

## Gambaran Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Sebelum dan Selama Terjadi Covid-19 Pada Mahasiswa = Overview of Stress Levels and Coping Mechanisms Before and During Covid-19 in College Students

Fitra Albana Wahyudi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920523734&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pandemi Covid-19 memberikan dampak besar bagi seluruh dunia. Hal ini mempengaruhi tingkat stres yang dialami semua orang termasuk mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres yang dialami dan mekanisme koping yang digunakan mahasiswa saat sebelum dan selama terjadi Covid-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Sampel yang digunakan adalah 114 mahasiswa S1 Reguler FIK UI tahun 2019 dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres adalah Perceived Stress Scale-10 yang dikembangkan oleh David L. Cohen (1994) dan mengetahui mekanisme koping yang digunakan menggunakan The Brief COPE oleh Carver (1997). Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa mengalami stres sedang saat sebelum (78,1%) dan selama terjadi Covid-19 (82,45%). Mekanisme koping yang digunakan yaitu problem focused coping saat sebelum (75,4%) dan selama terjadi Covid-19 (67,5%) serta adaptive coping saat sebelum (92,1%) dan selama terjadi Covid-19 (90,4%)/ Meskipun terdapat sedikit penurunan antara sebelum dan selama terjadi Covid-19. Hal ini perlu diperhatikan melihat dampak stres yang mungkin terjadi pada mahasiswa. Namun dilihat dari hasil penelitian, meskipun mayoritas mahasiswa memiliki tingkat stres sedang, masih dapat mengatasi stresnya dengan baik karena mayoritas memiliki mekanisme koping yang berfokus pada masalah daripada berfokus pada emosi dan adaptif daripada maladaptif.

.....Pandemic Covid-19 has a big impact on the whole world. This affects the level of stress experienced by everyone including college students. This study aims to identify the description of the stress levels and the coping mechanism used by college students before and during COVID-19. This study used a descriptive research design. The sample used was 114 FIK UI undergraduate students class of 2019 with total sampling techniques. The instrument used to measure stress levels is Perceived Stress Scale-10 developed by David L. Cohen (1994) and to determine the coping mechanism used by respondents using The Brief COPE questionnaire by Carver (1997). The results showed that the college students experienced moderate stress before Covid-19 (78.1%) and during COVID-19 (82.45%). And the coping mechanisms used are Problem Focused Coping before Covid-19 (75.4%) and during COVID-19 (67.5%) and adaptive mechanisms before Covid-19 (92.1%) and during COVID-19 (90, 4%) Although there is a slight decrease between before and during COVID-19. These results needs to be considered to see the impact of stress that may occur on college students. But from the results of the study, although students have a majority of moderate stress levels, can still handle their stress well because the majority of college students have a coping mechanism that focuses on problems rather than focusing on emotions and adaptive rather than maladaptive.