



**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK  
MULIA KARYA HUSADA**

**SKRIPSI**

**DELLA YUNITA**

**1810711066**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

**2022**



**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRESS AKADEMIK SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMK  
MULIA KARYA HUSADA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana**

**DELLA YUNITA**

**1810711066**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA**

**2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Della Yunita

NRP : 1810711066

Tanggal : 14 Juli 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 12 Juli 2022

Yang Menyatakan



(Della Yunita)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Della Yunita  
NRP : 1810711066  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program studi : SI Keperawatan

Demi pengembangan ilmu Pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta hak bebas royalti non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Mekanisme Koping Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik Remaja Saat Masa Pandemi Covid 19 Di Smk Mulia Karya Husada.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/format kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal: 13 Juli 2022

Yang menyatakan,



Della Yunita

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

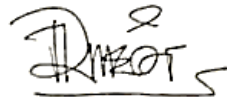
Nama : Della Yunita  
NRP : 1810711066  
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Mekanisme Koping dan Dukungan Sosial dengan Stress Akademik Remaja Saat Pandemi Covid 19 di SMK Multa Karya Husada

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Ns. Diah Sukaesti, M.Kep., Sp.Kep.J

Ketua Penguji



Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Penguji I



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J

Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistadi, MARS  
Dekan FKES UPN Veteran Jakarta

Ditandatangani di : Jakarta

Tanggal Ujian : 25 Juni 2022



Ns. Fiore Ladessya, M.Kep., Sp.Kep.MB

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

# HUBUNGAN MEKANISME KOPING DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK REMAJA SAAT MASA PANDEMI COVID 19 DI SMK MULIA KARYA HUSADA

Della Yunita

## Abstrak

Pembelajaran daring merupakan salah satu solusi pembelajaran ketika masa pandemi covid 19 sehingga akan dapat menimbulkan dampak psikologis bagi remaja. Pembelajaran yang dilakukan secara online dirumah tentunya memerlukan support sistem yang dapat berasal dari keluarga, teman sebaya atau orang yang berarti agar remaja dapat merasa lebih diperhatikan. Selain dukungan sosial mekanisme koping juga tidak kalah penting dalam melakukan proses pembelajaran daring. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan mekanisme koping dan dukungan sosial dengan stres akademik remaja dalam proses pembelajaran dimasa pandemi covid 19 pada siswa di SMK Mulia Karya Husada. Desain penelitian adalah cross sectional dengan teknik sampling *stratified random sampling* sebanyak 116 siswa. Penelitian ini menggunakan kuesioner ESSA, MSPSS dan *Brief cope*. Analisis menggunakan chi square. Hasil analisis antara mekanisme koping diperoleh hasil p value = 0,004 (<0,05) artinya terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan stres akademik remaja. Sedangkan hasil analisis pada dukungan sosial dengan stres akademik didapatkan p value = 0,002 (<0,05) artinya terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stres akademik remaja. Diharapkan guru dapat memberikan edukasi tentang pentingnya dukungan sosial dan mekanisme koping pada siswa sehingga dampak psikologis dalam pembelajaran selama pandemi covid 19 dapat diminimalisir.

**Kata Kunci :** Mekanisme koping, Dukungan sosial, stres akademik, pandemi

**RELATIONSHIP OF COPING MECHANISMS AND  
SOCIAL SUPPORT WITH ACADEMIC STRESS DURING THE  
COVID 19 PANDEMIC IN STUDENT AT SMK MULIA  
KARYA HUSADA**

**Della Yunita**

**Abstract**

Online learning is one of the learning solutions during the COVID-19 pandemic so that it can have a psychological impact on teenagers. Learning that is done online at home, of course, requires a support system that can come from family, peers or meaningful people so that teenagers can feel more cared for. In addition to social support, coping mechanisms are no less important in conducting the online learning process. This study aims to determine the relationship between coping mechanisms and social support with adolescent academic stress in the learning process during the COVID-19 pandemic in students at SMK Mulia Karya Husada. The research design was cross sectional with a stratified random sampling technique of 116 students. The study was to used ESSA, MSPSS, and Brief cope questionnaire. Analysis using chi square. The results of the analysis between coping mechanisms obtained p value = 0.004 (<0.05) meaning that there is a relationship between coping mechanisms and adolescent academic stress. While the results of the analysis on social support with academic stress obtained p value = 0.002 (<0.05), meaning that there is a relationship between social support and adolescent academic stress. therefore, it is hoped that teachers can provide education about the importance of social support and coping mechanisms in conducting learning during the COVID-19 Pandemic so as to reduce academic stress felt by students.

**Kata Kunci :** Coping mechanisms, Social support, academic stress covid 19

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Dalam skripsi ini penulis mengambil judul “Hubungan Mekanisme Koping dan Dukungan Sosial dengan Stress Akademik pada Pembelajaran saat Pandemi Covid-19 dikalangan Siswa SMK Mulia Karya Husada”. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini ialah untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan sarjana keperawatan UPN Veteran Jakarta. Skripsi ini dapat tercapai dengan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, izinkanlah penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi dengan sebaik-baiknya.

Dengan penuh ketulusan hati penulis menyampaikan ucapan rasa terima kasih kepada Bapak Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku dekan FIKES, Ibu Ns. Wiwin Winarti, S.Kep., M.Epid., MN selaku kepala jurusan keperawatan, Ibu Ns. Fiora Ladesvita, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku ketua program studi S1 keperawatan. Ns. Duma Lumban Tobing, S.Kep. M.Kep. Sp. Kep. J selaku dosen pembimbing yang telah sabar dalam membimbing dan menyempatkan waktunya untuk memberikan arahan dalam penyusunan skripsi saya. Ibu Ns. Ritanti, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji, Ibu Ns.Mareta Dea Rosaline.,S.Kep.,M.Kep selaku sekretaris program studi S1 keperawatan. Saya juga berterima kasih kepada keluarga terutama orang tua saya, Ayu Hamiyati, Sahry, Said, Alwi, Amel, Ahmad, serta teman-teman yang telah dan memberikan dukungan selama proses pengerjaan skripsi. Penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis meminta segala bentuk kritik dan saran dari pembaca agar dapat memperbaiki lagi dimasa yang akan datang.

Jakarta, 7 April 2022

Penulis

Della Yunita



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan .....	6
I.4 Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Remaja.....	9
II.2 Dukungan sosial .....	17
II.3 Mekanisme Koping .....	24
II.4. Stress Akademik.....	29
II.5 Pandemi Covid-19.....	33
II.9 Kerangka Teori.....	35
II.10 Tabel penelitian terdahulu .....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
III.1 Kerangka Konsep .....	43
III.2 Hipotesis Penelitian.....	44
III.3 Definisi Operasional.....	46
III.4 Desain Penelitian.....	48
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian .....	48
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	50
III.7 Metode Pengumpulan Data .....	50
III.8 Teknik Sampling .....	52
III.9 Instrumen Penelitian.....	53
III.10 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	56
III.11 Analisis Data .....	58
III.12 Etika Penelitian .....	60
III.13 Keterbatasan Penelitian.....	61

BAB IV HASIL DAN PEMABAHASAN .....	62
IV.1 Hasil Penelitian .....	62
IV.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian .....	62
IV.1.2 Proses Penelitian .....	63
IV.1.3 Uji Normalitas.....	63
IV.1.4 Hasil Analisis Univariat.....	64
IV.5 Hasil Analisis Bivariat .....	70
IV.2 Pembahasan.....	72
BAB V PENUTUP.....	83
V.1 Kesimpulan .....	83
V.2 Saran .....	82
DAFTAR PUSTAKA .....	86
LAMPIRAN.....	95

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu .....	38
Tabel 2	Definisi Operasional .....	46
Tabel 3	Kisi-kisi Mekanisme Koping .....	54
Tabel 4	Kisi-Kisi MPSS.....	55
Tabel 5	Kisi-Kisi ESSA .....	56
Tabel 6	Analisis Unvariat.....	59
Tabel 7	Analisis Bivariat.....	60
Tabel 8	Analisis Uji Normalitas.. ..	71
Tabel 9	Distribusi Usia.....	72
Tabel 10	Distribusi Jenis Kelamin.....	72
Tabel 11	Distribusi Metode Pembelajaran.....	72
Tabel 12	Distribusi Pendidikan Terakhir Orang Tua.....	75
Tabel 13	Distribusi Penghasilan Orang Tua.....	75
Tabel 14	Distribusi perangkat yang digunakan.....	76
Tabel 15	Distribusi Mekanisme Koping.....	76
Tabel 16	Distribusi Mekanisme Koping.....	77
Tabel 17	Distribusi Dukungan Sosial.....	78
Tabel 18	Distribusi Stres Akademik.....	78
Tabel 19	Mekanisme Koping Dengan Stres Akademik .....	79
Tabel 20	Dukungan Sosial Dengan Stres Akademik.....	80

## DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori .....	37
Skema 2 Kerangka Konsep.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Persetujuan .....	95
Lampiran 2	Lembar Penjelasan Responden .....	97
Lampiran 3	<i>Lembar Informed Consent</i> .....	99
Lampiran 4	Kuesioner Data Demografi Dan Stres Akademik.....	100
Lampiran 5	Kuesioner Mekanisme Koping .....	101
Lampiran 6	Kuesioner Dukungan Sosial .....	105
Lampiran 7	Kuesioner Stres Akademik .....	108
Lampiran 8	Kartu Monitoring.....	110
Lampiran 9	Surat Izin Studi Pendahuluan .....	114
Lampiran 10	Surat Izin Penelitian, Uji Validitas, Dan Pengambilan Data.....	115
Lampiran 11	Surat Persetujuan Etik .....	117
Lampiran 12	Surat Balasan Uji Validitas.....	118
Lampiran 13	Surat Balasan Penelitian .....	119
Lampiran 14	Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas .....	120
Lampiran 15	Hasil Uji Univariat .....	124
Lampiran 16	Hasil Uji Normalitas .....	127
Lampiran 17	Hasil Uji Bivariat.....	128
Lampiran 18	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme .....	131
Lampiran 19	Hasil Turnitin.....	132