

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DAN *STRESS LEVEL* DENGAN MEKANISME KOPING PADA REMAJA USIA PERTENGAHAN DI SMA PARULIAN 1 MEDAN

Intan Teresya Siburian¹, Dior Manta Tambunan^{1,*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

*Koresponding: dior.endlessbay@gmail.com

Abstract

The level of stress experienced by some students, parenting is very valuable or important. Parenting is the relationship between children and parents during parenting activities. Coping strategy is a way to solve or change the situation in solving the problem at hand. The objective of this study is to determine the relationship between parenting patterns and stress levels with coping mechanisms in mid-age adolescents at Senior High School Parulian 1 Medan. This type of research is quantitative with cross sectional design. The sampling technique used purposive sampling as many as 115 respondents. Data analysis using Chi Square test. The results of this study indicate that there is a significant relationship between stress levels and coping mechanisms with a p-value of 0.001 and there is no relationship between parenting patterns and coping mechanism with a p-value of 0.775 in middle age adolescents at Senior High School Parulian 1 Medan. There is a significant relationship between stress level with coping mechanisms. This shows that the better the coping mechanisms coping mechanisms used, the lighter the level of stress experienced and the researcher argues that parenting is not related to coping mechanisms. Researchers argue that parenting does not relate to coping mechanisms because there are several other factors that influence because there are several other influencing factors such as personality type, family personality, family communication, juvenile delinquency, self-concept and other factors one's environment.

Keywords: Coping mechanism, Middle adolescents, Parenting, Stress level.

Abstrak

Tingkat stress yang dialami oleh beberapa siswa, pola asuh orang tua sangat berharga atau berperan penting. Pola asuh orang tua merupakan hubungan antara anak dan orang tua selama mengadakan aktivitas pengasuhan. Strategi koping merupakan cara untuk memecahkan atau mengubah situasi dalam menyelesaikan problem yang sedang dihadapi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Stress Level Dengan Mekanisme Koping Pada Remaja Usia Pertengahan Di SMA Parulian 1 Medan. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *Cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 115 responden. Analisa data menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Stress level* dengan mekanisme koping dengan p-value = 0,001 dan tidak terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan mekanisme koping dengan p-value 0,775 pada anak usia remaja pertengahan di SMA Parulian 1 Medan. Terdapat hubungan yang signifikan anatara *stress level* dengan mekanisme koping. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik mekanisme koping yang digunakan, semakin ringan tingkat stres yang dialami dan peneliti berpendapat bahwa pola asuh tidak berhubungan dengan mekanisme koping dikarenakan ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti tipe kepribadian, komunikasi keluarga, kenakalan remaja, konsep diri dan faktor lingkungan seseorang.

Kata kunci: Mekanisme koping, Pola Asuh, Remaja Usia Pertengahan, *Stress level*

PENDAHULUAN

Setiap orang pasti pernah mengalami stress karena stress ialah suatu hal yang tidak dapat dihindarkan oleh manusia disepanjang kehidupannya. Stress terjadi pada suatu perubahan yang dialami seseorang dalam situasi yang mengancam mereka. Remaja usia pertengahan merupakan periode antara usia 13 – 17 tahun (Pranatha et al., 2023). Setiap orang akan melalui tahap pertumbuhan dan perkembangan sehingga salah satu tahapan yang harus dilewati setiap orang yaitu tahap/masa remaja. Masa ini adalah masa "badai serta stres", di mana seorang mengalami perasaan yang kuat dan perubahan suasana hati karena faktor psikologis. Perubahan yang datang dengan memasuki masa dewasa.

Siswa yang rata-rata mengalami stres 70% di sekolah, 55% mengalami kecemasan 37% sangat tegang saat belajar, dan 52% mengalami kegelisan (Soeli, Yusuf, & Lakoro, 2021). Menurut *World Health Organization* (2018) prevalensi kejadian stres relatif tinggi yaitu 350 juta penduduk dunia mengalami stres. Prevalensi stres siswa di dunia sebanyak 38,91%, pada Asia 61,3% serta Indonesia sebesar 71,6% (William & Albi, 2021). Sesuai data Kementerian Riset dan Teknologi (Kemristek) sebesar 55% warga di Indonesia mengalami stress, dengan kategori tingkat stress sangat berat sebesar 0,8% serta stress ringan sebesar 34,5% (Hasmy & Ghozali, 2022). Pada tingkat stress yang dialami oleh beberapa siswa, pola asuh orangtua yang sangat berharga atau berperan penting pada hal ini. Dimana pola asuh orang tua merupakan hubungan antara anak dan orangtua selama mengadakan aktivitas pengasuhan (Wulandari & Tambunan, 2023).

Setiap orang tua memberikan pola asuh yang tidak sama dalam mendidik dan membimbing anaknya serta prinsip dan harapan orangtua pada pendidikan

beragam, ada yang menjalankan disiplin keras, ada yang menginginkan anaknya lebih banyak kebebasan dalam berpikir juga bertindak. Ada juga orang tua yang terlalu melindungi anak, ada yang bersikap acuh terhadap anak, ada yang mengadakan suatu jarak dengan anak serta ada juga yang menganggap anak menjadi teman (Fitria & Tambunan, 2024). Banyak orang tua yang keliru dalam menerapkan pola asuh pada anaknya. Mereka menduga bahwa mereka sudah menyampaikan yang terbaik bagi anaknya, tetapi tanpa mereka sadari, pada kenyataannya mereka telah melakukan kesalahan pada mengasuh anaknya (Ndraha & Tambunan, 2024; Tambunan & Sansuwito, 2024). Mereka banyak menuntut anak untuk melakukan seperti yang mereka inginkan, yang membuat anak kehilangan waktu bermainnya. Strategi koping merupakan cara untuk memecahkan atau mengubah situasi dalam menyelesaikan problem yang sedang dihadapi (Budi, 2020).

Mekanisme koping yang dilakukan remaja bisa ditentukan oleh faktor internal serta eksternal. Faktor yang berasal dari pada diri meliputi usia, jenis kelamin, emosi, serta kognitif. Sedangkan faktor yang berasal dari luar diri mencakup dukungan sosial, suku, budaya, lingkungan, taraf pendidikan, serta keadaan ekonomi. Mekanisme koping adaptif terdapat pada remaja wanita yaitu sebanyak 30 atau (60%), remaja yang memiliki mekanisme koping maladaptif terdapat di remaja laki-laki yaitu sebesar 20 atau (40%). Remaja laki-laki lebih fokus pada emosi dalam setiap konflik yang dihadapi untuk melakukan kontrol diri. mekanisme koping pada remaja juga ditentukan oleh faktor ekstrinsik salah satunya yaitu suku (Jaliil, Dewi, & Wahyuni, 2020). Hipotesis penelitian terdapat hubungan pola asuh orang tua dan *Stress level* dengan mekanisme koping pada remaja usia pertengahan di SMA Parulian 1 Medan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif jenis korelasi dengan desain *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memilih peserta dengan sengaja berdasarkan kualitas mereka. Ini juga disebut sebagai *judgmental sampling* karena bergantung pada persepsi peneliti tentang unit seperti orang, kasus, atau organisasi yang diteliti (Simanullang & Tambunan, 2023). Jumlah populasi yang digunakan dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMA Parulian 1 Medan sebanyak 165 orang, Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sejumlah 115 responden.

Penelitian dilakukan di SMA Parulian 1 Medan pada bulan April 2024. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner pola asuh yang diadopsi dari penelitian sebelumnya (Prasestyo, 2021) dan kuesioner *stress level* dan mekanisme koping diadopsi dari (Pratiwi, Erawati, & Sarwono, 2020) yang dibagikan pada siswa/i remaja usia pertengahan. Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan data dan analisis data dengan menggunakan uji analisa statistik non-parametrik yang tidak memerlukan persyaratan asumsi normalitas data yaitu *uji chi-square* di SPSS. Tujuan diberikannya kuesioner ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan pola asuh orang tua dan *stress level* dengan mekanisme koping pada

Remaja Usia Pertengahan di SMA Parulian 1 Medan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Frekuensi Karakteristik Responden (Anak)

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	56	48,7
Perempuan	59	51,3
Usia		
15 Tahun	26	22,6
16 Tahun	59	51,3
17 Tahun	30	26,1
Anak Ke-		
Pertama	26	22,6
Dua	29	25,2
Tiga	30	26,1
Empat	15	13,0
Lima	9	7,8
Enam	3	2,6
Tujuh	1	0,9
Delapan	2	1,7
Total	115	100

Berdasarkan data tabel 1 diatas menggambarkan distribusi frekuensi jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 59 responden persentase 51,3% dan laki-laki sebanyak 56 responden dengan persentase 48,7%. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas anak usia 16 tahun sebanyak 59 responden dengan persentase 51,3%. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa mayoritas anak ketiga sebanyak 30 responden (26,1%).

Tabel 2. Frekuensi Karakteristik Orang Tua Responden

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pekerjaan Orang Tua:		
IRT	8	7,0
Wiraswasta	35	30,4
PNS	5	4,3
Petani	30	26,1
Wirausaha	25	21,7
Karyawan	12	10,4
Pendidikan Terakhir Orang Tua:		
SD	4	3,5
SMP	14	12,2
SMA	79	68,7
D3	3	2,6
S1	12	10,4
S2	2	1,7
S3	1	0,9
Usia Orang Tua		
30-35 Tahun	1	0,9
36-40 Tahun	11	9,6
41-45 Tahun	22	19,1
46-50 Tahun	46	40,0
51-55 Tahun	29	25,2
56-60 Tahun	6	5,32
Total	115	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menggambarkan distribusi frekuensi pekerjaan orang tua mayoritas wiraswasta sebanyak 35 responden dengan persentase 30,4%. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa pendidikan terakhir orang tua adalah

mayoritas SMA sebanyak 79 responden dengan persentase 68,7%. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa usia orangtua mayoritas usia 46-50 tahun sebanyak 46 responden dengan persentase 40,0%.

Tabel 3. Frekuensi Pola Asuh Orang Tua

Kategori Pola Asuh	Pola Asuh Keseluruhan		Otoriter		Demokratis		Permisif	
	f	(%)	f	(%)	f	(%)	f	(%)
Baik/Tinggi	0	0	6	5,2	36	31,3	0	0
Cukup/Sedang	70	60,9	37	32,2	68	59,1	11	9,6
Kurang/Rendah	45	39,1	72	62,6	11	9,6	104	90,4
Total	115	100%	115	100%	115	100%	115	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa frekuensi pola asuh orang tua pada Siswa SMA Parulian 1 Medan mayoritas kategori cukup yaitu sebanyak 70 responden dengan persentase 60,9%. Frekuensi pola asuh orang tua otoriter mayoritas rendah

sebanyak 72 responden dengan persentase 62,6%. Frekuensi pola asuh orang tua demokratis mayoritas sedang sebanyak 68 responden dengan persentase 59,1%. Frekuensi pola asuh permisif mayoritas rendah sebanyak 104 responden (90,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Stress Level

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	6	5,2
Sedang	88	76,5
Berat	21	18,3
Total	115	100

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa frekuensi *stress level* pada Siswa SMA Parulian 1 Medan mayoritas sedang sebanyak 88 responden (76,5%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Maladaptif	91	79,1
Adaptif	24	20,9
Total	115	100

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa frekuensi mekanisme koping pada Siswa SMA Parulian 1 Medan mayoritas maladaptif sebanyak 91 responden dengan persentase 79,1%.

Tabel 6. Hubungan Pola Asuh Orang tua Secara Umum dengan mekanisme koping pada Anak usia Remaja Pertengahan di SMA Parulian 1 Medan

Pola Asuh Orang tua	Mekanisme Koping				Total	P-Value
	Maladaptif		Adaptif			
	N	%	N	%	N	%
Baik	0	0	0	0	0	0
Cukup	56	61,5%	14	58,3%	70	60,9%
Kurang	35	38,5%	10	41,7%	45	39,1%
Total	91	100%	24	100%	115	100%

Berdasarkan tabel 6 diatas, diketahui bahwa dari analisa bivariat didapatkan *p-value* = 0,775 ($\alpha > 0,05$), yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara

Hubungan Pola Asuh Orang Tua Secara Umum Dengan Mekanisme Koping Pada Anak Usia Remaja Pertengahan Di SMA Parulian 1 Medan.

Tabel 7. Hubungan Pola Asuh Orang tua dengan mekanisme koping pada Anak usia Remaja Pertengahan di SMA Parulian 1 Medan

Pola asuh Orangtua	Mekanisme koping
	<i>p-value</i>
Otoriter	0,723
Demokratis	0,122
Permisif	0,035

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan bahwa analisa bivariat pola asuh orang tua otoriter didapatkan nilai *p-value* = 0,723 ($\alpha > 0,05$), pola asuh orang

tua demokratis didapatkan nilai *p-value* = 0,122 ($\alpha > 0,05$) yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua otoriter dan

demokratis dengan mekanisme koping pada anak remaja usia pertengahan di SMA Parulian 1 Medan dan dari analisa bivariat pola asuh permisif didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,035$ ($\alpha < 0,05$) yang berarti

terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua permisif dengan mekanisme koping pada anak remaja usia pertengahan di SMA Parulian 1 Medan.

Tabel 8. Hubungan Stress Level dengan mekanisme koping pada Anak usia Remaja Pertengahan di SMA Parulian 1 Medan

Stress Level	Mekanisme Koping				Total	P-Value
	Maladaptif		Adaptif			
	N	%	N	%	N	%
Rendah	6	6,6%	0	0	6	4,8%
Sedang	76	83,5%	12	50%	88	71,0%
Berat	9	9,9%	12	50%	21	16,9%
Total	91	100%	24	100%	115	100%

Berdasarkan tabel 8 diatas, diketahui bahwa dari analisa bivariat didapatkan nilai $p\text{-value}=0,001$ ($\alpha < 0,05$), yang berarti bahwa terdapat hubungan

yang signifikan antara *Stress Level* Dengan Mekanisme Koping Pada Anak Usia Remaja Pertengahan Di SMA Parulian 1 Medan.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Penelitian di SMA Parulian 1 Medan menunjukkan bahwa Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 59 orang dengan persentase 51,3 % dan laki-laki sebanyak 56 orang dengan persentase 48,7%. Kemudian mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 59 orang dengan persentase 51,3%, disusul dengan usia 17 tahun sebanyak 30 orang dengan persentase 26,1% dan usia 15 tahun sebanyak 26 orang dengan persentase 22,6%. Mayoritas responden merupakan anak ketiga sebanyak 30 orang dengan persentase 26,1%, disusul dengan anak ke dua sebanyak 29 orang dengan persentase 25,2%, anak pertama sebanyak 26 orang dengan persentase 22,6%, kemudian anak ke empat sebanyak 15 orang dengan persentase 13,0%, anak kelima sebanyak 9 orang dengan persentase 7,8%, anak keenam sebanyak 3 orang dengan persentase 2,6%, anak ke delapan sebanyak 2 orang

dengan persentase 1,7% dan anak ketujuh sebanyak 1 orang dengan persentase 0,9%.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan orang tua responden adalah wiraswasta sebanyak 35 orang dengan persentase 30,4%, petani sebanyak 30 orang dengan persentase 26,1%, wirausaha sebanyak 25 orang dengan persentase 21,7%, karyawan sebanyak 12 orang dengan persentase 10,4%, IRT sebanyak 8 orang dengan persentase 7,0% dan PNS sebanyak 5 orang dengan persentase 4,3%. Kemudian orang tua responden mayoritas pendidikan terakhir adalah SMA sebanyak 79 orang dengan persentase 68,7%, SMP sebanyak 14 orang dengan persentase 12,2%, S1 sebanyak 12 orang dengan persentase 10,4%, SD sebanyak 4 orang dengan persentase 3,5%, D3 sebanyak 3 orang dengan persentase 2,6%, S2 sebanyak 2 orang dengan persentase 1,7%, S3 sebanyak 1 orang dengan persentase 0,9%. Mayoritas orang tua responden

berusia 46-50 tahun sebanyak 46 orang dengan persentase 40,0%, dan usia 51-55 tahun sebanyak 29 orang dengan persentase 25,2%, usia 41-45 sebanyak 22 orang dengan persentase 19,1%, usia 36-40 tahun sebanyak 11 orang dengan persentase 9,6%, usia 56-60 tahun sebanyak 6 orang dengan persentase 5,32% dan 30-35 tahun sebanyak 1 orang dengan persentase 0,9%.

Peneliti sebelumnya menunjukkan bahwa usia siswa di SMA Negeri 1 Jiwan yaitu mayoritas 17 tahun sebanyak 34 orang dengan persentase 56,7%, usia 16 tahun sebanyak 19 orang dengan persentase 31,7% dan usia 18 tahun keatas sebanyak 7 orang dengan persentase 11,7%. Kemudian mayoritas responden kelas XII sebanyak 38 orang dengan persentase 63,3% dan kelas XI sebanyak 22 orang dengan persentase 36,7% (Prasestyo, 2021). Hasil penelitian sebelumnya dari karakteristik responden dilihat dari segi jenis kelamin menunjukkan bahwa keseluruhan responden yang diambil dalam penelitian ini adalah perempuan dengan jumlah frekuensi 63 orang (100%). Selanjutnya data karakteristik responden dilihat dari segi umur menunjukkan hasil bahwa terdapat 15 orang (23,8%), berumur 12 tahun sebanyak 24 orang (38,1%), berumur 13 tahun sebanyak 17 (27%) orang, berumur 14 tahun sebanyak 7 orang (11,1%) berumur 15 tahun. Data karakteristik responden berdasarkan kota/kabupaten tempat tinggal menunjukkan hasil bahwa dari 63 orang responden, 44 orang (69,8%) tinggal di kabupaten temanggung dan 29 orang (30,2%) tinggal diluar kabupaten temanggung. Dari karakteristik responden menunjukkan hasil bahwa 62 orang (98,4%) tinggal dengan orang tua dan 1 orang (1,6%) tinggal dengan saudara mereka (Pratiwi, Erawati, & Sarwono, 2020).

2. Pola Asuh Orang Tua

Penelitian di SMA Parulian 1 Medan didapatkan hasil mayoritas orang tua secara umum memiliki pola asuh cukup baik sebanyak 70 orang dengan persentase 60,9% sementara itu sekitar 39,1% ibu memiliki pola asuh kurang baik sebanyak 45 orang. Pada penelitian di SMA Parulian 1 Medan didapatkan hasil bahwa mayoritas pola asuh orang tua berdasarkan kelompok memiliki pola asuh permisif sebanyak 104 dengan persentase 90,4%. Penelitian sebelumnya ditemukan bahwa sebagian besar siswa di SMAN 1 Jiwan Kabupaten Madiun memiliki pola asuh demokratis sebesar 39 (65,0%), pola asuh otoriter sebanyak 8 siswa atau (13,3%) dan pola asuh permisif sebanyak 13 orang dengan persentase 21,7% (Prasestyo, 2021).

Studi lain didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 169 responden (61,5%) memiliki pola asuh yang cukup, 39 responden (14,2%) memiliki pola asuh yang baik, dan 67 responden (24,4%) memiliki pola asuh yang kurang. Dari indikator kuesioner pola asuh demokratis yaitu mengarahkan perilaku dengan rasional, mendorong anak untuk berpendapat, memberi pujian. Dari pola asuh otoriter dengan indikator banyak aturan dan tuntutan, berorientasi pada hukuman, menutup katup musyawarah, jarang memberi pujian. Sedangkan pola asuh permisif dengan indikator acuh dan cuek pada anak, anak bebas mengatur pada dirinya tidak memberi hukuman, tidak pernah memberi pujian. Membiarkan anak melakukan apa yang mereka inginkan. Anak menerima sedikit bimbingan dari orang tua, sehingga anak sulit dalam membedakan perilaku yang benar atau tidak (Novitasari, 2022).

Pola Asuh adalah cara orang tua memperlakukan anak, mendidik, membimbing, dan mendisiplinkan serta melindungi anak dalam mencapai proses kedewasaan baik secara langsung maupun tidak langsung. Karena sebagian

besar waktu anak adalah dengan orang tuanya (Saputra & Yani, 2020). Pola asuh orang tua dalam mendidik anak sangat berpengaruh dalam perubahan sikap anak yang baik maupun buruk. Peran orang tua dalam pembentukan perilaku sangatlah dibutuhkan dalam masa remaja yang dikenal sebagai masa yang penuh kesukaran. Faktor yang mempengaruhi pola asuh yaitu pendidikan dari orang tua, lingkungan dan budaya (Saputra & Yani, 2020).

3. *Stress Level*

Penelitian di SMA Parulian 1 Medan didapatkan hasil bahwa responden dengan *stress level* kategori ringan sebanyak 6 orang (5,2%), kategori sedang sebanyak 88 orang (76,5%), dan kategori berat 21 orang (18,3%). Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya (Pratiwi, Erawati, & Sarwono, 2020) didapatkan hasil terdapat 11 (17,5%) responden yang mengalami stress ringan, 45 (71,4%) responden mengalami stress sedang dan 5 (7,9%) orang mengalami stress berat. Tingkat stress responden menunjukkan kondisi dimana responden merasa kesulitan yang mereka hadapi menumpuk dan banyak, dan mereka kurang mampu mengatasinya. Tinggi rendahnya stress setiap individu berbeda dan disebabkan oleh beberapa faktor seperti persepsi individu terhadap stress, sering tidaknya berhadapan dengan stress, lamanya berhadapan dengan stress, pengalaman individu tersebut dan tingkat perkembangan psikologis. Tingkat stress juga dipengaruhi oleh banyak faktor, tingkat stress sebagian besar dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu pengaruh teman sebaya yang memberikan pengaruh lebih besar daripada faktor lain.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan (Novitasari, 2022) menunjukkan bahwa, 45 responden (16,4%) dalam tingkat stress normal, 43 responden (15,6%) dalam tingkat stress ringan, 129 responden (46,9%) dalam tingkat stress

sedang, 54 responden (19,6%) dalam tingkat stress berat, dan 4 responden (1,5%) dalam tingkat stress sangat berat. Stress merupakan reaksi yang normal, gangguan pada tubuh, dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan maupun penampilan individu di dalam lingkungan. Lovibond menjelaskan saat stress individu cenderung menjadi lebih mudah marah, sulit untuk menenangkan diri, dan menjadi tidak sabaran dalam menghadapi berbagai situasi (Haqi, 2019). Peneliti berpendapat bahwa tingkat stress responden menunjukkan kondisi dimana responden merasa kesulitan yang mereka hadapi menumpuk dan banyak, dan mereka kurang mampu mengatasinya. Tinggi rendahnya stress setiap individu berbeda dan disebabkan oleh beberapa faktor seperti persepsi individu terhadap stress, sering tidaknya berhadapan dengan stress, lamanya berhadapan dengan stress, pengalaman individu tersebut, dan tingkat perkembangan psikologis.

4. *Mekanisme koping*

Penelitian di SMA Parulian 1 Medan didapatkan hasil bahwa responden dengan mekanisme maladaptif sebanyak 91 orang dengan persentase 79,1% sedangkan mekanisme koping adaptif sebanyak 24 orang dengan persentase 20,9%. Penelitian sebelumnya (Pratiwi, Erawati, & Sarwono, 2020) yang sejajar dengan hasil bahwa dari 63 responden menggunakan mekanisme koping maladaptif yaitu berjumlah 41 orang responden (65,1%) dan 22 responden menggunakan mekanisme koping adaptif (34,9%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden menggunakan mekanisme koping yang maladaptif. Penggunaan mekanisme koping pada individu dengan lainnya sangat berbeda dan tergantung bagaimana sikap individu tersebut, tidak

semua individu mampu untuk menyikapi masalah secara positif.

Mekanisme koping adalah cara individu dalam menghadapi tekanan individu tersebut mampu untuk melewatinya dengan upaya agar stres mampu berkurang (Kurniawan, Manurung, & Rohayati, 2019). Mekanisme koping yang diambil seseorang tergantung dari bagaimana masalah tersebut dan jenis stres yang dihadapi. Pemilihan mekanisme koping setiap individu bergantung pada beberapa faktor seperti umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi dan dukungan sosial.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden menggunakan mekanisme koping maladaptif, yang dapat berdampak negatif pada fungsi individu. Penggunaan mekanisme koping sangat berbeda dan tergantung pada beberapa faktor. Mekanisme koping yang diambil seseorang dapat mempengaruhi bagaimana individu menghadapi masalah dan stres. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan stres dengan cara yang efektif dan seimbang.

5. Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Mekanisme Koping Pada Anak Usia Remaja Pertengahan Di SMA Parulian 1 Medan

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Parulian 1 Medan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua secara umum dengan mekanisme koping pada anak usia remaja pertengahan di SMA Parulian 1 Medan. Selain itu nilai P -value = 0,775. Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Parulian 1 Medan, pola asuh otoriter tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan mekanisme koping dengan p -value = 0,723, pola asuh orang tua demokratis juga tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan mekanisme

koping dengan nilai p -value = 0,122 dan berdasarkan hasil penelitian, pola asuh permisif memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian mekanisme koping dengan nilai p -value = 0,035. Hasil ini menunjukkan bahwa pola asuh secara demokratis dan otoriter tidak berhubungan dengan dengan mekanisme koping, dan pola asuh permisif memiliki hubungan yang signifikan dengan mekanisme koping.

Berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya tentang hubungan pola asuh orang tua dan komunikasi keluarga dengan mekanisme koping dalam menghadapi bullying pada remaja di SMP PGRI 3 Bogor tahun 2023 terhadap 88 responden, menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan mekanisme koping dalam menghadapi bullying pada remaja dengan nilai p -value 0,003. Adapun dengan *correlation coefficient* sebesar 0,318, hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara pola asuh orang tua dengan mekanisme koping dalam menghadapi bullying cenderung positif. Dengan demikian, Semakin baik pola asuh orang tua, semakin baik juga mekanisme koping dalam menghadapi *bullying* (Muzdalifah, Rindu, & Lannasari, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti berpendapat bahwa pola asuh tidak berhubungan dengan mekanisme koping dikarenakan ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti tipe kepribadian, komunikasi keluarga, kenakalan remaja, konsep diri dan faktor lingkungan seseorang. Penggunaan mekanisme koping sangat berbeda dan tergantung pada beberapa faktor. Mekanisme koping yang diambil seseorang dapat mempengaruhi bagaimana individu menghadapi masalah dan stres, tetapi pola asuh orang tua tidak mempengaruhi mekanisme koping ini. Studi sebelumnya tentang pola asuh dengan mekanisme koping masih terbatas.

Tetapi hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pola asuh orang tua adalah pola asuh permisif. Pola asuh permisif biasanya tidak memberikan keterlibatan yang cukup pada anak, sehingga anak tidak belajar menghadapi masalah dan mengelola emosinya dengan baik. Anak yang diberikan pola asuh permisif cenderung menjadi egois dan tidak sopan, yang dapat mengganggu kemampuan mereka untuk mengelola stres dan masalah dengan efektif. Pola asuh permisif dapat mengganggu perkembangan keterampilan emosional anak, seperti mengelola emosi, menghadapi masalah, dan mengendalikan diri. Koping yang tidak efektif dapat muncul sebagai akibat dari kurangnya keterampilan emosional ini. Dalam sintesis, pola asuh permisif dapat berdampak negatif pada perkembangan emosi dan mental anak, serta menghasilkan koping yang tidak efektif dalam menghadapi stres dan masalah (Rohayani et al., 2023).

6. Hubungan Stress Level Dengan Mekanisme Koping Pada Anak Usia Remaja Pertengahan Di SMA Parulian 1 Medan

Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Parulian 1 Medan terdapat hubungan yang signifikan antara *stress level* dengan mekanisme koping pada anak usia remaja pertengahan di SMA Parulian 1 Medan dengan nilai *p-value* = 0,001. Hasil ini menunjukkan bahwa *stress level* berhubungan dengan mekanisme koping. Sejalan dengan penelitian (Pravesty & Nurmaguphita, 2017) diperoleh nilai signifikan *p-value* sebesar 0,041 lebih kecil dari 0,05 sehingga hasil yang diperoleh pada penelitian ini bahwa H_0 ditolak atau ada hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat stres. Pada penelitian ini diperoleh harga koefisien hubungan sebesar 0,0371 dan arah hubungan positif dapat disimpulkan semakin baik mekanisme koping dalam hal ini

mekanisme koping adaptif maka tingkat stres semakin ringan.

Peneliti sebelumnya tentang Hubungan Mekanisme Koping Dan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Raudlotul Huda Temanggung menunjukkan bahwa adanya hubungan antara variabel mekanisme koping dengan variabel tingkat stres ditunjukkan dari hasil uji *Chi-square* di dapatkan nilai *p-value* = 0,023. Karena $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan jika ada hubungan antara mekanisme koping dan tingkat stres pada remaja putri di pondok pesantren Raudlotul Huda Temanggung (Pratiwi, Erawati, & Sarwono, 2020). Sejalan dengan penelitian (Rifai, Herawati, & Mulyani, 2023) didapatkan hasil penelitian menunjukan bahwa tingkat stres mahasiswa berada pada tingkat sedang (52,9%). Mekanisme koping mahasiswa berada pada karakteristik maladaptif (58,8%). Hasil uji bivariat menunjukan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan mekanisme koping mahasiswa tingkat 1 Sarjana Keperawatan (*p-value* = 0,018). Hasil tersebut disebabkan karena pada umumnya responden tidak mengetahui apa yang sebaiknya dilakukan ketika mengalami stres. Dengan adanya stres yang dialami mekanisme koping maladaptif secara tanpa disadari dilakukan oleh mahasiswa tersebut.

Studi lain yang memperkuat (Nofiana, 2017) yang menyatakan bahwa mekanisme koping maladaptif muncul akibat upaya seseorang dalam menghadapi tekanan atau stressor bersifat destruktif, negatif serta masalah tidak diselesaikan secara tuntas. Dilihat dari indikator pertanyaan didapatkan hasil lapangan bahwa mahasiswa mengatakan dengan adanya masalah yang dialami bukan menambah dewasa namun mereka merasakan adanya permusuhan antar teman karena kurangnya saling membantu dan

kadang ada rasa kesal ke dosen yang memberikan berbagai tugas perkuliahan. Mekanisme koping dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu keterampilan memecahkan masalah. Keterampilan ini diantaranya mampu menemukan informasi, mengidentifikasi keadaan, dan mengenali masalah sehingga dapat menghasilkan alternatif tindakan. Selanjutnya perlu dipertimbangkan hasil yang ingin dicapai dengan alternatif yang dipilih agar rencana dapat dilaksanakan dengan tepat.

Peneliti berpendapat bahwa *stress level* dapat mendorong individu untuk menggunakan mekanisme koping yang baik. *Stress level* yang lebih rendah dapat memungkinkan individu untuk menggunakan mekanisme koping yang adaptif, dan ketika seseorang memiliki stress level yang tinggi akan cenderung menggunakan mekanisme koping yang maladaptif. Semakin baik mekanisme koping yang digunakan, semakin ringan tingkat stres yang dialami. Mekanisme koping yang adaptif dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan dan mengurangi stres.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian dan pembahasan tentang hubungan pola asuh orang tua dan *stress level* dengan mekanisme koping pada anak usia remaja pertengahan di SMA Parulian 1 Medan, pada 115 responden dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Stress level* dengan mekanisme koping dengan nilai p-value 0,001 dan tidak terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan mekanisme koping dengan nilai p-value 0,775 pada anak usia remaja pertengahan di SMA Parulian 1 Medan. Hal ini menunjukkan bahwa *stress level* memiliki peranan yang penting dalam mekanisme koping pada setiap individu. Semakin baik mekanisme koping yang digunakan, semakin ringan tingkat stres

yang dialami. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti berpendapat bahwa pola asuh tidak berhubungan dengan mekanisme koping dikarenakan ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi seperti tipe kepribadian, komunikasi keluarga, kenakalan remaja, konsep diri dan faktor lingkungan seseorang.

SARAN

Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk dapat menambah variabel penelitian seperti tipe kepribadian, komunikasi keluarga, kenakalan remaja, konsep diri, dan faktor lingkungan melakukan penelitian dengan jenis penelitian yang berbeda, dan penelitian ini dapat dijadikan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

REFERENSI

- Agustina, A. N., Tambunan, D. M., Sari, W., Mustaqimah, M., Annisa, F., Gerungan, N., ... & Rini, M. T. (2023). *Therapeutic Play Berbasis Bukti*. Yayasan Kita Menulis.
- Budi, Y. S. (2020). *Aspek Kecemasan Saat Menghadapi Ujian Dan Bagaimana Strateginya Pemecahannya*. Jakad Media Publishing.
- Fitria, A., & Tambunan, D. M. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Temper Tantrum Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di RA/TK Madinatussalam Dusun XIII Sei Rotan Percut Sei Tuan. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(2), 88-103.
- Haqi, M. H. (2019). Gambaran status mental (stres, kecemasan, dan depresi) pada korban pasca gempa berdasarkan periode perkembangan (remaja, dewasa, dan lansia) di Desa Pendua Kabupaten Lombok Utara. *Repository Universitas Airlangga*.
- Hasmy, L. A., & Ghozali. (2022). Literature review dampak

- pandemi covid-19 terhadap stress pada remaja. *Borneo Student Research (BSR)*, 3(2), 1962–1971. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/3029/1254>.
- Jaliil, I.A., Dewi, Y.I., & Wahyuni, S. (2020). Mekanisme Koping Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Yang Ikut Dan Yang Tidak Ikut Organisasi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(1), 58–70. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i1.9197>.
- Kumalasari, D. N., Devi, N. L. P. S., Rasmita, D., Hatala, T. N., Widiyastuti, N. R., Torano, F. M., ... & Tambunan, D. M. (2023). *KEPERAWATAN ANAK: Panduan Praktis untuk Perawat dan Orang Tua*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kurniawan, D., Manurung, I., & Rohayati, R. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Proses Berkabung Pada Pasien Pre Operasi Kanker. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 176. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1303>.
- Lestari, N. E., Yusnita, Y., Juniah, J., Naulia, R. P., Kurniawati, D., Immawati, I., ... & Fatimah, W. D. (2024). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Anak Sakit Kronis*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Muzdalifah, L., Rindu, R., & Lannasari, L. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Komunikasi Keluarga Dengan Mekanisme Koping Dalam Menghadapi Bullying Pada Remaja Di SMP PGRI 3 Bogor Tahun 2023. *Vitamin: Jurnal ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 186-199.
- Ndraha, N., & Tambunan, D. M. (2024). Hubungan Komunikasi Orangtua Dengan Temper Tantrum Pada Anak Usia 3-6 Tahun Di Paud Yabes Medan Deli. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(2), 46-54.
- Nofiana, D. (2017). Gambaran Mekanisme Koping Dan Kemampuan Adaptasi Pada Santri Di Pesantren Al-Ikhlas Desa Majapura Kecamatan Bobotsari. *Repository Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- Novitasari, I. G. A. M. D. (2022). *Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri 4 Denpasar*. *Repository Institut Teknologi dan Kesehatan Bali Denpasar*.
- Pranatha, A., Rini, M. T., Supriyanto, S., Mustaqimah, M., Sari, I. Y., Kusumawati, I., ... & Kurdaningsih, S. V. (2023). *Keperawatan Anak*. Yayasan Kita Menulis.
- Prasetyo, G. I. G. I. H. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perilaku Merokok pada Anak Remaja Laki-laki di SMA 1 Jiwa Kabupaten Madiun. *Repository STIKES BHM*, 92.
- Pratiwi, D. A., Erawati, E., & Sarwono, B. (2020). Hubungan Mekanisme Koping Dan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Raudlotul Huda Temanggung. *Repository Poltekes Kemenkes Semarang*.
- Pravesty, E., & Nurmaguphita, D. (2017). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingka Stress Pada Orang Tua Yang Memiloki Anak Retardasi Mental di SLLBN 1 Bantul. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Rifai, S. I., Herawati, I., & Mulyani, Y. (2023). Tingkat Stres Berhubungan dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa Tingkat 1 Sarjana Keperawatan. *Jurnal*

- Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 83-92.
- Rohayani, F., Murniati, W., Sari, T., & Fitri, A. R. (2023). Pola Asuh Permisif dan Dampaknya Kepada Anak Usia Dini (Teori dan Problematika). *Islamic EduKids*, 5(1), 25–38. <https://doi.org/10.20414/iek.v5i1.7316>
- Saputra, F. W., & Yani, M. T. (2020). Pola Asuh Orangtua dalam Pembentukan Karakter Anak. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 8(3), 1037–1051.
- Simanullang, R. H., & Tambunan, D. M. (2023). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Edisi 1. Deepublish.
- Soeli, Y. M., Yusuf, M. N. S., & Lakoro, D. D. K. (2021). Tingkat Stres Siswa Pada Sekolah yang Menerapkan Sistem Full Day School. *Jambura Nursing Journal*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.37311/jnj.v3i1.9822>.
- Tambunan, D., & Sansuwito, T. (2024). The Association Between Parenting and Parental Communication with Temper Tantrums in Preschool Children. *Holistic Nursing Plus*, 2(1), 44-54.
- Tambunan, D. M., Silaen, H., & Sansuwito, T. B. (2024). Play Therapy to Minimize Anxiety Among Children During Hospitalization: A Scoping Review. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 20(SUPP7), 205-209.
- William, A., & Albi, P. S. (2021). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Mitra Indonesia Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKMI)*, 2(2), 1–9.
- Wulandari, P., & Tambunan, D. M. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kejadian Temper Tantrum Pada Anak Pra Sekolah di Paud Serba Ceria Serdang Bedagai. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(1), 8-15.