan dalam menemukan solusi untuk menyikapi tanggung jawab akademik dan pribadi perlu dimiliki, sehingga resiliensi akademik sebagai bentuk pertahanan diri menjadi sangat dibutuhkan oleh mahasiswa (Sholichah, 2018).

Secara umum, resiliensi merujuk pada suatu kondisi yang membatasi munculnya perilaku negatif yang berkaitan dengan stres serta mendorong hasil yang adaptif meskipun individu dihadapkan pada tekanan dan depresi. Kemampuan untuk bertahan dalam situasi tertekan sangat dibutuhkan oleh mahasiswa, sehingga resiliensi menjadi aspek penting yang harus dimiliki. Dalam konteks mahasiswa, kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi berbagai stres serta tekanan selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi akan lebih baik dimiliki oleh mereka yang memiliki resiliensi, sehingga kemungkinan terjadinya distress psikologis yang dapat berdampak buruk terhadap kondisi akademik maupun kehidupan pribadi dapat dihindari (Efendi, 2018).

Hubungan yang positif dan signifikan antara mekanisme coping dengan resiliensi akademik telah ditunjukkan oleh penelitian Muhlisa (Muhlisa, 2021). Selanjutnya, hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan academic burnout juga telah ditemukan dalam penelitian Rabuka, di mana kondisi burnout dipahami sebagai keadaan kelelahan fisik, mental, dan

emosional yang disertai kecenderungan untuk menghindari lingkungan serta munculnya penilaian diri yang rendah. Keadaan burnout akademik tersebut dapat dipicu oleh beban atau tuntutan akademik yang berlebihan dan berlangsung secara terus-menerus, sehingga stres dapat dirasakan dan berdampak pada kondisi mental serta prestasi akademik mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura (Rabuka, 2023).

Hubungan yang positif dan signifikan antara mekanisme coping dengan resiliensi akademik telah ditunjukkan dalam penelitian Muhlisa dan Nur'aini (2021). Sumbangan efektif sebesar 37,8% terhadap resiliensi akademik telah diberikan oleh mekanisme coping, sedangkan sebesar 62,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Hubungan positif yang signifikan antara mekanisme coping dengan resiliensi telah ditunjukkan dalam penelitian Yusuf (2021) pada Aparatur Sipil Negara di Kantor Camat Medan Amplas. Artinya, semakin tinggi mekanisme coping yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi, dan sebaliknya, semakin rendah mekanisme coping, maka semakin rendah pula resiliensi pada Aparatur Sipil Negara.

Permasalahan dan kesulitan dalam kegiatan akademik di perguruan tinggi, khususnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, merupakan fenomena yang tidak dapat dihindari. Tanggapan terhadap permasalahan tersebut ditunjukkan secara berbeda oleh setiap individu, di mana ada yang mampu menerimanya dengan cara yang tepat dan ada pula yang kurang tepat, yang disebabkan oleh perbedaan cara pandang terhadap suatu permasalahan. Oleh karena itu, resiliensi dan mekanisme coping dipandang sebagai faktor penting yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam menghadapi berbagai masalah dan kesulitan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam proses perkuliahan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang: **Hubungan Penerapan Mekanisme *Coping* Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang sebagaimana diuraikan di atas, maka masalah yang dapat dirumuskan adalah: “Apakah ada hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui mekanisme *coping* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
2. Untuk mengetahui resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah, memperluas dan meningkatkan minat, pengetahuan, pembelajaran, dan keterampilan peneliti di bidang penelitian.

1.4.2 Bagi Institusi

Dapat memberikan kontribusi ilmiah terutama dalam bidang ilmu kesehatan terkait hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan

resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Dapat menjadi sumber informasi dan memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.

1.4.4 Bagi Mahasiswa Kedokteran

Memberikan manfaat bagi para mahasiswa kedokteran terkait hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Mekanisme *Coping*

Mekanisme coping adalah proses kognitif dan perilaku yang digunakan individu untuk menghadapi, mengelola, serta mengurangi stres atau tekanan yang berasal dari tuntutan internal maupun eksternal. Mekanisme ini membantu individu dalam menyesuaikan diri terhadap situasi yang menekan sehingga dapat mempertahankan keseimbangan psikologis. Mekanisme coping yang buruk dapat menyebabkan individu tidak mampu mengelola stres secara efektif sehingga meningkatkan risiko munculnya masalah psikologis. Kondisi ini dapat berdampak pada penurunan fungsi akademik maupun kesejahteraan mental individu (Hasan dan Tumah, 2019).

Coping dipahami sebagai suatu proses kognitif dan perilaku yang digunakan untuk mengurangi perasaan tertekan yang muncul ketika situasi stres dihadapi. Mekanisme coping diartikan sebagai upaya yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai tantangan, luka, kehilangan, atau ancaman, serta lebih mengarah pada tindakan yang dilakukan untuk mengatasi tuntutan yang penuh tekanan atau yang membangkitkan emosi (Rubbyana, 2012).

Tiga istilah yang saling terkait dalam mekanisme coping, yaitu coping strategy, coping style, dan coping skills, telah dikenal dalam kajian psikologi. Coping style diartikan sebagai cara-cara yang lebih disukai oleh individu dalam menggunakan sumber daya coping yang dimilikinya, sedangkan coping skills dimaknai sebagai keterampilan yang digunakan dalam pelaksanaan aktual dari sumber daya tersebut dalam bentuk tindakan.

Sementara itu, mekanisme coping dipahami sebagai jenis-jenis upaya spesifik, baik berupa perilaku maupun respons psikologis, yang dilakukan untuk menguasai, mentoleransi, menghilangkan, dan mengurangi kejadian atau pengalaman yang menimbulkan tekanan (Rubbyana, 2012).

Mekanisme *coping* berdasarkan penggolongannya dibagi menjadi 2 (dua), yaitu:

1. Mekanisme *Coping* Adaptif

Mekanisme coping adaptif diartikan sebagai bentuk coping yang mendukung fungsi integrasi, pertumbuhan, proses belajar, serta pencapaian tujuan individu. Dalam mekanisme ini, berbagai strategi seperti berbicara dengan orang lain, pemecahan masalah secara efektif, penerapan teknik relaksasi, latihan yang seimbang, serta keterlibatan dalam aktivitas konstruktif digunakan sebagai upaya dalam menghadapi tekanan atau stres.

2. Mekanisme *Coping* Maladaptive

Mekanisme coping maladaptif diartikan sebagai bentuk coping yang menghambat fungsi integrasi, mengganggu pertumbuhan, menurunkan otonomi, serta cenderung tidak efektif dalam mengelola lingkungan. Dalam mekanisme ini, respons seperti makan berlebihan atau tidak makan, bekerja secara berlebihan, serta perilaku menghindar digunakan sebagai cara menghadapi tekanan, meskipun berdampak negatif (Nasir dan Muhith, 2011).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme coping dapat dijelaskan:

1. Kesehatan fisik dipandang sebagai aspek yang penting, karena dalam proses mengatasi stres, penggunaan energi yang cukup besar dituntut dari individu;
2. Keyakinan atau pandangan positif dianggap sebagai sumber daya psikologis yang sangat penting, di mana keyakinan terhadap nasib (*external locus of control*) dapat mengarahkan individu pada penilaian

ketidakberdayaan (*helplessness*) sehingga kemampuan mekanisme coping dapat menurun;

3. Keterampilan memecahkan masalah diartikan sebagai kemampuan untuk mencari informasi, menganalisis situasi, serta mengidentifikasi masalah guna menghasilkan alternatif tindakan yang kemudian dipertimbangkan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai;
4. Keterampilan sosial dipahami sebagai kemampuan untuk berkomunikasi dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat;
5. Dukungan sosial diartikan sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga, saudara, teman, serta lingkungan masyarakat sekitar (Nasir dan Muhith, 2011).

2.2 Resiliensi Akademik

2.2.1 Definisi Resiliensi Akademik

Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan dalam mengendalikan keinginan, dorongan, dan tekanan yang muncul dalam diri individu yang didasarkan pada pengalaman terhadap respons yang diberikan saat permasalahan muncul. Kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika menghadapi kondisi yang sulit juga dipandang sebagai bagian dari resiliensi (Reivich dan Shatte, 2012). Selanjutnya, resiliensi dikemukakan sebagai suatu kualitas yang membantu individu dalam menahan berbagai efek negatif dari kesulitan yang dialami Cassidy, 2016).

Resiliensi dipandang sebagai suatu hal yang pasti dibutuhkan oleh setiap individu sebagai bentuk ketangguhan, karena tekanan dalam kehidupan tidak dapat dihindari. Kemampuan untuk mengatasi berbagai kesulitan hidup dapat dimiliki oleh individu yang resiliensinya ditingkatkan, sehingga kemampuan untuk bangkit kembali serta mencapai keberhasilan, termasuk dalam bidang pendidikan meskipun

terdapat tekanan, dapat ditunjukkan. Resiliensi dalam konteks akademik diartikan sebagai kemampuan individu dalam lingkungan pendidikan untuk secara efektif menghadapi kemunduran dan tekanan, serta dipahami sebagai kemampuan mahasiswa untuk bertahan dalam kondisi sulit, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kesulitan, dan beradaptasi secara positif terhadap tuntutan akademik (Cassidy, 2016).

Resiliensi akademik ditandai dengan adanya optimisme dalam menghadapi kesulitan, kemampuan refleksi diri untuk mencapai tujuan jangka panjang, serta kegigihan dalam meraih tujuan yang telah ditetapkan. Kemampuan untuk menangani secara efektif berbagai kemunduran, tantangan, dan tekanan dalam lingkungan pendidikan dari waktu ke waktu juga termasuk dalam konsep ini. Individu yang memiliki resiliensi akademik akan lebih tangguh, kegagalan tidak dipandang sebagai akhir, serta pola pikir untuk mengatasi masalah, sikap penuh perhatian, dan semangat akan semakin ditingkatkan (Kumalasari dan Akmal, 2020).

Resiliensi akademik diartikan sebagai ketangguhan individu dalam menghadapi berbagai tugas akademik sehingga sikap mudah putus asa dalam menghadapi kesulitan tidak ditunjukkan. Fenomena yang menggambarkan kemampuan individu dalam mencapai hasil yang baik meskipun dihadapkan pada berbagai kesulitan serta berperan dalam perkembangan akademik juga dipahami sebagai resiliensi akademik. Kemampuan untuk mengatasi tekanan dalam setiap kegiatan akademik serta memberikan respons positif, baik secara emosional maupun perilaku, dianggap sebagai ciri dari individu yang memiliki resiliensi akademik yang baik (Harahap dkk, 2020).

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dipaparkan, resiliensi akademik disimpulkan sebagai kemampuan individu untuk tetap bertahan dalam bidang akademik dengan upaya untuk bangkit kembali dari kondisi sulit

dan tertekan sehingga menjadi lebih baik, meskipun berbagai tantangan dan rintangan dihadapi.

2.2.2 Aspek Resiliensi Akademik

Menurut Cassidy, tiga aspek dalam resiliensi akademik telah diidentifikasi, yaitu *perseverance* (ketekunan), *reflecting and adaptive help seeking* (mencari bantuan secara reflektif dan adaptif), serta *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respons emosional).

1. Ketekunan

Ketekunan diartikan sebagai kemampuan individu untuk tetap berusaha secara konsisten dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi berbagai kesulitan. Sikap ini ditunjukkan melalui kemauan untuk terus mencoba, meskipun mengalami hambatan atau kegagalan dalam proses mencapai tujuan. Individu yang memiliki ketekunan akan tetap fokus pada tujuan jangka panjang dan tidak mudah teralihkan oleh tekanan atau tantangan yang muncul, ketekunan menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung keberhasilan, khususnya dalam konteks akademik (Cassidy, 2016).

2. Mencari bantuan adaptif

Mencari bantuan adaptif diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali keterbatasan diri dan secara aktif mencari dukungan yang tepat ketika menghadapi kesulitan. Bantuan tersebut dapat diperoleh dari dosen, teman, maupun sumber belajar lain yang relevan guna membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Sikap ini mencerminkan keterbukaan, kesadaran diri, serta kemauan untuk belajar dari orang lain, pencarian bantuan secara adaptif dapat meningkatkan pemahaman serta mendukung keberhasilan dalam proses akademik (Cassidy, 2016).

3. Pengaruh negatif dan respon emosional

Pengaruh negatif dan respon emosional diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengenali, mengelola, dan mengendalikan emosi negatif yang muncul ketika menghadapi tekanan atau kesulitan. Respons emosional seperti kecemasan, frustrasi, atau rasa putus asa dapat muncul, namun perlu diatur agar tidak menghambat proses belajar dan pencapaian tujuan. Individu yang memiliki resiliensi akademik yang baik akan mampu merespons emosi negatif secara lebih adaptif dan tidak membiarkannya berkembang menjadi hambatan, pengelolaan emosi yang tepat menjadi faktor penting dalam menjaga keseimbangan psikologis dan keberhasilan akademik (Cassidy, 2016).

2.2.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Resiliensi Akademik*

Terdapat lima faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik (Everall et al, 2016). Faktor-faktor tersebut diantaranya individu, keluarga, eksternal, spiritualitas dan konsep diri:

1. Individu

Faktor individu merupakan faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri. Faktor-faktor dari dalam diri individu sebagai berikut:

a. Intelegensi

Intelegensi diartikan sebagai kemampuan kognitif individu dalam memahami, menganalisis, serta memecahkan masalah secara efektif. Kemampuan ini mencakup daya pikir, penalaran, serta kecepatan dalam menerima dan mengolah informasi yang diperoleh. Individu dengan tingkat intelegensi yang baik cenderung lebih mampu menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan menghadapi berbagai tantangan. Intelegensi menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan dalam proses belajar dan pencapaian akademik (Everall et al, 2016).

b. *Problem focus coping*

Problem focused coping diartikan sebagai strategi coping yang berfokus pada upaya langsung untuk mengatasi atau menyelesaikan sumber masalah yang menyebabkan stres. Pendekatan ini dilakukan dengan cara mengidentifikasi masalah, mencari solusi, serta mengambil tindakan nyata untuk mengurangi atau menghilangkan penyebab tekanan. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung lebih aktif, rasional, dan terarah dalam menghadapi kesulitan. *Problem focused coping* dapat membantu meningkatkan efektivitas penyelesaian masalah, khususnya dalam konteks akademik (Everall *et al*, 2016).

c. *Internal locus control*

Internal locus of control diartikan sebagai keyakinan individu bahwa keberhasilan maupun kegagalan yang dialami dipengaruhi oleh usaha, kemampuan, dan tindakan diri sendiri. Individu dengan internal locus of control cenderung merasa memiliki kendali atas kehidupan yang dijalannya sehingga lebih bertanggung jawab terhadap keputusan dan hasil yang diperoleh. Sikap ini mendorong individu untuk lebih aktif dalam menghadapi tantangan dan tidak mudah menyalahkan faktor eksternal. (Everall *et al*, 2016).

d. Konsep diri

Konsep diri diartikan sebagai pandangan, penilaian, dan persepsi individu terhadap dirinya sendiri, baik dari segi kemampuan, kelebihan, maupun kekurangan yang dimiliki. Konsep diri terbentuk melalui pengalaman hidup serta interaksi dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Individu dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik serta mampu menghadapi tantangan dengan sikap yang optimis. Konsep diri menjadi faktor penting yang memengaruhi perilaku, penyesuaian diri, dan keberhasilan dalam bidang akademik. (Everall *et al*, 2016).

e. *Self-Esteem*

Self-esteem diartikan sebagai penilaian atau penghargaan individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana individu merasa berharga, mampu, dan percaya diri. *Self-esteem* terbentuk dari pengalaman hidup, interaksi sosial, serta penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangan diri. Individu dengan *self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki keyakinan diri yang kuat, mampu menghadapi tekanan, serta tidak mudah terpengaruh oleh penilaian negatif dari lingkungan. Dengan demikian, *self-esteem* menjadi faktor penting yang mendukung kesejahteraan psikologis dan keberhasilan, khususnya dalam konteks akademik. (Everall *et al*, 2016).

2. Keluarga

Keluarga diartikan sebagai lingkungan terdekat yang memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian, sikap, serta kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, baik secara emosional, moral, maupun material, dapat membantu individu dalam mengembangkan mekanisme coping yang lebih adaptif. Lingkungan keluarga yang harmonis juga dapat meningkatkan rasa aman, kepercayaan diri, dan motivasi dalam menghadapi tantangan. (Everall *et al*, 2016).

3. Eksternal

Faktor eksternal diartikan sebagai segala pengaruh yang berasal dari luar diri individu yang dapat memengaruhi kemampuan dalam menghadapi tekanan dan tantangan. Faktor ini mencakup lingkungan sosial, teman sebaya, institusi pendidikan, serta kondisi budaya dan ekonomi yang melingkupi individu. Dukungan atau tekanan dari lingkungan eksternal dapat berperan dalam membentuk cara individu merespons stres dan mengembangkan resiliensi. (Everall *et al*, 2016).

4. Spiritualitas

Spiritualitas diartikan sebagai aspek yang berkaitan dengan nilai-nilai, keyakinan, serta hubungan individu dengan makna hidup atau kekuatan yang lebih tinggi. Spiritualitas berperan dalam memberikan ketenangan batin, harapan, serta kekuatan dalam menghadapi tekanan dan kesulitan. Individu dengan spiritualitas yang baik cenderung lebih mampu menerima keadaan, bersikap sabar, dan memaknai pengalaman hidup secara positif. Dengan demikian, spiritualitas menjadi faktor penting yang mendukung resiliensi dan kesejahteraan psikologis, khususnya dalam menghadapi tuntutan akademik (Kumalasari dan Akmal, 2020).

5. Konsep Diri

Konsep diri diartikan sebagai gambaran, penilaian, dan persepsi individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Konsep diri terbentuk melalui pengalaman serta interaksi dengan lingkungan, yang kemudian memengaruhi cara individu berpikir, bersikap, dan bertindak. Individu dengan konsep diri yang positif cenderung memiliki rasa percaya diri yang lebih baik dan mampu menghadapi tekanan dengan lebih adaptif. Konsep diri menjadi faktor penting dalam mendukung resiliensi dan keberhasilan, khususnya dalam konteks akademik. (Rachmawati dan Listiyandini, 2014).

2.2.4 Dampak *Resiliensi Akademik*

Dampak resiliensi akademik diartikan sebagai berbagai konsekuensi positif yang diperoleh individu dalam menghadapi tuntutan dan tekanan di lingkungan pendidikan. Individu dengan resiliensi akademik yang baik cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi, mampu mengelola stres secara efektif, serta menunjukkan motivasi dan ketekunan dalam mencapai tujuan akademik. Selain itu, resiliensi akademik juga berpengaruh terhadap peningkatan prestasi belajar,

kesejahteraan psikologis:

1. Harga diri

Harga diri diartikan sebagai penilaian individu terhadap nilai dan keberhargaan dirinya sendiri. Harga diri yang tinggi ditandai dengan adanya rasa percaya diri, penerimaan diri, serta keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Sebaliknya, harga diri yang rendah dapat memengaruhi cara individu dalam menghadapi tekanan dan tantangan, termasuk dalam bidang akademik. Harga diri menjadi faktor penting yang berkontribusi terhadap resiliensi dan keberhasilan individu (Destriana, 2017).

2. Distres

Distres diartikan sebagai kondisi tekanan psikologis yang bersifat negatif dan muncul akibat ketidakmampuan individu dalam mengatasi stres secara efektif. Keadaan ini dapat ditandai dengan perasaan cemas, tertekan, kelelahan emosional, serta penurunan motivasi. Distres yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat berdampak pada kesehatan mental, kesejahteraan, serta kinerja akademik individu. Dengan demikian, distres menjadi salah satu faktor yang perlu dikelola agar tidak menghambat proses belajar dan pencapaian akademik (Azzahra, 2017)

3. Gejala Depresi

Gejala depresi diartikan sebagai tanda-tanda yang menunjukkan adanya gangguan suasana hati yang ditandai dengan perasaan sedih berkepanjangan, kehilangan minat atau kesenangan, serta penurunan energi. Kondisi ini juga dapat disertai dengan gangguan tidur, perubahan nafsu makan, kesulitan berkonsentrasi, serta perasaan tidak berharga atau putus asa. Apabila gejala tersebut berlangsung dalam jangka waktu lama, maka dapat berdampak pada kesehatan mental, fungsi sosial, serta prestasi akademik individu. Gejala depresi perlu dikenali dan ditangani secara tepat agar tidak

berkembang menjadi kondisi yang lebih serius (Mujahidah dan Listiyandini, 2018).

4. Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis diartikan sebagai kondisi di mana individu mampu berfungsi secara optimal, memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri, serta mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Keadaan ini mencerminkan adanya keseimbangan emosi, kepuasan hidup, serta kemampuan dalam menghadapi tekanan dan tantangan. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mampu mengelola stres dan menunjukkan performa yang lebih baik, termasuk dalam bidang akademik. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis menjadi indikator penting dalam mendukung resiliensi dan keberhasilan individu (Indrawati, 2019).

5. *Job insecurity*

Job insecurity diartikan sebagai kondisi ketidakpastian yang dirasakan individu terkait keberlangsungan pekerjaan atau masa depan kariernya. Perasaan ini dapat ditandai dengan kekhawatiran akan kehilangan pekerjaan, ketidakstabilan posisi, serta minimnya jaminan terhadap masa depan profesional. *Job insecurity* dapat menimbulkan stres, kecemasan, serta menurunkan kesejahteraan psikologis apabila berlangsung dalam jangka waktu lama. Dengan demikian, kondisi ini menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi motivasi, kinerja, dan kesiapan individu dalam menghadapi dunia kerja. (Zakaria, Hasanati dan Shohib, 2019).

6. Kesepian (*Loneliness*)

Kesepian (*loneliness*) diartikan sebagai kondisi emosional yang dirasakan individu ketika kebutuhan akan hubungan sosial yang bermakna tidak terpenuhi. Perasaan ini dapat muncul meskipun individu berada di tengah banyak orang, namun tidak merasakan

kedekatan atau keterhubungan secara emosional. Kesepian yang berkepanjangan dapat berdampak pada kesehatan mental, seperti meningkatnya stres, kecemasan, dan gejala depresi. Dengan demikian, kesepian menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan fungsi sosial individu (Sari dan Listiyandini, 2015).

2.2.5 Pengukuran Resiliensi Akademik

1. *The Academic Resilience Scale-30 (ARS-30)*

The Academic Resilience Scale-30 (ARS-30) diartikan sebagai instrumen pengukuran yang digunakan untuk menilai tingkat resiliensi akademik pada individu, khususnya dalam menghadapi tekanan dan tantangan di lingkungan pendidikan. Skala ini terdiri dari 30 item pernyataan yang mencerminkan berbagai aspek resiliensi akademik, seperti ketekunan, kemampuan mencari bantuan secara adaptif, serta pengelolaan respons emosional. ARS-30 digunakan untuk mengidentifikasi sejauh mana individu mampu bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dalam situasi akademik yang menekan. Dengan demikian, instrumen ini menjadi alat penting dalam penelitian untuk mengukur tingkat resiliensi akademik secara objektif dan sistematis. (Cassidy, 2016).

2. *The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*

The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) diartikan sebagai instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi individu dalam menghadapi stres, tekanan, dan kesulitan hidup. Skala ini dikembangkan oleh Connor dan Davidson dan terdiri dari sejumlah item yang menilai aspek seperti ketahanan, kemampuan beradaptasi, kontrol diri, serta keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan. CD-RISC banyak digunakan dalam penelitian untuk mengevaluasi sejauh mana individu mampu bangkit kembali dari kondisi yang menekan. Dengan demikian, instrumen ini

menjadi alat ukur yang penting dalam menilai tingkat resiliensi secara umum, termasuk dalam konteks akademik (Nugraha 2020).

Alat ukur The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) terdiri dari 25 item pernyataan yang digunakan untuk menilai tingkat resiliensi individu dalam menghadapi tekanan dan kesulitan. Instrumen ini dikembangkan oleh Connor dan Davidson dan mencakup berbagai aspek seperti ketahanan, kemampuan beradaptasi, kontrol diri, serta keyakinan terhadap kemampuan diri. Setiap item disusun untuk mengukur sejauh mana individu mampu bangkit kembali dari kondisi yang menekan. Dengan demikian, CD-RISC 25 item merupakan alat ukur yang valid dan reliabel dalam mengidentifikasi tingkat resiliensi individu. (Cassidy, 2016).

Skala ini juga pernah diterapkan pada populasi di Tiongkok oleh dua akademisi sains asal Cina, yaitu Yu & Zhang. Penerapan tersebut menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki validitas yang baik dalam konteks lintas budaya. Selain itu, hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa CD-RISC dapat digunakan untuk mengukur resiliensi pada berbagai latar belakang populasi. Dengan demikian, skala ini dinilai fleksibel dan relevan untuk digunakan dalam berbagai penelitian terkait resiliensi. (Cassidy, 2016).

3. *Resilience Quotients*

Resilience Quotient diartikan sebagai ukuran atau tingkat kemampuan individu dalam menghadapi, mengatasi, serta bangkit kembali dari tekanan, kesulitan, dan tantangan hidup. Konsep ini digunakan untuk menilai sejauh mana individu mampu beradaptasi secara positif dan mempertahankan keseimbangan psikologis dalam situasi yang menekan. *Resilience Quotient* mencerminkan aspek seperti ketahanan mental, fleksibilitas, serta kemampuan mengelola emosi dan stres. Dengan demikian, *Resilience Quotient* menjadi

indikator penting dalam memahami kapasitas individu dalam menghadapi berbagai kondisi kehidupan, termasuk dalam konteks akademik. (Cassidy, 2016).

Skala ini juga pernah diterapkan dalam berbagai penelitian oleh beberapa peneliti, antara lain Akbar dan Tahoma. Penerapan tersebut menunjukkan bahwa instrumen ini telah digunakan untuk mengkaji tingkat resiliensi pada berbagai subjek penelitian. Selain itu, penggunaan skala ini dalam penelitian mereka memperkuat validitas serta keandalan instrumen dalam mengukur resiliensi. Dengan demikian, skala ini dinilai relevan dan dapat digunakan secara luas dalam penelitian terkait resiliensi (Akbar dan Tahoma, 2018).

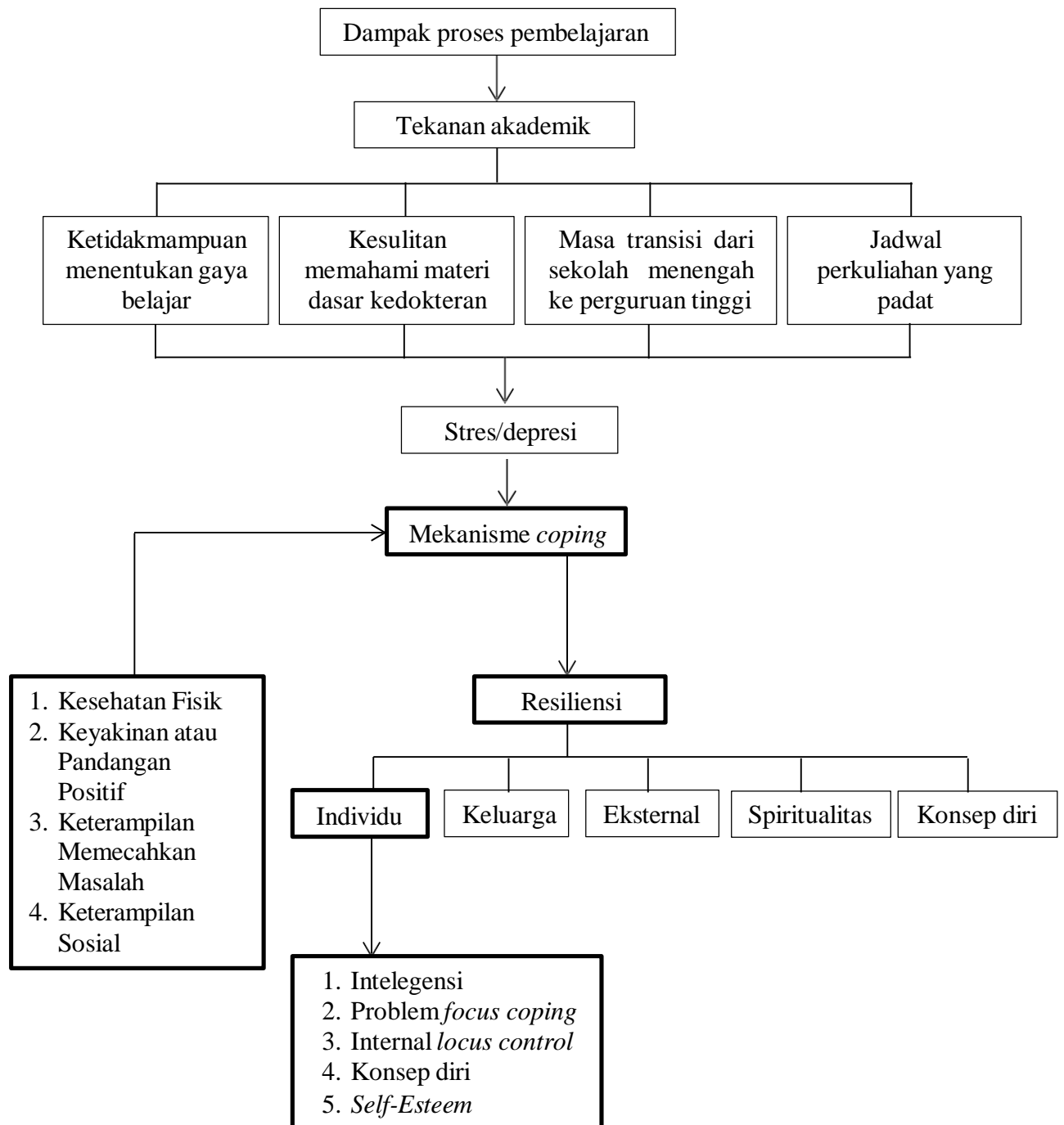
2.3 Hubungan *Coping* dengan *Resiliensi*

Hubungan antara coping dan resiliensi merupakan aspek penting dalam memahami bagaimana individu menghadapi tekanan dan kesulitan dalam kehidupan, khususnya dalam konteks akademik. Coping diartikan sebagai proses kognitif dan perilaku yang digunakan individu untuk mengelola tuntutan yang dianggap menekan, sedangkan resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali dari kondisi sulit. (Maryam, 2017). Mekanisme coping yang adaptif, seperti problem focused coping dan pencarian dukungan sosial, dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi stres secara lebih konstruktif. Sebaliknya, penggunaan coping yang maladaptif cenderung memperburuk kondisi psikologis dan menghambat perkembangan resiliensi. Oleh karena itu, pemilihan strategi coping yang tepat menjadi faktor penting dalam membentuk resiliensi yang kuat pada individu. (John dkk dalam Wijayanti, 2013).

Individu yang memiliki kemampuan coping yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi, berpikir secara rasional, serta mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang menekan. Hal ini akan mendukung

terbentuknya resiliensi, karena individu mampu melihat kesulitan sebagai tantangan yang dapat diatasi, bukan sebagai hambatan yang melemahkan. Dengan demikian, coping berperan sebagai proses awal yang menentukan bagaimana individu merespons tekanan yang dihadapi. (Adiyanto, 2020), hubungan antara coping dan resiliensi menjadi sangat penting mengingat tingginya tuntutan akademik yang dihadapi. Mahasiswa yang mampu menerapkan mekanisme coping yang efektif akan lebih mudah mengembangkan resiliensi akademik, sehingga mampu bertahan, beradaptasi, dan tetap mencapai prestasi meskipun berada dalam kondisi yang penuh tekanan.

2.4 Kerangka Teori



Sumber: Everall, Allrows & Paulson (2020), Everall *et al* (2016), Kumalasari dan Akmal (2020), Rachmawati dan Listiyandini (2014) dan Nasir dan Muhith, (2011)

Gambar 2.1 Kerangka Teori

Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

2.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data (Sugiyono: 2017).

Selanjutnya hipotesis yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini adalah:

H₀ : Tidak ada hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

H_a : Ada hubungan penerapan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Rancangan Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Dimana penelitian ini mengamati hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dalam satu waktu bersamaan.

Dalam penelitian ini dapat direncanakan sebagai berikut:

1. Variabel bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerapan mekanisme *coping*.

2. Variabel terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi akademik.

3.2 Tempat dan Waktu

3.2.1 Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih 3 bulan

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program studi pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, yaitu mahasiswa Angkatan 2024 yang berjumlah 197 mahasiswa.

3.3.2 Sampel

Penentuan besar sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *Random Sampling*, dimana teknik ini berdasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang diperkirakan mempunyai sangkut paut erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat yang ada dalam populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Adapun kriteria sampel pada penelitian ini adalah:

1. Kriteria inklusi
 - a. Mahasiswa aktif program studi pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Angkatan 2024
 - b. Bersedia menjadi responden penelitian

2. Kriteria eksklusi
 - a. Mahasiswa tidak berada di lokasi saat penelitian Selanjutya besar sampel dengan menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = Sampel

N = Populasi

e = Margin error (5%)

Berdasarkan Rumus di atas, maka sampel yang diambil adalah:

$$n = \frac{197}{1 + 197 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{197}{1 + 197 (0,025)}$$

$$n = \frac{197}{1 + 0,4925}$$

$$n = \frac{197}{1,4925}$$

3.4 Variabel Penelitian

3.4.1 Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerapan mekanisme *coping*.

3.4.2 Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah resiliensi akademik.

3.5 Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Penerapan mekanisme <i>Coping</i>	Cara yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah secara kognitif maupun perilaku dengan menggunakan pertahanan diri yang efektif selama berkuliah di fakultas kedokteran Sumber : Agung Wahyu Shaputra (2021)	Kuesioner	1. <i>Coping</i> adaptif, jika skor = 100-160 (<i>mean/median</i>) 2. <i>Coping</i> maladaptif, jika skor = 40-99	Ordinal
2.	Resiliensi akademik	Resiliensi akademik adalah kekuatan, kualitas, dan karakteristik dalam diri individu yang mencerminkan kemampuan untuk bangkit kembali meskipun terdapat kesulitan yang menekan selama berkuliah di fakultas kedokteran Sumber : Cassidy (2016), dalam Kumalasari, Luthfiyanni dan Grasiawaty (2020)	Kuesioner	1. Positif, jika skor = 68-120 2. Negatif, jika skor = 30-67	Ordinal

3.6 Instrumen Penelitian

3.6.1 Kuesioner Penerapan Mekanisme Coping

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengukuran penerapan mekanisme *coping* yang dapat diukur menggunakan kuesioner. Skala kuesioner ini menggunakan respon jawaban skala Likert yaitu: Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju dan Sangat Setuju. Untuk skor positif skor 1 diberikan jika responden Sangat Tidak Setuju, skor 2 diberikan jika responden Tidak Setuju, skor 3 diberikan jika responden Setuju dan skor 4 diberikan jika responden Sangat Setuju. Untuk skor negatif skor 1 diberikan jika responden Sangat Setuju, skor 2 diberikan jika responden Setuju, skor 3 diberikan jika responden Tidak Setuju dan skor 4 diberikan jika responden Sangat Tidak Setuju. Jumlah item kuesioner sebanyak 40 item pernyataan. Nilai total instrumen adalah 160, dengan interpretasi sebagai berikut:

1. *Coping* adaptif, jika skor ≥ 100
2. *Coping* maladaptif, jika skor < 100

Tabel 3.2 Interpretasi Kuesioner Mekanisme *Coping*

Kategori jawaban	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Tabel 3.3 Distribusi Pernyataan Mekanisme *Coping*

No	Aspek	Positif	Negatif	Jumlah
1	Adaptif	1, 3, 6, 14, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 26, 28, 29, 31, 33, 38, 39, 40	2, 8, 9, 11, 15, 16, 20, 36,	26
2	Mal adaptif	7, 10, 13, 27, 30, 32, 34, 35,	4, 5, 12, 19, 25, 37,	14
Total		26	14	40

3.6.2 Kuesioner Resiliensi Akademik

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengukuran resiliensi akademik yang dapat diukur menggunakan The Academic Resilience Scale-30 (ARS-30) merupakan skala adaptasi yang digunakan oleh Cassidy (2016). Berdasarkan hasil uji reliabilitas, skala ini memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi yaitu 0.853.

Skala kuesioner ini menggunakan respon jawaban skala Likert yaitu: Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Setuju dan Sangat Setuju. Untuk skor positif skor 1 diberikan jika responden Sangat Tidak Setuju, skor 2 diberikan jika responden Tidak Setuju, skor 3 diberikan jika responden Setuju dan skor 4 diberikan jika responden Sangat Setuju. Untuk skor negatif skor 1 diberikan jika responden Sangat Setuju, skor 2 diberikan jika responden Setuju, skor 3 diberikan jika responden Tidak Setuju dan skor 4 diberikan jika responden Sangat Tidak Setuju. Nilai total instrumen adalah 120, dengan interpretasi sebagai berikut:

1. Positif, jika skor ≥ 68
2. Negatif, jika skor < 67

Tabel 3.4 Interpretasi *The Academic Resilience Scale-30* (ARS- 30)

Kategori jawaban	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Skala ini terdiri dari 3 aspek yaitu ketekunan, bantuan adaptif, dan respon emosional. Dalam aspek ketekunan terdiri dari 14 item, aspek bantuan adaptif terdiri dari 10 item dan aspek reaksi emosional terdiri dari 6 item sehingga total item menjadi 30 item.

Tabel 3.5 Distribusi Pernyataan ARS-30

No	Aspek	Positif	Negatif	Jumlah
1	<i>Perseverance</i> (ketekunan)	16, 19, 20, 23, 24, 25, 27, 28, 29	6, 8, 9, 10, 11	14
2	<i>Reflecting and adaptive helpseeking</i> (mencari bantuan adaptif)	21, 22, 26, 30	12, 13, 14, 15, 17, 18	10
3	<i>Negative affect and emotional response</i> (pengaruh negatif dan respon emosional)	-	1, 2, 3, 4, 5, 7	6
Total		13	17	30

3.7 Prosedur Penelitian

1. Alat Penelitian

- a. Alat tulis
- b. Lembar informed consent
- c. Kuesioner

2. Cara Kerja

- a. Menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada responden.
- b. Responden mengisi lembar informed consent yang telah disediakan setelah mendengar seluruh penjelasan dari peneliti.
- c. Kemudian peneliti membagikan kuesioner kepada responden, dan peneliti menjelaskan isi dari kuesioner tersebut.
- d. Responden mengisi kuesioner dengan jujur dan teliti
- e. Kemudian setelah selesai, kuesioner dikumpulkan kepada peneliti dan peneliti melihat kembali kelengkapan dari jawaban yang diberikan responden
- f. Jawaban yang ada dalam kuesioner, selanjutnya diteliti kembali.

3.8 Alur Penelitian

Alur penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan
 - a. Mengurus izin survei pendahuluan ke Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
 - b. Melakukan survei pendahuluan ke Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
 - c. Mengajukan *ethical clearance* pada Tim Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
 - d. Penelitian pendahuluan
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Menyusun proposal penelitian
 - b. Mendapatkan izin penelitian.
 - c. Menyeleksi populasi penelitian dan mengambil sampel penelitian.
 - d. Mendapatkan data yang diperlukan.
 - e. Melakukan input data.
 - f. Menyusun hasil penelitian.
 - g. Melakukan analisis data.

3.9 Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah derajat ketepatan yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dilaporkan oleh peneliti. Reliabilitas adalah derajat konsistensi dan stabilitas data atau adanya kesamaan hasil pengukuran dan pengamatan yang diukur berkali-kali dalam waktu yang berbeda (Sugiyono, 2015). Kuesioner penerapan mekanisme *coping* ini sudah dilakukan uji validitas isi melalui analisis rasional oleh panel yang berkompeten melalui *expert judgemental*. Uji reliabilitas kuesioner ini dengan menggunakan uji *Alpha Cronbach* menghasilkan reliabilitas *alpha* 0,833 yang dapat disimpulkan bahwa kuesioner penelitian ini reliabel. Pengukuran resiliensi akademik yang dapat diukur menggunakan *The Academic Resilience Scale-30* (ARS-30) merupakan skala adaptasi yang digunakan oleh Cassidy (2016). Berdasarkan hasil uji reliabilitas, skala ini memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi yaitu

0.853, yang dapat disimpulkan bahwa kuesioner penelitian ini reliabel (Shaputra, 2021).

3.10 Pengolahan Data dan Analisis Data

3.10.1 Pengolahan Data

Proses pengolahan data terdiri dari langkah-langkah berikut:

3.10.1.1 *Editing* (Mengedit)

Mengumpulkan data yang telah diisi responden, kemudian memeriksa kembali kuesioner tersebut, apakah ada data yang tidak lengkap, tidak komplit, atau membingungkan. Apabila ada, maka responden diminta untuk melengkapi kembali.

3.10.1.2 *Coding* (Pengkodean)

Identifikasi dan pengklasifikasian data penelitian, kemudian diterjemahkan ke dalam kode yang lebih ringkas. Biasanya kode yang digunakan berupa angka.

3.10.1.3 *Tabulasi* Data

Pengorganisasian data sedemikian rupa agar mudah dijumlahkan, disusun, dan ditata untuk disajikan dan dianalisis. Penelitian melakukan tabulasi/input data menggunakan *software* statistik yang telah ditentukan.

3.10.1.4 *Pemeriksaan Ulang*

Melakukan pemeriksaan kembali data yang telah diinput, apakah ada kesalahan, ketidaklengkapan, atau data tidak terdefinisi. Apabila didapatkan data yang mengalami kesalahan, segera dilakukan pembetulan ulang (Notoatmodjo, 2012).

3.10.2 Analisis Data

3.10.2.1 Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan dengan menganalisis variabel dari penelitian, yaitu analisis variabel bebas dan variabel terikat sehingga diperoleh distribusi frekuensi dari masing-masing variabel.

3.10.2.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan pada dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini dilakukan analisis bivariat pada setiap variabel bebas terhadap variabel terikat. Semua variabel yang diuji berbentuk kategorik dengan demikian analisis yang digunakan adalah uji statistik *Chi Square*. Namun, Apabila pada hasil uji *Chi-Square* terdapat nilai expected count kurang dari 5 pada lebih dari 20% sel, maka asumsi uji *Chi-Square* tidak terpenuhi sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji *Fisher's Exact* dengan $\alpha = 0,05$. Jika hasil uji menunjukkan $p \leq 0,05$ maka hubungan antar variabel bermakna signifikan (H_a diterima dan H_0 ditolak). Sedangkan bila hasil uji menunjukkan $p > 0,05$ maka hubungan antar variabel tidak bermakna (H_a ditolak dan H_0 diterima).

3.10.2.3 Penyajian Data

Hasil pengolahan data disajikan dengan tabel biasa dan distribusi frekuensi.

3.11 Etika Penelitian

Penelitian ini memperhatikan aspek etika penelitian dimana penelitian akan dilaksanakan setelah melalui persetujuan oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Lampung setelah dilakukan ujian

proposal penelitian. Selain itu dalam proses pelaksanaannya responden terlebih dahulu diberikan penjelasan terkait prosedur penelitian dan meminta izin untuk menandatangani lembar *informed consent* untuk menjadi responden penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan mekanisme *coping* dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Sebagian besar mekanisme *coping* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung termasuk dalam kategori adaptif.
2. Diketahui bahwa sebagian besar resiliensi akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Lampung adalah positif (*favorable*).

Hasil uji statistik dengan *Fisher's Exact* diperoleh $p\text{-value} = <0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan mekanisme *coping* adaptif dengan resiliensi akademik positif pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka dapat diberikan beberapa saran antara lain:

1. Bagi Mahasiswa

Disarankan bagi mahasiswa untuk lebih memperhatikan manfaat dan kebaikan dari pentingnya perilaku *coping* bagi resiliensi akademik agar kedepannya dapat dioperasikan dengan baik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Disarankan kepada peneliti berikutnya agar melakukan penelitian di kota yang lain di luar Kota Bandar Lampung.
- b. Penelitian ini memiliki hasil demografi yang tidak merata, maka dari itu diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk lebih mengoptimalkan usaha agar dapat menyeimbangkan data responden.
- c. Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar mencari literatur baru yang akan lebih menunjang penelitian yang akan dilakukan.
- d. Disarankan kepada peneliti selanjutnya agar kiranya dapat mengambil responden di universitas lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar dan Tahoma. (2018). Dukungan Sosial Dan Resiliensi Diri Pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi, Vol. 7, 1 April*, 54.
- Andayani. (2020). Pengaruh Terapi Social Skill Training untuk Menurunkan Depresi pada. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional (TEMILNAS XII)*, 112-113.
- Angelia. (2019). Menyontek Sebagai Bagian Dari Dekadensi Moral Bangsa. *Journal of Civic Education 1 (1)*, 120-125.
- Ardiansyah et al. (2018). Pengaruh Kompetensi dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Pegawai. *Jurnal Bisnis dan Manajemen Volume 2 No.1*, 12-14.
- Agung Wahyu Shaputra (2021), *Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang
- Azzahra. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan*, 85-86.
- Cassidy. (2016). The academic resilience scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 1787.
- Destriana. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Harga Diri Siswa Korban Perceraian Orangtua Kelas VIII SMP Negeri 3 Cilacap. *Jurnal Universitas Negeri Yogyakarta*, 50-62.
- Everall et al. (2016). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescent. *Journal of Counseling and Development Vol. 84*, 461-470.

- Hafizha. (2022). Analisis Pemahaman Guru Terhadap Gaya Belajar Siswa Pendidikan memegang peranan penting dalam menciptakan generasi penerus bangsa yang berintelektual dan berkualitas. *Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian*, 25-33.
- Harahap dkk. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 2686-2859.
- Hasan dan Tumah. (2019). The correlation between occupational stress, coping strategies, and the levels of psychological distress among nurses working in mental health hospital in Jordan. *Perspectives in Psychiatric Care* 55 (2), 153–160 .
- Indrawati. (2019). Pengaruh Resiliensi Dan Religiusitas Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Di PAUD Rawan Bencana ROB. *Al-Athfaal: Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak Usia Dini* 2, No. 2, 71–82.
- Kabak. (2020). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Integritas Akademik Mahasiswa Keperawatan. *JOEAI: Journal of Education and Instruction* 3 (2) , 110-122.
- Kumalasari dan Akmal. (2020). Resiliensi Akademik dan Kepuasan Belajar Daring di Masa Pandemic Covid-19: Peran Mediasi Kesiapan Belajar Daring. *Jurnal Psikologi Indonesia* 9 (2), 353-368.
- Mayasari. (2020). Gambaran Umum Depresi. *Jurnal SMF Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 2.
- Muhammad dkk. (2010). Gambaran persepsi dan Kesiapan Mahasiswa Tahap Akademik terhadap Interprofessional Education di Fakultas Kedokteran. *Jurnal Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran UGM*, 145-146.
- Mujahidah dan Listiyandini. (2018). Pengaruh Resiliensi dan Empati terhadap Gejala Depresi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, Volume 14 Nomor 1, 61.
- Nasir dan Muhith. (2011). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Purnamasari et al. (2015). Pembelajaran profesionalisme kedokteran dalam persepsi instruktur dan mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education* 4(1), 21-27.
- Purwanti. (2020). Persepsi mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Tanjungpura mengenai konsep profesionalisme kedokteran. *CDK*, 751-755.
- Putri, R. A., & Handayani, S. (2021). Hubungan mekanisme coping dengan resiliensi akademik pada mahasiswa bidang kesehatan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 85–93. <https://doi.org/10.1234/jkkm.v10i2.2021>
- Rachmawati dan Listiyandini. (2014). Peran Konsep Diri terhadap Resiliensi pada Pensiunan. *Jurnal Psikogenesis* 3 (1), 1-12.
- Reivich dan Shatte. (2012). *The Resilience Factor: 7 Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Rubbyana. (2012). Hubungan antara Strategi Koping dengan Kualitas Hidup pada Penderita Skizofrenia Remisi Simptom. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Vol. 1 No. 02 Juni 2012*, 56-57.
- Sari dan Listiyandini. (2015). Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kesepian (Loneliness) Pada Dewasa Muda Lajang. *Prosiding PESAT (Psikologi, Ekonomi, Sastra, Arsitektur & Teknik Sipil) Vol. 6 Universitas Gunadarma Depok*, 45.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta.
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., Álvarez, J. F., González-Santos, J., & López-Liria, R. (2022). The role of coping strategies and resilience in academic stress among university students. *Frontiers in Psychology*, 13, 843458. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.843458>
- Wahyudi dkk. (2020). Model Rasch: Analisis Skala Resiliensi ConnorDavidson Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Advice, Vol 2 (1)*, 28-35.

- Widiasavitri dan Dewi. (2019). Resiliensi ibu dengan anak autisme. *Jurnal Psikologi Udayana*, 193.
- Yuliyanto. (2015). Persepsi Mahasiswa Tentang Ketidak-Jujuran Akademik: Studi Kasus Mahasiswa Program Vokasi Universitas Indonesia. *Jurnal Vokasi Indonesia Volume 3 Nomor 1*, 85-91.
- Zakaria, Hasanati dan Shohib. (2019). Pengaruh Resiliensi terhadap Job Insecurity pada Pegawai Honorer. *Cognicia Vol. 7, No. 3*, 346-358.