

**MEKANISME KOPING MAHASISWA  
FK UKDW DALAM MENGHADAPI  
KEJENUHAN MENGERJAKAN SKRIPSI**

Skripsi

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
di Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh

**ENGGIE CORVI BAHARI**

**41110002**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA  
YOGYAKARTA**

**2015**

**MEKANISME KOPING MAHASISWA  
FK UKDW DALAM MENGHADAPI  
KEJENUHAN MENGERJAKAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran  
di Fakultas Kedokteran  
Universitas Kristen Duta Wacana

Disusun Oleh

**ENGGIE CORVI BAHARI**

**41110002**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA  
YOGYAKARTA**

**2015**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul :

**Mekanisme coping Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta  
Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi**

telah diajukan dan dipertahankan oleh :

**Enggie Corvi Bahari**

**41110002**

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan **DITERIMA**

untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Kedokteran pada tanggal 20 Desember 2015

**Nama Dosen**

**Tanda Tangan**

1. dr. Mahar Agusno, Sp.KJ (K)  
(Dosen Pembimbing I / Ketua Tim / Penguji)
2. dr. Mitra Andini Sigilipoe, M.P.H.  
(Dosen Pembimbing II)
3. Nevi Kurnia Arianti, M.Si.,Psi  
(Dosen Penguji)



**Yogyakarta, 20 Desember 2015**

**Disahkan Oleh,**

Dekan



Prof. dr. Jonathan Willy Siagian, Sp. PA

Wakil Dekan I bidang Akademik



dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

### **MEKANISME KOPING MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DALAM MENGHADAPI KEJENUHAN MENERJAKAN SKRIPSI**

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian sumber informasinya sudah dicantumkan sebagai mestinya.

Jika kemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sangsi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 9 Januari 2016

METERAI  
TEMPEL  
16 D06ADF907956881  
6000  
ENGGIE CORVI BAHARI



41110002

## **LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : **ENGGIE CORVI BAHARI**

NIM : **41110002**

demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ( Non Exclusive Royalty Free Right), atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### **MEKANISME KOPING MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DALAM MENGHADAPI KEJENUHAN MENERJAKAN SKRIPSI**

Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih data/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database). Merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai penulis hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 9 Januari 2016

Yang menyatakan,



**ENGGIE CORVI BAHARI**

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat, anugerah, kasih karunia, dan bimbingan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Mekanisme koping mahasiswa FK UKDW dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dari Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang tertulis di bawah ini :

1. Ir. Henry Feriadi, M.Sc., Ph.D. selaku Rektor Universitas Kristen Duta Wacana
2. Prof. Dr. Jonathan Willy Siagian, Sp.PA. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah memberikan izin sehingga terlaksana penelitian ini
3. dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc, selaku Wakil Dekan I bidang Akademik Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang telah memberikan izin sehingga terlaksana penelitian ini
4. dr. Mahar Agusno, Sp.KJ (K), selaku dosen pembimbing I penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan bimbingan, koreksi, motivasi, dan pengarahan dalam penelitian ini.

5. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH, selaku dosen pembimbing II penelitian yang telah memberikan kesempatan, dukungan, bimbingan dan banyak masukan dalam bentuk saran bagi penulis sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
6. Nevi Kurnia Arianti, M.Si.,Psi, sebagai dosen penguji yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan, ilmu, saran yang menyempurnakan penelitian.
7. Dr. dr. FX Wikan Indrarto, Sp.A dan dr. Arum Krismi, M.Sc., Sp.KK selaku dosen penilai Kelayakan Etik penelitian yang telah memberikan izin penelitian sehingga penelitian dapat berjalan tepat waktu.
8. Yudista Suradiyanto dan Krisnanik selaku orang tua penulis yang tak lelah memberikan dukungan semangat, doa, kasih sayang dan financial sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini tepat waktu.
9. Keluarga besar trah Dirjo yang telah mendukung penulis dalam menyelesaikan studi pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran UKDW.
10. Adisti vega, Capella yuna, Adhara, Gustomi selaku kakak dan adik penulis yang memberikan doa dan motivasi dalam pengerjaan skripsi ini.
11. Pdt. Em. Adi yang memberikan doa, motivasi, arahan dan semangat dalam belajar dan pengerjaan skripsi ini.
12. Omegalia Prima Maharatna kekasih saya yang setia mencintai dan mendukung saya dari awal sampai akhir pengerjaan skripsi

13. Mark Belfis, Neni dan Lingkan sebagai sahabat seperjuangan satu kelompok dosen pembimbing yang telah berbagi suka, duka, semangat, dan arahan selama penelitian dan penulisan skripsi.
14. Ferdi Permana, Praditya Hanafi, Niyata Hananta Karunawan, Agung Anugerah, Randolf Sarumpaet, Reinhard Nahumury, Stevan Arta, Milka Datu, Marcelino Nernerre, Lukas Lumadya, Eva afifa, Aryo Nugroho, Monica Dewi, Jerry Tanhardjo, Ninin, dr. Samuel Sih Reka P., sebagai teman, sahabat, kakak, adik yang selalu menguatkan, membagi ilmu dan memberikan waktu untuk berdiskusi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
15. Teman-teman angkatan 2011 Fakultas Kedokteran UKDW yang telah berbagi suka duka dalam 4 tahun menjalani pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran UKDW.
16. Segenap dosen pengajar dan staff karyawan fakultas kedokteran UKDW yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang sangat berharga selama penulis menjalani proses pendidikan di Fakultas Kedokteran UKDW.
17. Teman-teman KKN Ngelo Lor Hubert, Filipus, Elma, Lia, Inneke, Diky, Dingga atas dukungan dan motivasi selama mengerjakan skripsi saat KKN.
18. Fata yang memberi bantuan dalam proses pengambilan data.
19. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam pembuatan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung.



Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih banyak kekurangan. Maka penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun sehingga dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menambah wawasan bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, 9 Januari 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Masalah Penelitian .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi institusi pendidikan .....	5
1.4.2 Bagi peneliti lain .....	5
1.5 Keaslian Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 Landasan Teori .....	9
2.1.1 Kejenuhan .....	9
2.1.1.1 Definisi Kejenuhan .....	9
2.1.1.2 Penyebab Kejenuhan .....	10
2.1.2 Respon terhadap Kejenuhan .....	12

2.1.3	Mekanisme Koping .....	14
2.1.3.1	Definisi Koping .....	14
2.1.3.2	Jenis Mekanisme Koping .....	15
2.1.4	Stressor Mahasiswa saat mengerjakan Skripsi .....	17
2.2	Kerangka Teori Penelitian .....	18
2.3	Kerangka Konsep Penelitian .....	19
<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
3.1	Desain Penelitian .....	20
3.2	Subyek Penelitian .....	20
3.3	Definisi Operasional .....	21
3.4	Jenis dan Sumber Data .....	22
3.5	Instrumen Penelitian .....	22
3.6	Pelaksanaan Penelitian (Alur) .....	22
3.7	Analisis Data .....	23
3.8	Etika Penelitian .....	24
3.9	Jadwal Penelitian .....	26
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>27</b>
4.1	Deskripsi Subyek Penelitian .....	27
4.2	Hasil Penelitian .....	28
4.2.1	Informan Pertama .....	28
4.2.2	Informan Kedua .....	35
4.2.3	Informan Ketiga .....	38
4.2.4	Informan Keempat .....	41
4.3	Wawancara Terhadap Key Informan.....	44
4.3.1	Informan kunci Rx .....	44
4.3.2	Informan kunci Dosen Pembimbing 1 .....	48

4.3.3 Informan kunci Dosen Pembimbing 2.....	49
4.4 Pembahasan .....	52
4.4.1 Kejenuhan Saat Mengerjakan Skripsi.....	52
4.4.1.1 Faktor Dari Dalam Diri Mahasiswa.....	53
4.4.1.2 Faktor Dari Luar Mahasiswa .....	54
4.4.2. Mekanisme Koping .....	55
4.4.2.1 Problem Focused Coping .....	55
4.4.2.2 Emotional Focused Coping .....	57
4.3 Kekurangan Penelitian .....	59
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
5.1 Kesimpulan .....	60
5.2 Saran .....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Jadwal Penelitian .....	26
-----------------------------------	----

©UKDW

## DAFTAR SINGKATAN

IPK	: Indeks Prestasi Kumulatif
CIMSA	: Center for Indonesian Medical Students' Activities
TBMM	: Tim Bantuan Medis Mahasiswa
BEM	: Badan Eksekutif Mahasiswa
KKN	: Kuliah Kerja Nyata
PIK	: Pusat Informasi dan Konseling
COC	: Clash Of Clans

MEKANISME KOPING MAHASISWA FK UKDW DALAM MENGHADAPI  
KEJENUHAN MENERJAKAN SKRIPSI

**Enggie Corvi Bahari\*, Mahar Agusno, Mitra Andini Sigilipoe, Nevi Kurnia  
Arianti**

**Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana**

Korespondensi: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25

Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: [kedokteran@ukdw.ac.id](mailto:kedokteran@ukdw.ac.id)

ABSTRAK

**Latar Belakang** : Skripsi merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya. Penyusunan skripsi yang diaplikasikan dalam karya ilmiah menjadi kendala yang menyebabkan mahasiswa merasa terbebani dalam menyelesaikan pendidikan akademis.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran UKDW dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi.

**Metode dan subjek** : Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Dengan pemilihan informan dengan cara *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan teknik wawancara mendalam dengan bantuan asisten penelitian. Informan pada penelitian ini sebanyak 4 orang dan 3 orang sebagai informan kunci.

**Hasil** : Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi menggunakan dua tipe mekanisme koping yaitu *problem focused coping* dan *emotional focus coping*.

*Problem focused coping* seperti mekanisme koping *seeking social support* digunakan oleh 4 informan dengan mencari dukungan dan mekanisme koping *positive reappraisal* digunakan oleh 3 informan selama mengerjakan skripsi dengan menciptakan sesuatu yang positif dari situasi yang dihadapi.

*Emotional focused coping* seperti mekanisme koping *escape avoidance* digunakan oleh 4 informan dengan melakukan hal yang disenangi untuk mengurangi *stressor* yang dirasakannya.

**Kesimpulan** : Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi menggunakan mekanisme koping yaitu *Problem focused coping* seperti mekanisme koping *seeking social support* dan *positive reappraisal* serta menggunakan *Emotional focused coping* seperti mekanisme koping *escape avoidance*.

**Kata Kunci** : mahasiswa fakultas kedokteran ukdw, skripsi, mekanisme koping, *stressor*, kejenuhan.

MECHANISM KOPING STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE  
UKDW IN THE FACE OF SATURATION DO THESIS

**Enggie Corvi Bahari\*, Mahar Agusno, Mitra Andini Sigilipoe, Nevi Kurnia  
Arianti**

Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University  
Contact : Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University  
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: [kedokteran@ukdw.ac.id](mailto:kedokteran@ukdw.ac.id)

ABSTRACT

**Background** : Thesis is learning for college students to sharpening the ability the analysis in assessing, analyze, break and concluded problems that ditelitinya. The preparation of thesis applied in scientific work to becoming an obstacle that causes students is too heavy a price in graduated from academic.

**Objective** : This study attempts to know for deep mechanism coping used by students of the faculty of medicine ukdw in the face of saturation do thesis

**Methods and subjects** : In this study in a qualitative study. With the selection informants by means of purposive sampling. The data using technique interviews with the help of assiten research. Informants to research has reached 4 people and 3 people as key informants.

**Results** : The results obtained from the study is the mechanism coping used by students the university of the christian discourse in the face of saturation do thesis using two types coping mechanism that is the problem focused coping and emotional focus coping. The problem focused coping as the mechanism coping seeking social support used by 4 informants by seeking support and coping mechanisms it reappraisal used by 3 informants for do thesis by creating a positive from situation faced. Emotional focused coping as the coping mechanism escape avoidance used by 4 informants by doing ones to reduce stresor the pain.

**Conclusion** : Students the university of the christian discourse in the face of saturation do thesis using mechanisms coping that is the problem focused coping as the coping mechanism as the seeking social support and it reappraisal and using emotional focused coping as the coping mechanism escape avoidance.

**Keywords:** Students of the faculty of medicine ukdw, thesis, coping mechanism, stressor, saturation.



MEKANISME KOPING MAHASISWA FK UKDW DALAM MENGHADAPI  
KEJENUHAN MENERJAKAN SKRIPSI

**Enggie Corvi Bahari\*, Mahar Agusno, Mitra Andini Sigilipoe, Nevi Kurnia  
Arianti**

**Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana**

Korespondensi: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25

Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: [kedokteran@ukdw.ac.id](mailto:kedokteran@ukdw.ac.id)

ABSTRAK

**Latar Belakang** : Skripsi merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya. Penyusunan skripsi yang diaplikasikan dalam karya ilmiah menjadi kendala yang menyebabkan mahasiswa merasa terbebani dalam menyelesaikan pendidikan akademis.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran UKDW dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi.

**Metode dan subjek** : Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Dengan pemilihan informan dengan cara *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan teknik wawancara mendalam dengan bantuan asisten penelitian. Informan pada penelitian ini sebanyak 4 orang dan 3 orang sebagai informan kunci.

**Hasil** : Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi menggunakan dua tipe mekanisme koping yaitu *problem focused coping* dan *emotional focus coping*.

*Problem focused coping* seperti mekanisme koping *seeking social support* digunakan oleh 4 informan dengan mencari dukungan dan mekanisme koping *positive reappraisal* digunakan oleh 3 informan selama mengerjakan skripsi dengan menciptakan sesuatu yang positif dari situasi yang dihadapi.

*Emotional focused coping* seperti mekanisme koping *escape avoidance* digunakan oleh 4 informan dengan melakukan hal yang disenangi untuk mengurangi *stressor* yang dirasakannya.

**Kesimpulan** : Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi menggunakan mekanisme koping yaitu *Problem focused coping* seperti mekanisme koping *seeking social support* dan *positive reappraisal* serta menggunakan *Emotional focused coping* seperti mekanisme koping *escape avoidance*.

**Kata Kunci** : mahasiswa fakultas kedokteran ukdw, skripsi, mekanisme koping, *stressor*, kejenuhan.

MECHANISM KOPING STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE  
UKDW IN THE FACE OF SATURATION DO THESIS

**Enggie Corvi Bahari\*, Mahar Agusno, Mitra Andini Sigilipoe, Nevi Kurnia  
Arianti**

Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University  
Contact : Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University  
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5 – 25  
Yogyakarta 55224, Indonesia. Email: [kedokteran@ukdw.ac.id](mailto:kedokteran@ukdw.ac.id)

ABSTRACT

**Background** : Thesis is learning for college students to sharpening the ability the analysis in assessing, analyze, break and concluded problems that ditelitinya. The preparation of thesis applied in scientific work to becoming an obstacle that causes students is too heavy a price in graduated from academic.

**Objective** : This study attempts to know for deep mechanism koping used by students of the faculty of medicine ukdw in the face of saturation do thesis

**Methods and subjects** : In this study in a qualitative study. With the selection informants by means of purposive sampling. The data using technique interviews with the help of assiten research. Informants to research has reached 4 people and 3 people as key informants.

**Results** : The results obtained from the study is the mechanism koping used by students the university of the christian discourse in the face of saturation do thesis using two types coping mechanism that is the problem focused coping and emotional focus coping. The problem focused coping as the mechanism coping seeking social support used by 4 informants by seeking support and coping mechanisms it reappraisal used by 3 informants for do thesis by creating a positive from situation faced. Emotional focused coping as the coping mechanism escape avoidance used by 4 informants by doing ones to reduce stresor the pain.

**Conclusion** : Students the university of the christian discourse in the face of saturation do thesis using mechanisms coping that is the problem focused coping as the coping mechanism as the seeking social support and it reappraisal and using emotional focused coping as the coping mechanism escape avoidance.

**Keywords:** Students of the faculty of medicine ukdw, thesis, coping mechanism, stressor, saturation.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Mahasiswa adalah murid pada pendidikan tinggi dan memulai jenjang kedewasaan (Daldiyono, 2009). Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun (Monk et. Al., 2001). Fase tersebut merupakan masa yang penuh dengan masalah, ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru (Jahja, 2011). Pada fase tersebut seseorang dituntut agar dapat bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas-tugasnya dan mengambil keputusan. Oleh sebab itu, masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri.

Schneiders (dalam Agustiani, 2006) menyatakan penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku yang merupakan usaha individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapi. Dalam hal ini, penyesuaian diri oleh individu memberikan respon terhadap tuntutan lingkungan dan kemampuan untuk melakukan coping terhadap permasalahan yg dialami (Rathus, 2002). Kegagalan

individu dalam melakukan penyesuaian diri dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis. Adapun salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri vokasional, yaitu penyesuaian diri dalam bidang pendidikan, yang salah satunya adalah penyesuaian diri pada tugas skripsi (Gunawati, 2006).

Skripsi merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya (Hidayat, 2008). Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tersebut, karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai sarjana (Djuharie, 2001). Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat membuat suatu karya tulis dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum. Penyusunan skripsi yang diaplikasikan dalam karya ilmiah menjadi kendala yang menyebabkan mahasiswa merasa terbebani dalam menyelesaikan pendidikan akademis.

Menurut Sari (2007) ada beberapa masalah yang muncul dan menghambat penyelesaian skripsi atau bahkan sampai menghentikan proses penyelesaian skripsi tersebut. Masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai serta kurang adanya ketertarikan mahasiswa pada penelitian (Slamet, 2003). Kegagalan dalam menyusun skripsi juga disebabkan oleh adanya kesulitan mahasiswa dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur dan dana yang

terbatas, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing (Riewanto, 2003). Apabila masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa, maka dapat menyebabkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Beberapa gambaran menunjukkan indikasi stres saat mengerjakan skripsi, jatuhnya mental dan turunnya optimisme ditengah pengerjaan skripsi yang disebabkan tidak adanya keinginan untuk berusaha. Oleh karena hal tersebut penulisan skripsi dipandang secara negatif sebagai tugas yang berat bagi mahasiswa. Dalam hal ini mahasiswa cenderung terlihat kurang berpengalaman dalam menyelesaikan masalahnya (Tobroni, 2010). Stresor pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi jika tidak ditangani dengan baik dapat mempengaruhi kondisi mental mahasiswa karena beban yang dialaminya, hal tersebut bisa mempengaruhi keadaan mahasiswa menjadi jenuh saat mengerjakan skripsi (Pangestuti, 2003). Hambatan dan permasalahan di atas dapat dikatakan sebagai hambatan yang bersifat psikologis yang biasanya menjadi penyebab yang paling berpengaruh dalam timbulnya stres. Hal ini merupakan stresor bagi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, stresor ini akan menimbulkan keadaan jenuh.

Pada keadaan jenuh, seringkali pikiran seseorang menjadi terasa penuh dan mulai kehilangan rasional, hal ini dapat menyebabkan kewalahan dalam pekerjaan dan akhirnya menyebabkan kelelahan mental dan emosional, kemudian mulai kehilangan minat terhadap pekerjaan dan motivasi menurun, pada akhirnya kualitas kerja dan kualitas hidup ikut menurun (National Safety Council, 2004). Akibat dari kejenuhan itu sendiri muncul dalam bentuk berkurangnya kepuasan

dalam mengerjakan sesuatu hal, memburuknya kinerja, dan produktivitas yang rendah. Oleh sebab itu mahasiswa membentuk koping dalam mengatasi hal tersebut.

Mahasiswa membentuk suatu mekanisme koping untuk dapat beradaptasi dalam mengerjakan tugas-tugasnya supaya tidak mengalami kejenuhan bahkan stres. Usaha untuk mengatasi perubahan yang diterima disebut mekanisme koping (Nursalam, 2007). Weiten (2010) mengungkapkan koping adalah upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi masalah atau emosi yang umumnya bersifat negatif. Dengan demikian dapat mengurangi tuntutan dari situasi yang dapat menimbulkan stres atau meningkatkan sumber daya untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang menyebabkan stres tersebut.

Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana karena peneliti adalah mahasiswa FK UKDW sehingga dapat memudahkan peneliti dalam mencari sampel dan penelitian ini juga dapat bermanfaat untuk membuat kebijakan bagi pihak fakultas UKDW dalam pelaksanaan skripsi, sehingga dapat mempertimbangkan aspek-aspek yang dapat mendukung mahasiswa dalam menyelesaikan tugasnya. Oleh sebab itu sangat penting untuk dilakukan penelitian tentang koping mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana saat menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi agar hasil skripsinya dapat berjalan dengan baik.

## **1.2 Masalah Penelitian**

Berdasarkan uraian tersebut dapat diangkat permasalahan yaitu “Bagaimana mekanisme koping mahasiswa Fakultas Kedokteran UKDW dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian yang dilakukan yaitu untuk mengetahui secara mendalam mekanisme koping dari mahasiswa prodi Kedokteran UKDW semester akhir dalam menghadapi kejenuhan skripsi.

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Bagi Institusi pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi dalam membuat kebijakan bagi pihak fakultas UKDW dalam pelaksanaan skripsi, sehingga dapat mempertimbangkan aspek-aspek yang dapat mendukung mahasiswa dalam menyelesaikan tugasnya.

### **1.4.2 Bagi peneliti lain**

Dapat dijadikan referensi atau acuan bagi peneliti selanjutnya

## 1.5 Keaslian Penelitian

Berikut adalah penelitian lain yang berhubungan dengan judul penelitian mengenai “Mekanisme koping mahasiswa FK UKDW dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi” :

Penelitian Nugroho (2012) tentang studi deskriptif *burnout* dan koping stres pada perawat di ruang rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. Penelitian tersebut menggunakan *total population study* dan Subjek dalam penelitian ini adalah keseluruhan jumlah perawat yang bekerja di ruang rawat inap berjumlah 82 orang, terdiri dari 39 perempuan dan 43 laki-laki. Teknik pengambilan data menggunakan metode angket, yang terdiri dari angket terbuka dan tertutup, adapun angket tertutup meliputi *burnout* dan koping stres. Hasil analisis menunjukkan bahwa perawat di ruang rawat inap menggunakan kedua jenis strategi koping stres dengan kategori sedang, *problem focused coping* dengan persentase 53,7% dan *emotional focused coping* sebesar 57,3%. *Burnout* yang dihasilkan termasuk dalam kategori rendah (68,3%) dan sangat rendah (26,8%).

Penelitian Hardiyanti (2013) *burnout* ditinjau dari *Big Five Factors Personality* pada karyawan kantor pos pusat Malang. Pada penelitian tersebut menggunakan metode non-tes yaitu skala *burnout / Maslach Burnout Inventory-General Survey* dan skala *Big Five Factors Personality / Big Five Inventory*. Pengukuran dilakukan terhadap 100 subjek karyawan kantor pos dengan analisis data yang digunakan adalah statistik *anova one way*. Hasil menunjukkan perbedaan



*burnout* yang signifikan ( $F=2,9929; sig=0,025 < 0,05$ ) ditinjau dari *Big Five Factors Personality* pada karyawan kantor pos pusat Malang dengan faktor kepribadian *neuroticism* memiliki *mean burnout* paling tinggi (32,36) dan *agreeableness* yang memiliki *mean burnout* paling rendah (26,07).

Penelitian Pramita (2011) merupakan penelitian untuk menganalisa faktor penyebab stres dan mekanisme coping pada mahasiswa profesi keperawatan USU angkatan 2006 dalam menghadapi pendidikan profesi Ners serta mengetahui faktor penyebab stres dan mekanisme coping yang paling dominan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner stres dan mekanisme coping mahasiswa keperawatan USU yang meliputi data demografi dan pertanyaan terkait stres dan mekanisme coping mahasiswa profesi USU. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres akibat kondisi sosial ekonomi dari faktor kondisi personal merupakan faktor dominan penyebab stres mahasiswa pendidikan profesi ners dan mereka menggunakan mekanisme coping *planful problem solving* untuk melakukan analisa terhadap situasi agar mendapatkan solusi dan didukung oleh pengambilan langkah-langkah untuk menyelesaikan masalahnya.

Penelitian Pangestuti (2003) pada enam mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan melakukan penundaan penyelesaian skripsi mengalami peningkatan tingkat stres yang cukup tinggi. Salah satu faktor yang berpengaruh pada stress yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dari faktor dosen pembimbing adalah masalah hubungan

interpersonal yang negatif dengan dosen pembimbing dalam kaitannya dengan komunikasi dan penilaian mahasiswa terhadap dosen pembimbing.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan beberapa penelitian sebelumnya yaitu pada subyek penelitian, variabel, dan tempat penelitian. Penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian terhadap mekanisme koping yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran UKDW tahun 2011 dalam menghadapi skripsi. Oleh karena itu penulis ingin mengetahui lebih lanjut jenis mekanisme koping yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran UKDW tahun 2011 dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi. Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa angkatan 2011 karena mahasiswa tersebut sedang mengambil blok karya tulis ilmiah. Penelitian dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *indepth interview* (wawancara mendalam).

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan, didapatkan kesimpulan :

1. Mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dalam menghadapi kejenuhan mengerjakan skripsi pada penelitian yang telah dilakukan dapat terlihat dari keempat informan yang menggunakan dua tipe mekanisme koping yaitu *problem focused coping* dan *emotional focus coping*.
2. *Problem focused coping* seperti mekanisme koping *seeking social support* digunakan oleh 4 informan dengan mencari dukungan sosial dengan meminta bantuan, bercerita kepada teman atau keluarga mengenai perasaan mereka untuk mendapatkan solusi dari permasalahan yang dihadapi dan mekanisme koping *positive reappraisal* digunakan oleh 3 informan selama mengerjakan skripsi dengan menciptakan sesuatu yang positif dari situasi yang dihadapi.
3. *Emotional focused coping* seperti mekanisme koping *escape avoidance* digunakan oleh keempat informan dengan melakukan hal yang disenangi untuk mengurangi *stressor* yang dirasakan seperti makan, tidur, bermain bersama teman, mencari tempat yang nyaman untuk mengerjakan skripsi, dan juga mencari sesuatu yang disukai yang dapat membuat senang seperti bermain *game*.

4. Masalah yang didapatkan dari informan penelitian dalam mengerjakan skripsi adalah kesulitan pengaturan waktu, kesulitan mencari literatur, rasa malas saat mengerjakan skripsi, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing.
5. Dosen pembimbing 1 dan dosen pembimbing 2 sudah memberikan pendampingan dan dukungan selama mahasiswa mengerjakan skripsi, seperti mengingatkan dan memberikan motivasi agar mahasiswa tersebut segera menyelesaikan skripsinya tepat waktu.

## **5.2 Saran**

1. Dosen pembimbing dan penguji sudah memberikan pendampingan dan dukungan selama mahasiswa mengerjakan skripsi, yang ternyata itu mungkin belum dirasakan oleh mahasiswa. Peneliti menyarankan agar dosen pembimbing maupun dosen penguji dapat memberikan dukungan yang efektif dan berdampak pada mahasiswa bimbingannya, seperti ikut mengontrol keadaan mahasiswa, menanyakan keadaan, progres pengerjaan skripsi sudah sampai sejauh mana, apakah ada kendala dalam penyelesaian mengerjakan skripsi.
2. Asisten penelitian dalam wawancarai responden seharusnya lebih menggali lagi pertanyaan dan menghindari kata-kata yang kurang relevan dalam membuat pertanyaan. Peneliti menyarankan agar dalam memilih asisten penelitian harus mempertimbangkan keahlian asisten penelitian dalam memilih kata-kata saat melakukan wawancara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri*. Bandung: RefikaAditama.
- Bungin, Burhan (2012). *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Grafindo.
- Caputo, J. S. (1991). *Stress and Burnout in Library Service*. Canada : The Oryx Press.
- Conny R. Semiawan. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Grasindo.
- Daldiyono. (2009). *How to Be a Real and Successful Student*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Djuharie, O. Setiawan. (2001). *Pedoman Penulisan Skripsi Tesis Disertasi*. Bandung : Yrama Widya.
- Ebata, A., and Moos, R (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12, 33-54.
- Elder, R., Evans, K., Nizette, D. (2009). *Psychiatric and Mental Health Nursing 2nd Edition*. New Zealand: Elseiver.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis In Education : Stress and Burnout in The America Teacher*. San Fransisco, Oxford : Jossey-Bass Publishers.
- Frydenberg, Erica. (2008). *Adolescent Coping: Advance in Theory, Research, and Practice*. New York: Routledge.
- Greenberg, Jerrold. S. 2002. *Comprehensive Stress Management 7th ed*. New York : Mc Grew-Hill Inc.
- Gunawati & Hartati, (2006). *Hubungan antara Efektivitas Komunikasi MahasiswaDosen Pembimbing utama skripsi dengan stres dalam Menyusun skripsi pada mahasiswa program Studi psikologi fakultas kedokteran Universitas Diponegoro*. Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Vol. 3 No. 2, 2006 (Internet) Available from: <http://www.Universitas SS.ac.id>. Diakses pada 12 Februari 2015.

- Hardiyanti, Ranny (2013). *Burnout di Tinjau dari Big Five Factors Personality pada Karyawan Kantor Pos Kota Malang*. Fakultas Psikologo Universitas Muhammadiyah Malang. (Internet) Available From: <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/viewFile/1587/1694>. Diakses pada 1 Maret 2015.
- Hidayat. (2008). *Menyusun Skripsi dan Tesis Cetakan 1*. Bandung : Informatika.
- Huffman, K. Et al. (1994). *Psychology in Action*. Canada: John Wiley & Sons.Inc
- Indraswari, Dhaniar. (2009). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang, Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. (Internet) Available From: <http://www.ejournal-s1.UniversitasSS.ac.id/index.php/empati/article/view/7478/7238>. Di akses pada 5 Maret 2015.
- Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Juall Carpenito, Lyndal. (2000). *Diagnosa Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Koutoukidis, G., Stainton, K., & Hughson, J. (2009). *Tabbner's Nursing Care 6th edition*. Australia : Elsevier.
- Krohne, W. H. (2002). *Stress and Coping Theories*. Germany : Johannes Gutenberg-Universitat Mainz Germany.
- Lailani, F. Saputro, Edy P. Nurdiana, F. (2005). *Burnout dan Pentingnya Manajemen Beban Kerja*. Jurnal Manajemen dan Bisnis : Benefit, Vol.9, No.1.
- Maramis, W.F. (2009). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya : Airlangga University Press.
- Maslach, C. (1998). *A Multidimensional Theory Of Burnout : In Theories Of Organizational Stress*. Oxford : University Press.
- Maslach, C., & Leiter, D. (1998). *The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What To Do About It*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). *Job Burnout: Annual Review of Psychology*. 52, 407-420.

- Maslach, Cicilia. (2003). *Understanding Burnout: Definitional Issues in Analyzing a Complex Phenomenon*, In W. S. Paine (Ed), *Job Stress and Burnout*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Monks, F.J., Knoers, A. M. P., Haditono, S.R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Mu'tadin, Zainun. (2002). *Strategi Coping*. (Internet) Available From: <http://www.scribd.com/doc/169347254/lp-koping#scribd>. Di akses pada 5 Maret 2015.
- National Safety Council (2004). *Manajemen Stress*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Nursalam. (2007). *Asuhan Keperawatan pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nugroho, Anastasia S., Andrian, Marselius, (2012). *Studi Deskriptif Burnout dan Coping Stres pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya Fakultas Psikologi*. Universitas Surabaya. (Internet) available from: [https://www.academia.edu/10157446/Studi\\_Deskriptif\\_Burnout\\_dan\\_Coping\\_Stres\\_pada\\_Perawat\\_di\\_Ruang\\_Rawat\\_Inap\\_Rumah\\_Sakit\\_Jiwa\\_Menur\\_Surabaya](https://www.academia.edu/10157446/Studi_Deskriptif_Burnout_dan_Coping_Stres_pada_Perawat_di_Ruang_Rawat_Inap_Rumah_Sakit_Jiwa_Menur_Surabaya). Diakses pada 2 Maret 2015.
- Pangestuti, R. (2003). *Penundaan Menyelesaikan Skripsi (Studi Kasus pada beberapa Mahasiswa Angkatan '96 Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*. Semarang. Fakultas Psikologi UNIVERSITAS SS. (Internet) available from : <http://ejournal.UniversitasSS.ac.id/index.php/psikologi/article/viewFile/659/533>. Diakses pada 26 Maret 2015
- Pines, Ayala and Aronson, Elliot. (1989). *Career Burnout: Causes and Cures*. New York: The Free Press, A Division of Macmillan, Inc.
- Rasmun. (2004). *Stres, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Seto.
- Rathus, S. A. & Nevid, J. S. (2002). *Psychology and The Challenge of Life: Adjustment in The New Millenium*. Eight Edition. Danver: John Willey & Sons, Inc
- Redl, F. dan Watten, W. W. (1959). *Mental Hygiene and Teaching*. New York: Harcourt, Brace & World, Inc.

- Rianti, Pramita. (2011). *Analisa Faktor Penyebab Stres dan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Profesi Keperawatan USU Angkatan 2006 dalam Menghadapi Pendidikan Profesi Ners*. Skripsi, Universitas Sumatra Utara.
- Riewanto, A. (2003). *Skripsi Barometer Intelektualitas Mahasiswa*. Suara Merdeka. (Internet) Available From: <http://www.suaramerdeka.com/harian/0302/05/kha3.htm>. Diakses pada 19 Februari 2015.
- Santrock, J. W. (1998). *Adolescence (7th edition)*. New York : Mc Graw Hill.
- Sastroasmoro, S. & Ismael, S. (2011). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis ed.4*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sari, V. Y. (2007). *Hubungan Antara Optimisme Dengan Problem Focused Coping Pada Mahasiswa Pengambil Skripsi*. Naskah Publikasi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. (Internet) Available From: <http://psikologi.ub.ac.id/wp-content/uploads/2013/10/JURNAL3.pdf> Diakses pada 16 Januari 2015.
- Seiffge-Krenken, I. And Shulman, S. (1990). Coping style in adolescence. A cross-cultural study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21, 351-357.
- Siswanto. (2004). *Kesehatan Mental, konsep, cakupan dan perkembangannya*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
- Slamet. (2003). *Banyak yang Melakukan Plagiat*. Suara merdeka. (Internet) Available From: <http://www.suaramerdeka.com/harian/0301/15/kha2.htm> Diakses pada 19 Februari 2015.
- Stuart & Laraia. (2001). *Principles and practice of psychiatric nursing*. USA: Mosby Company.
- Sutjipto. (2008). *Apakah anda mengalami burnout*. Semarang : GI gema Insani offset.
- Tarwaka, Bakri, S. H. A., & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk Kesehatan, Keselamatan Kerja & Produktivitas*. Surakarta: Uniba Press.
- Tobroni. (2010). *Stress yang Dialami Mahasiswa*. Malang : UMM Press.



Weiten, W. (2010). *Psychology: Themes and Variations 8th edition*. California :  
Wadsworth.

©UKDWN