

Determinan Perilaku Coping Adaptif terhadap Stres pada Remaja di DKI Jakarta = Determinants of Adaptive Coping Behavior towards Stress in Adolescents in DKI Jakarta

Puspita Alwi, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920548844&lokasi=lokal>

Abstrak

Masa remaja adalah tahap perkembangan penting yang melibatkan perubahan besar pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Remaja sering menghadapi tekanan tinggi dari tuntutan sekolah, keluarga, dan teman-teman, sehingga mereka rentan terhadap stres psikologis. Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat mengakibatkan masalah kesehatan mental. Individu tidak pasif ketika mengalami stres, akan tetapi mencoba untuk mengatasi kondisi tersebut dengan melakukan perilaku *coping*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku *coping* adaptif pada remaja di DKI Jakarta beserta determinannya. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional* pada 314 remaja yang dipilih dengan *cluster sampling* dari wilayah administrasi di DKI Jakarta. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner secara mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *coping* adaptif pada remaja cenderung baik dengan nilai rata-rata 1,95 (skala 0-3). Perilaku *coping* adaptif yang paling banyak digunakan yaitu *active coping* dan *positive reframe*, sedangkan yang paling jarang digunakan yaitu *emotional support* dan *venting*. School connectedness, literasi kesehatan mental, dan ketahanan keluarga memiliki hubungan dengan school connectedness ($p < 0,001$). Penelitian ini juga menemukan *school connectedness* merupakan faktor paling dominan untuk membangun perilaku *coping* adaptif pada remaja ($p = < 0,001$; $\eta^2 = 0,022$). Penguatan *school connectedness*, literasi kesehatan jiwa dan ketahanan keluarga perlu dilakukan untuk mendorong perilaku *coping* yang lebih adaptif pada remaja.

.....Adolescence is a critical developmental stage involving significant changes in physical, psychological, and social aspects. Teenagers often face high pressure from school, family, and friends, making them vulnerable to psychological stress. Poorly managed stress can lead to mental health problems. Individuals are not passive when experiencing stress; they try to cope with the condition through coping behaviors. This study aims to analyze adaptive coping behaviors in adolescents in DKI Jakarta and their determinants. The research uses a quantitative method with a cross-sectional design involving 314 adolescents selected through cluster sampling from administrative areas in DKI Jakarta. Data were collected through self-administered questionnaires. The results show that adaptive coping behaviors in adolescents tend to be good, with an average score of 1.95 (scale 0-3). The most frequently used adaptive coping behaviors are active coping and positive reframing, while the least used are emotional support and venting. School connectedness, mental health literacy, and family resilience are associated with school connectedness ($p < 0.001$). The study also found that school connectedness is the most dominant factor in building adaptive coping behaviors in adolescents ($p = < 0.001$; $\eta^2 = 0.022$). Strengthening school connectedness, mental health literacy, and family resilience needs to be done to encourage more adaptive coping behaviors in adolescents.