

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Pondok Pesantren Ibnu Sina adalah Lembaga Pendidikan Islam yang dikelola secara modern dan terintegrasi dengan kurikulum nasional (SMP dan SMA) yang terletak di Jln. Cikampak Segog, KM. 09 Cibening Pamijahan Kabupaten Bogor. Pembina yayasan Ibnu Sina adalah KH. Tatang Haetami, M.Ag dan Dasef Maulana, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMA.

Fasilitas yang tersedia diantaranya 8 kelas, asrama perempuan, asrama laki-laki, 1 masjid, 1 lab. komputer, 1 UKS (Poskestren), 1 perpustakaan, 1 lapangan dan terdapat ekstrakurikuler yang dapat menunjang kegiatan di luar kelas seperti pramuka, tilawah, kaligrafi, marawis, hadroh, kosidah, basket, safari dakwah dan ekstrakurikuler lainnya.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

a. Usia

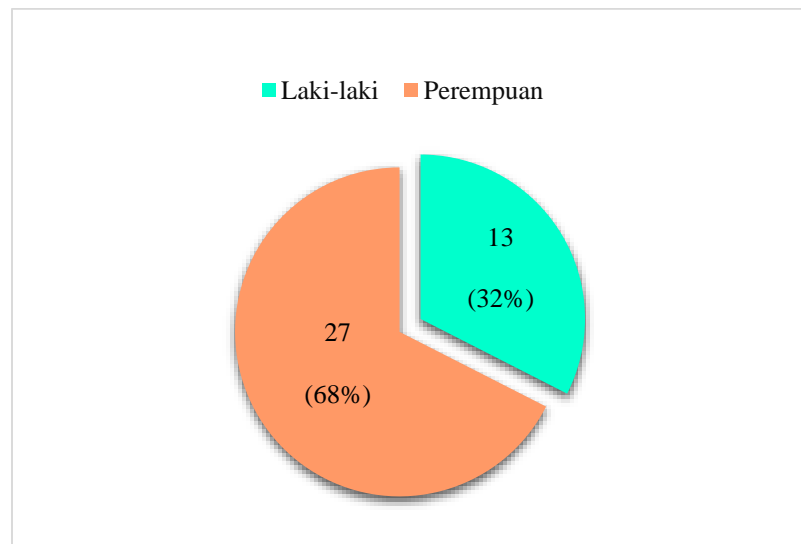
Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)

Usia	Jumlah	Persentase
14 tahun	1	2%
15 tahun	11	27%
16 tahun	18	45%
17 tahun	9	23%
18 tahun	1	3%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 40 responden kurang dari setengahnya berusia 16 tahun sebanyak 18 responden (45%) dan sebagian kecil berusia 14 tahun sebanyak 1 responden (2%).

b. Jenis Kelamin

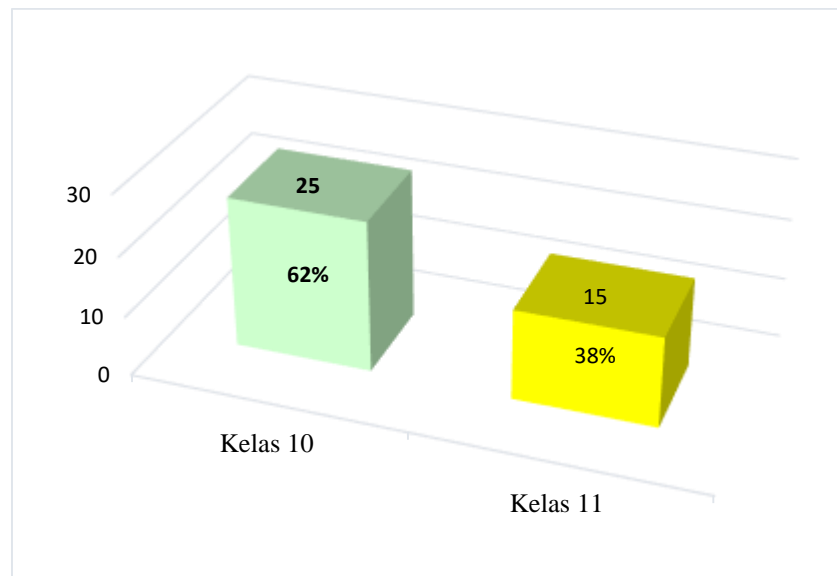
Diagram 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.1 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya berjenis kelamin perempuan sebanyak 27 responden (68%) dan kurang dari setengahnya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (32%).

c. Kelas

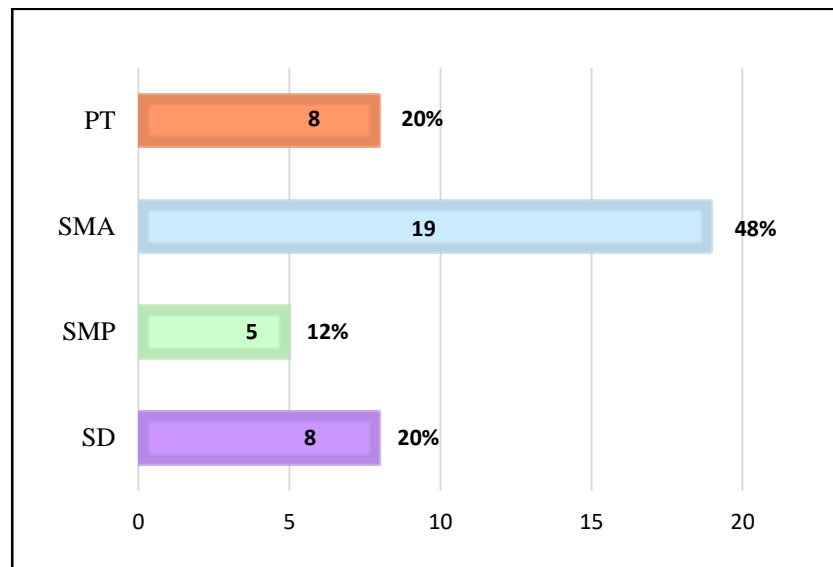
Diagram 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.2 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya merupakan siswa/i kelas 10 sebanyak 25 responden (62%) dan kurang dari setengahnya merupakan siswa/i kelas 11 sebanyak 15 responden (38%).

d. Pendidikan Orang Tua

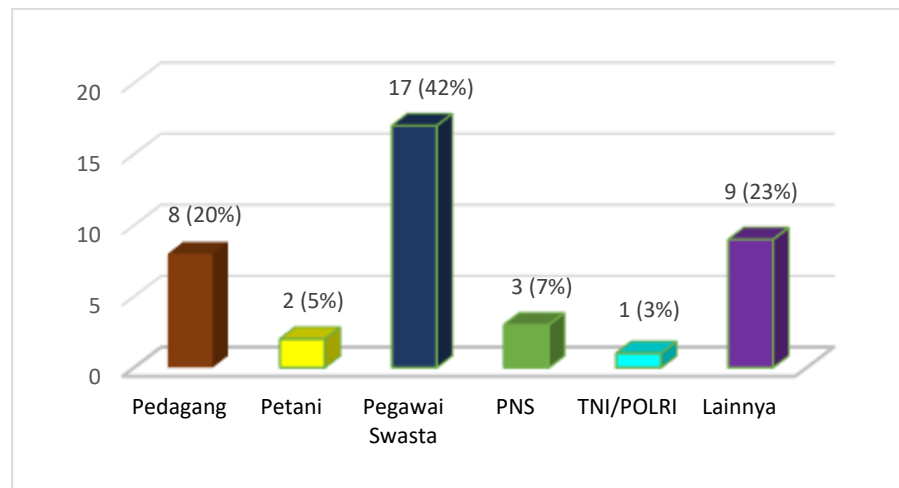
Diagram 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.3 menunjukkan bahwa dari 40 responden kurang dari setengahnya orang tua responden tamat SMA sebanyak 19 responden (48%) dan sebagian kecil orang tua responden tamat SMP sebanyak 5 responden (12%).

e. Pekerjaan Orang Tua

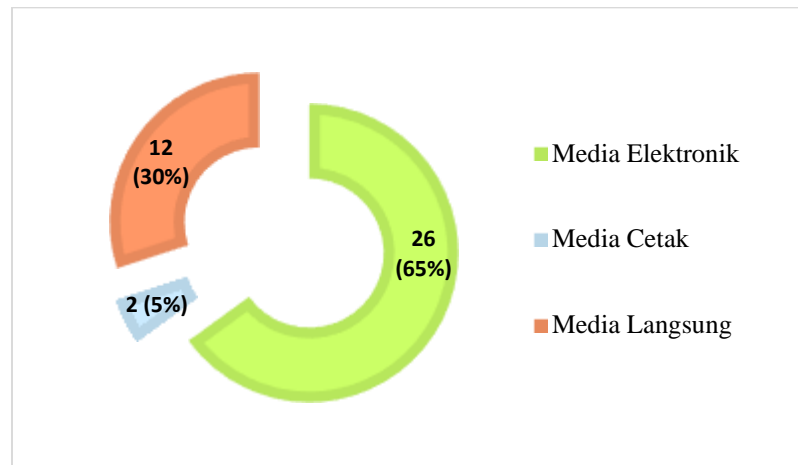
Diagram 5.4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.4 menunjukkan bahwa dari 40 responden kurang dari setengahnya orang tua responden bekerja sebagai Pegawai Swasta sebanyak 17 responden (42%) dan sebagian kecil orang tua responden bekerja sebagai TNI/POLRI yaitu 1 responden (3%).

f. Sumber Informasi terkait Covid-19 dan Protokol Kesehatan

Diagram 5.5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.5 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya mendapatkan sumber informasi melalui media elektronik sebanyak 26 responden (65%) dan sebagian kecil mendapatkan sumber informasi melalui media cetak sebanyak 2 responden (5%).

2. Gambaran Pengetahuan

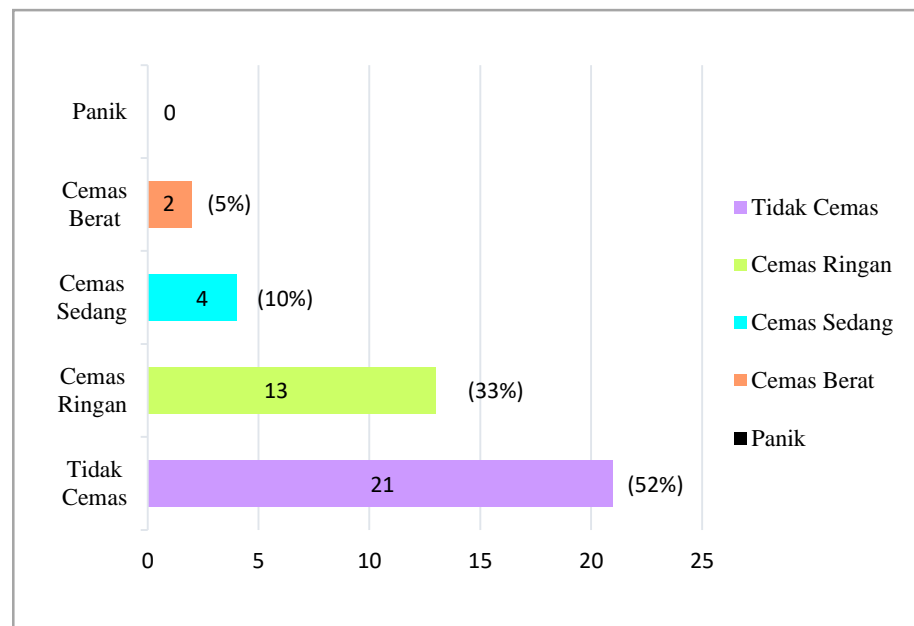
Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)

Pengetahuan	Jumlah	Persentase
Baik	6	15%
Cukup	23	57%
Kurang	11	28%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya memiliki pengetahuan cukup sebanyak 23 responden (57%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik sebanyak 6 responden (15%).

3. Gambaran Tingkat Kecemasan

Diagram 5.6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan
di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)

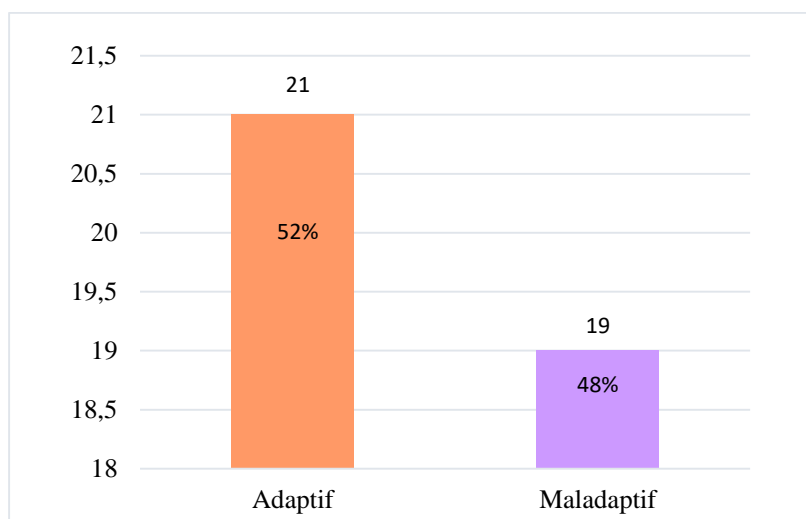


Berdasarkan diagram 5.6 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya tidak cemas sebanyak 21 responden (52%) dan sebagian kecil mengalami cemas berat sebanyak 2 responden (5%).

4. Gambaran Mekanisme Koping

Diagram 5.7

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kab. Bogor Tahun 2021 (n = 40)



Berdasarkan diagram 5.7 menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 21 responden (52%) dan kurang dari setengahnya menggunakan mekanisme koping maladaptif sebanyak 19 responden (48%).

C. Pembahasan Penelitian

Pada pembahasan ini sudah diuraikan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan kesesuaian dan ketidaksesuaian teori yang terkait serta membandingkan dengan hasil penelitian di lapangan mengenai “Gambaran Pengetahuan, Tingkat Kecemasan dan Mekanisme Koping Remaja saat Pembelajaran Luar Jaringan (Luring) pada Era Adaptasi Kebiasaan Baru di Pondok Pesantren Ibnu Sina Kabupaten Bogor”.

1. Pengetahuan

Hasil penelitian berdasarkan pengetahuan menunjukkan bahwa dari 40 responden lebih dari setengahnya memiliki pengetahuan cukup sebanyak 23 responden (57%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik sebanyak 6 responden (15%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayat, dkk (2021) dengan jumlah responden 294 santri menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya remaja didominasi oleh pengetahuan cukup (61,2%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik (16,6%).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti dan Lezi (2021) dengan jumlah responden 32 santri menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya remaja didominasi oleh pengetahuan cukup (62,5%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik (12,5%).

Dari beberapa hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan remaja terkait Covid-19 dan protokol kesehatan didominasi oleh pengetahuan cukup.

Menurut Listiani (2015), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia terhadap objek melalui indera sehingga menghasilkan pengetahuan. Penginderaan dapat terjadi melalui pancaindra manusia yaitu indera pendengaran, penglihatan, penciuman, perasaan dan perabaan. Menurut Budiman dan Riyanto (2013) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu usia, pendidikan, informasi atau media massa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, dan pengalaman.

Pengetahuan remaja tentang Covid-19 dan protokol kesehatan berdasarkan usia didapatkan hasil bahwa setengahnya responden berusia 17 tahun memiliki pengetahuan baik (50%) dan lebih dari setengahnya responden berusia 16 tahun memiliki pengetahuan kurang (55%). Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Budiman dan Riyanto (2013) bahwa usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia maka semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik. Peneliti berasumsi kemungkinan penyebab kurangnya pengetahuan responden dikarenakan saat ini responden berpendidikan SMA serta umur mereka yang masih belum matang dalam menerima informasi yang diberikan dan juga saat mengambil keputusan.

Selain faktor usia, yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah tingkat pendidikan. Pengetahuan remaja berdasarkan kelas didapatkan hasil bahwa lebih dari setengahnya responden kelas 11 memiliki pengetahuan baik (67%) dan lebih dari setengahnya responden kelas 10 memiliki pengetahuan kurang (55%). Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Budiman dan Riyanto (2013) bahwa pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah bagi orang tersebut untuk menerima informasi. Semakin banyak informasi yang masuk, maka semakin banyak pula pengetahuan yang didapat. Pengetahuan erat hubungannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, orang tersebut akan

semakin luas pula pengetahuannya. Namun, perlu ditekankan bahwa seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula.

Pengetahuan berdasarkan pendidikan orang tua, didapatkan hasil bahwa setengah responden dengan pendidikan orang tua tamat SMA memiliki pengetahuan baik (50%) dan lebih dari setengah responden dengan pendidikan orang tua tamat SMA juga memiliki pengetahuan kurang 64%. Dari hasil tersebut peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan orang tua dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang karena semakin tinggi atau semakin rendah tingkat pendidikan orang tua maka akan berpengaruh terhadap pola pikir dan pola asuh yang diberikan pada remaja terutama dalam menyelesaikan tugas perkembangannya. Faktor lingkungan dalam lingkup keluarga bisa memengaruhi pengetahuan seseorang karena hal ini terjadi akibat adanya interaksi timbal balik yang direspons sebagai pengetahuan.

Faktor sosial, budaya, dan ekonomi juga dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Hasil penelitian pengetahuan berdasarkan pekerjaan orang tua didapatkan hasil bahwa kurang dari setengahnya responden dengan pekerjaan orang tua sebagai pegawai swasta memiliki pengetahuan baik (33%) dan responden dengan pekerjaan orang tua sebagai pedagang memiliki pengetahuan kurang (37%). Peneliti berasumsi bahwa pekerjaan orang tua dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan karena semakin tinggi jabatan yang dimiliki oleh orang tua maka penghasilan dan

status ekonominya akan semakin baik. Jika status ekonomi orang tua nya baik maka orang tua dapat memfasilitasi segala keperluan anaknya dalam menunjang kegiatan pembelajaran atau kegiatan tertentu dalam rangka memperoleh pengetahuan sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang. Selain itu budaya atau kebiasaan remaja dalam melaksanakan protokol kesehatan di lingkungan sekitar dapat memberikan pengaruh kepada pola pikir atau pendapat remaja tentang virus Covid-19, kebanyakan remaja yang tidak percaya akan adanya Covid-19 biasanya mereka tidak akan melaksanakan protokol kesehatan.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah media massa atau sumber informasi. Pengetahuan berdasarkan sumber informasi terkait Covid-19 dan protokol kesehatan didapatkan hasil bahwa pengetahuan baik dimiliki oleh responden yang mendapat informasi dari media elektronik (67%) dan pengetahuan kurang juga dimiliki oleh responden yang mendapat informasi melalui media elektronik (55%).

Menurut peneliti, remaja yang memiliki pengetahuan kurang disebabkan oleh:

- a. Responden mendapatkan informasi hoax yang berasal dari web atau situs informasi yang tidak resmi yang diperoleh santri saat sedang dirumah pada saat libur semester dan diperkenankan memegang *handphone* dikarenakan saat ini sedang maraknya kasus Covid-19 yang terjadi di berbagai belahan dunia sehingga munculnya ribuan informasi terkait Covid-19. Karena banyaknya informasi dari berbagai media

terutama dari media elektronik mengakibatkan remaja menjadi tidak fokus dalam hal memilah mana informasi yang benar dan mana yang salah.

- b. Responden kurang membaca atau mendengar informasi tentang Covid-19 atau bahkan tidak mendapatkan informasi terbaru tentang Covid-19 (seperti informasi mengenai varian jenis baru Covid-19 dan terjadi peningkatan kasus Covid-19 terutama di Jawa Barat) serta protokol kesehatan di era adaptasi kebiasaan baru karena di Pesantren terdapat peraturan yang ketat yaitu bagi santri tidak diperbolehkan membawa *handphone* karena dikhawatirkan mengganggu konsentrasi saat belajar.
- c. Jika dilihat dari kurikulum di Pondok Pesantren Ibnu Sina, jadwal kegiatan pembelajaran yang dilakukan secara tatap muka tampak padat sehingga tidak ada waktu bagi remaja untuk mencari informasi terbaru tentang Covid-19 dan tentang penerapan protokol kesehatan di era adaptasi kebiasaan baru.

Tingkat pengetahuan remaja tentang Covid-19 dapat menentukan coping yang dipakai remaja dalam menghadapi masalah atau situasi pembelajaran secara luring di era adaptasi kebiasaan baru. Semakin baik atau cukup pengetahuan responden tentang Covid-19 maka akan baik pula perilaku dan coping remaja dalam menerapkan protokol kesehatan.

Mungkin melalui program Poskestren (Pos Kesehatan Pesantren), pihak sekolah bisa memberikan konseling atau edukasi kepada remaja dengan cara yang menarik seperti melalui penayangan film animasi atau ilustrasi

video di lab. komputer dengan menggunakan proyektor tentang materi Covid-19 dan pentingnya melaksanakan protokol kesehatan. Hal ini bertujuan agar remaja memperoleh informasi perkembangan virus Covid-19 yang *up to date* dimasa adaptasi kebiasaan baru dan diharapkan remaja dapat melaksanakan protokol kesehatan untuk mencegah penularan virus agar pesantren tidak menjadi klaster baru Covid-19.

2. Tingkat Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian pada remaja menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 21 responden (52%), cemas ringan sebanyak 13 responden (33%), cemas sedang sebanyak 4 responden (10%), dan cemas berat sebanyak 2 responden (5%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulianti (2021) bahwa tingkat kecemasan remaja terhadap Covid-19 di Pesantren Pancasila Kota Bengkulu berada pada kategori terbanyak yaitu tidak ada kecemasan sebanyak 17 responden (53,1), kecemasan ringan sebanyak 6 orang (18,8%), kecemasan sedang sebanyak 4 responden (12,5%), dan kecemasan berat sebanyak 5 responden (15,6%).

Tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2020), bahwa tingkat kecemasan pada remaja dimasa pandemi Covid-19 berada pada kategori tinggi sebesar 54%, kategori sedang 43,9%, kategori ringan sebesar 2,1%. Peneliti berasumsi bahwa perbedaan hasil tingkat kecemasan pada remaja dapat dipengaruhi

oleh perbedaan waktu penelitian. Karena penelitian yang dilakukan oleh Purwanto dilakukan pada saat awal mula masuknya virus Covid-19 di Indonesia dimana situasi pada saat itu belum banyak informasi yang benar tentang Covid-19 dan hal inilah yang menimbulkan kecemasan.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Nurislaminingsing (2020) bahwa wabah Covid-19 saat ini menjadi trending topik utama diseluruh dunia. Hal ini menyebabkan munculnya ribuan informasi dan pemberitaan tentang Covid-19 di berita dan internet setiap harinya. Tetapi tidak semua informasi tersebut benar, banyak kabar yang simpang siur yang justru dapat menambah cemas dan kekhawatiran bagi remaja yang membaca dan mendengarnya.

Menurut Azizah (2016), mengemukakan bahwa kecemasan adalah emosi, perasaan yang timbul sebagai respon awal terhadap stress psikis dan ancaman terhadap nilai-nilai yang berarti bagi individu. Menurut Iyus (dalam Saifudin dan Kholidin (2015), terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan yaitu usia dan tahap perkembangan, lingkungan, pengetahuan dan pengalaman, serta peran keluarga.

Usia dan tahap perkembangan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang. Tingkat kecemasan pada remaja saat pembelajaran secara luar jaringan (luring) di era adaptasi kebiasaan baru berdasarkan usia didapatkan hasil bahwa lebih dari setengah responden menunjukkan tidak ada kecemasan yang didominasi oleh usia 16 tahun sebanyak 11 responden, yang mengalami cemas ringan didominasi oleh usia 15 tahun sebanyak 6

responden dan sebagian kecil yang mengalami cemas berat didominasi oleh usia 15 tahun sebanyak 1 responden. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Eva (2015) bahwa umur yang lebih muda akan lebih mudah mengalami kecemasan. Peneliti berasumsi bahwa responden yang usianya lebih tua lebih mampu dalam mengatasi atau mengontrol kecemasan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Iyus bahwa faktor usia memegang peran yang penting pada setiap individu karena berbeda usia maka berbeda pula tahap perkembangannya, hal tersebut dapat mempengaruhi dinamika kecemasan pada seseorang. Menurut peneliti, remaja yang tidak mengalami cemas kemungkinan memiliki *mindset* bahwa mereka merasa mempunyai imunitas yang tinggi.

Tingkat kecemasan remaja berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil bahwa perempuan mengalami kecemasan lebih tinggi dibandingkan laki-laki, yaitu perempuan mengalami cemas ringan sebanyak 69% sedangkan laki-laki mengalami cemas ringan sebanyak 31%. Untuk kategori cemas sedang, perempuan sebanyak 75% dan laki-laki sebanyak 25%. Untuk kategori cemas berat seluruhnya dialami oleh perempuan sebanyak 100%. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Trismiati (2015) bahwa perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibandingkan dengan laki-laki karena perempuan lebih sensitif dan lebih peka terhadap emosinya dan cenderung melihat suatu peristiwa yang dialaminya dari segi detail. Sedangkan laki-laki tidak detail dan lebih mengandalkan logika.

Selain faktor usia dan jenis kelamin, lingkungan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan seseorang. Dikarenakan hasil penelitian tingkat kecemasan ini didominasi oleh responden yang tidak cemas maka peneliti berasumsi bahwa remaja sudah merasa nyaman dengan lingkungannya karena tidak pernah kontak dengan yang di luar wilayah tersebut. Selain itu kemungkinan remaja juga merasa aman karena sebelum masuk pondok pesantren telah dilakukan *screening* awal Covid-19 yaitu dengan swab antigen secara mandiri. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Iyus yaitu faktor lingkungan dapat mempengaruhi perilaku baik dari faktor internal maupun eksternal. Terciptanya lingkungan yang cukup kondusif akan menurunkan resiko kecemasan pada seseorang.

Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi kecemasan adalah pengetahuan dan pengalaman. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa pengetahuan responden tentang Covid-19 lebih dari setengahnya didominasi oleh pengetahuan cukup sebanyak 57%, pengetahuan kurang sebanyak 28% dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 15%. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan responden tentang Covid-19 rendah. Berdasarkan kecemasan yang dialami remaja saat pembelajaran luring lebih dari setengahnya didominasi oleh tidak cemas sebanyak 52% dan urutan kedua didominasi oleh cemas ringan sebanyak 33%. Dapat disimpulkan bahwa saat menghadapi situasi pembelajaran secara luring didominasi oleh responden yang tidak mengalami cemas. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh

Yulianti da Lezi di Pesantren Pancasila Kota Bengkulu bahwa diperoleh hasil nilai signifikansi (p value) 0,044 lebih kecil dari alpha 0,05 sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara pengetahuan dan tingkat kecemasan pada remaja.

Menurut teori Alexandra Purpura selaku ahli gerontologi dan pendiri *aging perspectives* di *chevy case* menjelaskan bahwa kecemasan dapat mempengaruhi memori. Apapun yang merilekskan tubuh akan membantu ingatan, karena relaksasi melibatkan sistem saraf parasimpatis. Peneliti berasumsi bahwa responden didominasi pengetahuan rendah namun tidak cemas karena dalam aktivitas sehari-harinya responden memperoleh dukungan spiritual baik di lingkungan pesantren sehingga menimbulkan perasaan yang tenang dan tidak ada perasaan khawatir tertular Covid-19.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sapuan (2014) bahwa individu dengan religiusitas tinggi akan memunculkan perasaan bahagia, senang, puas, merasa aman yang pada akhirnya akan mengacu kepada ketenangan batin sehingga mampu meningkatkan daya tahan seseorang dalam mengatasi ketegangan-ketegangan akibat permasalahan yang dirasakan berat dan menekan.

Hal tersebut juga sejalan dengan teori Potter dan Perry (2011) bahwa distraksi merupakan metode untuk mengalihkan perhatian pada hal-hal lain sehingga akan lupa terhadap cemas yang di alami dan teknik distraksi yang paling efektif yaitu memberikan dukungan spiritual seperti membaca do'a sesuai agama dan keyakinannya sehingga membuat lebih rileks.

3. Mekanisme Koping

Berdasarkan hasil penelitian pada remaja menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 21 responden (52%) dan kurang dari setengahnya sebanyak 19 responden (48%) menggunakan mekanisme koping maladaptif. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengahnya remaja di Pondok Pesantren Ibnu Sina menggunakan mekanisme koping adaptif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masruroh (2020) di Pondok Pesantren KH Syamsuddin Durisawo Ponorogo bahwa lebih dari setengah responden menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 53 responden (55,8%) dan kurang dari setengahnya sebanyak 42 responden (44,2%) menggunakan mekanisme koping maladaptif. Menurut Nasir dan Muhith (2011) bahwa mekanisme koping adalah cara yang dapat digunakan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah, mengatasi suatu perubahan yang terjadi, dan situasi yang mengancam, baik secara kognitif maupun perilaku. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi mekanisme koping menurut Mutoharoh (2011) adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, pengetahuan, optimisme, harapan akan *self efficacy* dan dukungan sosial.

Berdasarkan usia, hasil penelitian ini kurang dari setengahnya didominasi oleh responden yang berusia 16 tahun lebih banyak menggunakan mekanisme koping adaptif (48%) dan sebagian kecil responden yang berusia 14 tahun menggunakan mekanisme koping

maladaptif (5%). Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Mutoharoh (2011) bahwa usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah umur, maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya.

Berdasarkan jenis kelamin, hasil penelitian ini sebagian besar didominasi oleh responden perempuan lebih banyak menggunakan mekanisme koping adaptif sebanyak 18 responden (86%) dibanding responden laki-laki (14%). Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Lestari (2019) bahwa dalam menanggapi permasalahan yang dialami oleh laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan yaitu ketika mendapat masalah maka perempuan tersebut ingin mengkomunikasikannya dengan orang lain dan memerlukan dukungan serta bantuan dari orang lain, sedangkan pada. Sedangkan laki-laki lebih menyembunyikan sisi lembut mereka dan kebutuhan mereka akan kasih sayang serta kehangatan. Bagi sebagian laki-laki, kemarahan adalah reaksi emosional terhadap rasa frustrasi yang bisa diterima, sehingga laki-laki cenderung menggunakan mekanisme koping maladaptif.

Berdasarkan tingkat pendidikan, hasil penelitian ini sebagian besar didominasi oleh 70% responden kelas 10 yang menggunakan mekanisme koping maladaptif dibanding responden kelas 11 (30%). Hal ini sesuai dengan teori Mutoharoh (2011) bahwa tingkat pendidikan dapat mempengaruhi seseorang mudah terkena stress atau tidak. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka toleransi dan pengontrolan terhadap *stressor* akan

lebih baik dan semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tau seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya seperti mata, hidung, telinga, dan sebagainya. Pengetahuan merupakan faktor penting terbentuknya perilaku seseorang. Maka, semakin tinggi pengetahuan maka semakin baik pula seseorang dalam memecahkan permasalahan.

Pikiran yang optimis dapat membantu menghadapi masalah dengan lebih efektif dibanding pikiran yang pesimis. Pikiran yang optimis dapat membuat keadaan *stressfull* sebagai hal yang harus dihadapi dan diselesaikan. Individu dengan pikiran yang optimis akan lebih memilih menyelesaikan dan menghadapi masalah yang ada.

Harapan akan self efficacy berkenaan dengan harapan kita terhadap kemampuan diri dalam mengatasi tantangan yang kita hadapi, menampilkan tingkah laku terampil, dan harapan terhadap kemampuan diri untuk dapat menghasilkan perubahan hidup yang positif (Mutoharoh, 2011). Individu dengan self efficacy yang tinggi meyakini bahwa kerja keras untuk menghadapi tantangan hidup, sementara rendahnya self efficacy kemungkinan besar akan memperlemah bahkan menghentikan seseorang. Jika seseorang percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu secara efektif dengan stressor yang ada, mereka tidak akan terganggu. Tetapi jika mereka percaya mereka tidak mampu mengendalikan keadaan, mereka akan terkena distress, individu tidak mampu menggunakan koping secara

maksimal dan melihat dunia sebagai sesuatu yang mengancam (Rustandi et al, 2018).

Faktor lain yang mempengaruhi mekanisme koping adalah dukungan sosial. Menurut Kumalasari (2012) menyatakan bahwa remaja yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi atau positif dari teman sebayanya akan membawa efek positif yaitu bisa menjadi tempat pelampiasan emosi dan mengurangi kecemasan. Sehingga dalam hal ini remaja merasa dirinya diperhatikan oleh lingkungan sekitarnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Rosalina, dkk (2014) bahwa individu yang menggunakan mekanisme koping adaptif merupakan individu yang memiliki keyakinan atau pandangan positif, terampil dalam memecahkan masalah dan dapat menerima dukungan sosial dari orang lain. Sehingga orang yang menggunakan mekanisme koping adaptif tidak mudah mengalami stress dalam menghadapi stressor yang datang pada dirinya, karena dirinya mampu memanfaatkan kelebihan yang dimilikinya. Faktor yang mempengaruhi strategi koping itu sendiri adalah keterampilan memecahkan masalah yang meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan dan mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan dukungan hasil yang ingin dicapai dan melakukan suatu tindakan yang tepat.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Kaslow (dalam Mulyana, 2013) bahwa pada dasarnya remaja mendapat berbagai masalah selama masa perkembangannya baik itu dalam menghadapi masa transisi menuju kedewasaan, tekanan dari dalam diri sendiri akibat perubahan fisik dan hormonal dan tekanan dari luar seperti dari orang tua dan teman-teman sebaya di sekolah. Namun, setiap remaja memandang suatu masalah dengan cara yang berbeda-beda. Beberapa remaja memandang suatu masalah yang dihadapi bukanlah suatu masalah. Hal ini karena adanya perbedaan kemampuan kognitif, pengaturan emosional, dan tempramen akan mempengaruhi cara pandang remaja terhadap suatu masalah.