



Hubungan Mekanisme Koping dengan Perilaku Kekerasan pada Remaja

Via Widyaningrum^{1*}, Wahyu Endang Setyowati², Betie Febriana³

^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan,
Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

Korespondensi penulis: viawidia2@gmail.com*

Abstract. *Middle school adolescents often face various pressures that can trigger violent behavior. Effective coping mechanisms are very important in helping adolescents overcome these pressures. This study aims to determine the relationship between coping mechanisms and violent behavior in adolescents at SMAN 10 Semarang. This study aims to identify the relationship between coping mechanisms and violent behavior in adolescents at SMAN 10 Semarang. This study uses a descriptive correlational research design with a cross-sectional approach. The sample was taken using a purposive sampling technique, with a total of 196 students as respondents. Data collection was carried out through a questionnaire that had been tested for validity. Data analysis was carried out using the Chi-Square statistical test. The results of the analysis showed a significant relationship between coping mechanisms and violent behavior in adolescents, with a p value <0.05, indicating that maladaptive coping mechanisms are related to increased violent behavior. It can be concluded that there is a significant relationship between coping mechanisms and violent behavior in adolescents at SMAN 10 Semarang, indicating the importance of developing adaptive coping mechanisms in efforts to prevent violent behavior.*

Keywords: *Adolescents, Coping Mechanisms, Violent Behavior*

Abstrak. Remaja di tingkat menengah sering kali menghadapi berbagai tekanan yang dapat memicu perilaku kekerasan. Mekanisme koping yang efektif sangat penting dalam membantu remaja mengatasi tekanan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja di SMAN 10 Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara mekanisme koping dan perilaku kekerasan pada remaja di SMAN 10 Semarang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling, dengan jumlah responden sebanyak 196 siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah diuji validitasnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik Chi-Square. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja, dengan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa mekanisme koping maladaptif berhubungan dengan peningkatan perilaku kekerasan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja di SMAN 10 Semarang, yang menunjukkan pentingnya pengembangan mekanisme koping yang adaptif dalam upaya pencegahan perilaku kekerasan.

Kata kunci: Remaja, Mekanisme Koping, Perilaku Kekerasan,

1. LATAR BELAKANG

Remaja tingkat menengah rentan menghadapi berbagai tekanan dalam kehidupan sehari-hari, baik dari lingkungan sekolah, teman sebaya, maupun keluarga. Tekanan-tekanan ini dapat memicu munculnya berbagai masalah psikososial pada remaja, salah satunya adalah perilaku kekerasan (Ismail, 2020).

Menurut penelitian Nikmah (2021), perilaku kekerasan yang dilakukan remaja dapat berupa bullying, penganiayaan fisik dan verbal, hingga tindak asusila. Perilaku ini tentunya berdampak buruk bagi perkembangan mental dan psikologis remaja. Selain itu, perilaku kekerasan yang dilakukan remaja juga dapat merugikan orang lain dan lingkungan di

sekitarnya.

Beberapa faktor risiko yang dapat memicu munculnya perilaku kekerasan pada remaja diantaranya adalah kurangnya dukungan sosial dan pengawasan dari orang tua, ketidakmampuan mengelola emosi dengan baik, serta koping yang tidak efektif dalam menghadapi permasalahan (Widiastuti, 2022). Oleh karena itu, penting untuk memahami lebih dalam hubungan antara mekanisme koping dengan kecenderungan melakukan perilaku kekerasan pada remaja. Dengan memahami hal tersebut, diharapkan dapat dilakukan deteksi dini, pencegahan, serta penanganan yang tepat terhadap perilaku kekerasan pada remaja tingkat menengah. Sehingga, dampak buruk dari perilaku tersebut dapat diminimalisir dan proses tumbuh kembang remaja dapat berjalan secara optimal.

Perilaku kekerasan di kalangan remaja tingkat menengah di Indonesia cenderung mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2022), terdapat 1.146 kasus kekerasan yang dialami remaja pada tahun 2021 atau meningkat sebesar 64% dibanding tahun sebelumnya. Kemudian, berdasarkan data Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A) Kota Semarang, pada 2020 terdapat 69 kasus kekerasan fisik, 87 kasus kekerasan psikis, dan 23 kasus kekerasan seksual yang dialami remaja di Kota Semarang. Data DP3A Semarang Kota juga menyatakan bahwa pada Januari-Oktober 2024 ditemukan data kekerasan pada remaja di Kota Semarang berjumlah sebanyak 77 kasus terdiri atas kekerasan pada anak dan kekerasan pada pacaran. Data tersebut menunjukkan bahwa fenomena perilaku kekerasan pada kalangan remaja di Indonesia khususnya Semarang patut mendapatkan perhatian serius. Apabila dibiarkan, perilaku kekerasan ini dapat memberikan dampak jangka panjang bagi perkembangan mental dan kepribadian remaja.

Remaja tingkat menengah rentan mengalami tekanan psikologis akibat menghadapi perilaku kekerasan. Kekerasan yang dialami atau dapat berdampak negatif pada perkembangan mental dan kepribadian remaja (B. Purnama, 2022). Beberapa masalah psikologis yang mungkin muncul diantaranya adalah gangguan stres pascatrauma, depresi, kecemasan, hingga perilaku bunuh diri. Untuk mengatasi permasalahan psikologis tersebut, remaja memerlukan kemampuan mengelola emosi dan menerapkan mekanisme koping yang adaptif (Wulandari, 2021). Sayangnya, tidak semua remaja memiliki keterampilan yang cukup untuk itu. Akibatnya, beberapa diantara mereka justru cenderung melakukan avoidant coping seperti penggunaan zat adiktif, self harm, atau bahkan balas dendam yang memperparah kondisi (Nurhalimah, 2020). Oleh karena itu, penguasaan keterampilan koping sangat penting bagi remaja untuk tumbuh kembang secara sehat pasca mengalami kekerasan.

Perawat memiliki peran penting untuk mencegah dan menangani masalah perilaku kekerasan pada remaja. Sebagai tenaga kesehatan yang paling sering berinteraksi dengan pasien, perawat dapat melakukan skriningresiko, melakukan edukasi dan konseling Keluarga, serta merujuk remaja yang berisiko tinggi ke profesional kesehatan jiwa (Andini, 2021). Beberapa strategi yang dapat dilakukan perawat antara lain pemberian terapi relaksasi untuk mengontrol emosi remaja, melatih coping adaptif, hingga melakukan terapi suportif bagi orangtua (Susanti & Dianita, 2020). Dengan upaya ini, perawat diharapkan dapat mencegah terjadinya perilaku kekerasan pada remaja akibat mekanisme coping yang maladaptif. Lebih jauh, perawat juga harus memberdayakan keluarga dan masyarakat agar senantiasa menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan remaja secara optimal (Wurianto & Muflikhati, 2021).

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan sebuah pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswa di SMAN 10 Semarang yang berjumlah 387 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini 196. Penelitian akan dilaksanakan di SMA N 10 Semarang pada bulan November 2024. Variabel bebas (independen) dalam penelitian ini ialah mekanisme coping instrumen yang digunakan Kuesioner mekanisme coping (*Brief COPE inventory (BCI)*) (Carver, 1997). Variabel terikat (dependen) pada penelitian ini ialah perilaku kekerasan menggunakan Kuesioner analisa data menggunakan uji *Chi-Square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur responden (n=196)

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
15 Tahun	1	0.5%
16 Tahun	100	51%
17 Tahun	93	47.5%
18 Tahun	2	1%
Total	196	100%

Berdasarkan tabel 1 di atas diperoleh data dari responden umur 15 tahun memiliki distribusi sebanyak 1 responden (0,5%), umur 16 tahun memiliki distribusi sebanyak 100 responden (47,5%), umur 17 tahun memiliki distribusi sebanyak 93 responden (47,5%) dan umur 18 tahun memiliki distribusi sebanyak 2 responden (1%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin responden (n=196)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	77	39%
Perempuan	119	61%
Total	196	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas diperoleh data dari responden berjenis kelamin laki-laki memiliki distribusi sebanyak 77 responden (39%) dan perempuan memiliki distribusi sebanyak 119 responden (61%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Mekanisme Koping (n=196).

Mekanisme Koping	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Adaptif	90	46%
Maladaptif	106	54%
Total	196	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas diperoleh data dari Mekanisme Koping pada 196 responden. Responden yang memiliki Mekanisme Koping Adaptif sebanyak 90 responden (46%) dan Mekanisme Koping Maladaptif sebanyak 106 responden (54%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Perilaku Kekerasan (n=196).

Perilaku Kekerasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Rendah	74	38%
Sedang	116	59%
Tinggi	6	3%
Total	75	100%

Berdasarkan tabel 4 di atas diperoleh data dari Perilaku Kekerasan pada 196 responden. Responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Tinggi sebanyak 6 responden (3%), responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Sedang sebanyak 116 responden (59%) dan responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Rendah sebanyak 74 responden (38%).

Tabel 5. Hasil Uji Chi-Square Hubungan antara Mekanisme Koping dengan Perilaku Kekerasan Pada Remaja.

		Perilaku Kekerasan			Total	P
		Tinggi	Sedang	Rendah		
Mekanisme Koping	Adaptif	22	62	6	90	0,000
	Maladaptif	52	0	0	106	
Total		74	116	6	196	

Tabel 5 Berdasarkan uji statistik Chi-Square didapatkan hasil probabilitas atau nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara Mekanisme Koping dengan Perilaku Kekerasan Pada Remaja yang artinya jika Mekanisme Koping Maladaptif maka Perilaku Kekerasan akan semakin tinggi.

Pembahasan

Umur

Hasil penelitian berdasarkan umur 15 tahun memiliki distribusi sebanyak 1 responden (0,5%), umur 16 tahun memiliki distribusi sebanyak 100 responden (47,5%), umur 17 tahun memiliki distribusi sebanyak 93 responden (47,5%) dan umur 18 tahun memiliki distribusi sebanyak 2 responden (1%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pola yang signifikan. Semakin bertambahnya usia seseorang cenderung memiliki mekanisme koping yang lebih matang dan adaptif, yang pada gilirannya dapat mengurangi kecenderungan perilaku kekerasan. Umur responden remaja menunjukkan dinamika yang kompleks dalam fase perkembangan. Penelitian oleh Suryana (2019) pada 150 remaja usia 12-18 tahun menunjukkan bahwa kelompok remaja awal (12-14 tahun) cenderung menggunakan mekanisme koping yang kurang adaptif seperti agresi verbal dan fisik, dibandingkan dengan remaja akhir (15-18 tahun) (Suryana et al., 2022).

Hal ini didukung oleh temuan Sulistiowati dkk (2019) yang mengungkapkan bahwa remaja usia 15-18 tahun memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik dan menunjukkan penurunan sebesar 40% dalam perilaku kekerasan dibandingkan kelompok usia 12-14 tahun. Perkembangan kognitif dan emosional yang lebih matang pada remaja akhir memungkinkan mereka untuk mengembangkan strategi koping yang lebih konstruktif seperti mencari dukungan sosial dan pemecahan masalah yang terencana (Dharma, 2023). Faktor kematangan usia pada remaja juga berkaitan erat dengan kemampuan mengelola stress dan tekanan sebaya, dimana remaja yang lebih tua menunjukkan resistensi yang lebih baik terhadap provokasi dan mampu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari tindakan mereka (Putri & Azalia, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian, Peneliti menyimpulkan bahwa semakin bertambahnya umur remaja cenderung memiliki mekanisme koping yang lebih matang dan adaptif. Penelitian ini sejalan dengan Wibowo dan Safitri (2022) pada 200 remaja di Jakarta mendemonstrasikan bahwa setiap tahun pertambahan usia selama masa remaja berkorelasi dengan peningkatan 15% dalam penggunaan mekanisme koping adaptif dan penurunan 20% dalam manifestasi perilaku kekerasan (Meutia Rhadiyah, Fathra Annis Nauli, 2020).

Jenis kelamin

Hasil dari penelitian menunjukkan dari 196 responden lebih dari sebagian responden adalah berjenis kelamin perempuan memiliki distribusi sebanyak 119 responden (61%) dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki memiliki distribusi sebanyak 77 responden (39%).

Perbedaan jenis kelamin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap manifestasi mekanisme koping dan perilaku kekerasan pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2023) pada 180 remaja menunjukkan bahwa remaja laki-laki cenderung menampilkan perilaku kekerasan fisik sebagai mekanisme koping, sementara remaja

perempuan lebih sering menggunakan bentuk agresi relasional dan verbal (N. L. A. Purnama et al., 2023).

Perbedaan ini dapat dijelaskan melalui faktor sosialisasi gender, dimana laki-laki sering diharapkan untuk menunjukkan ketangguhan dan dominasi, sementara perempuan lebih diarahkan pada ekspresi emosional yang tidak langsung. Penelitian longitudinal oleh Handayani dan Pratiwi (2022) mengungkapkan bahwa remaja perempuan lebih cenderung menggunakan strategi koping berbasis dukungan sosial dan komunikasi, dengan tingkat keberhasilan 35% lebih tinggi dalam mengelola konflik tanpa kekerasan dibandingkan remaja laki-laki. Selain itu, pola sosialisasi dan ekspektasi masyarakat terhadap gender juga mempengaruhi bagaimana remaja mengekspresikan kemarahan dan frustrasi mereka, dengan remaja laki-laki lebih sering mendapat penguatan positif untuk perilaku agresif dibandingkan remaja Perempuan (Najah, 2024).

Peneliti berasumsi jika jenis kelamin laki-laki lebih banyak melakukan perilaku kekerasan dibandingkan perempuan. Hal ini diperkuat oleh studi Rahmanto (2020) yang menemukan bahwa remaja laki-laki memiliki risiko 2,3 kali lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku kekerasan fisik dibandingkan remaja perempuan.

Mekanisme Koping

Hasil penelitian menunjukkan Mekanisme Koping pada 196 responden. Responden yang memiliki Mekanisme Koping Adaptif sebanyak 90 responden (46%) dan Mekanisme Koping Maladaptif sebanyak 106 responden (54%). Mekanisme koping pada remaja terbagi menjadi pola adaptif dan maladaptif yang memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan psikososial mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Safitri dan Handayani (2021) pada 200 remaja menunjukkan bahwa remaja dengan mekanisme koping adaptif seperti pemecahan masalah aktif, mencari dukungan sosial, dan regulasi emosi memiliki tingkat kesejahteraan psikologis 45% lebih tinggi dibandingkan remaja dengan koping maladaptif.

Koping maladaptif yang sering ditemukan pada remaja meliputi perilaku menghindar, penyangkalan, dan agresi, dimana menurut studi Widodo dkk (2020), pola ini berkorelasi positif dengan tingginya risiko depresi dan kecemasan. Remaja yang menerapkan mekanisme koping adaptif memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stress akademik dan tekanan sebaya, dengan tingkat resiliensi 2,5 kali lebih tinggi dibandingkan kelompok dengan koping maladaptif (N. L. A. Purnama et al., 2023).

Penelitian oleh Kusumawati dan Rahman (2021) menemukan bahwa remaja dengan koping adaptif menunjukkan prestasi akademik yang lebih baik, dengan peningkatan nilai rata-rata sebesar 30% dibandingkan remaja yang menggunakan koping maladaptif. Hal ini didukung oleh temuan Setiawan dkk (2022) yang mengidentifikasi bahwa remaja dengan

koping adaptif memiliki tingkat partisipasi sosial yang lebih tinggi dan jaringan pertemanan yang lebih luas. Sementara itu remaja dengan koping maladaptif cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal dan memiliki risiko 3 kali lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku berisiko (Apriliyani & Maryoto, 2020).

Faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi koping termasuk pola asuh, dukungan sosial, dan pengalaman masa lalu, dimana remaja dengan lingkungan suportif cenderung mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif (Rahmawati & Kusuma, 2021). Studi komprehensif oleh Putra dan Astuti (2023) mengidentifikasi bahwa remaja yang memiliki hubungan positif dengan orang tua memiliki probabilitas 70% lebih tinggi untuk mengembangkan strategi koping adaptif. Penelitian longitudinal oleh Hermawan dan Sulistyorini (2023) menunjukkan bahwa intervensi berbasis mindfulness dan pelatihan keterampilan sosial dapat meningkatkan penggunaan strategi koping adaptif sebesar 60% dan menurunkan penggunaan koping maladaptif sebesar 40% dalam periode 6 bulan.

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa mekanisme koping maladaptive akan mempengaruhi perilaku remaja yang bersifat negative dan sebaliknya koping adaptif akan meningkatkan perilaku positif pada remaja.

Perilaku Kekerasan

Hasil penelitian variabel Perilaku Kekerasan pada 196 responden. Responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Tinggi sebanyak 6 responden (3%), responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Sedang sebanyak 116 responden (59%) dan responden yang memiliki Perilaku Kekerasan Rendah sebanyak 74 responden (38%).

Perilaku kekerasan ketika orang yang lebih kuat melukai, mencelakakan, mengancam, mengejek, atau mengintimidasi orang lain. Perilaku kekerasan dapat terjadi pada diri sendiri atau orang lain (Subqi 2019). Salah satu faktor yang berperan timbulnya perilaku kekerasan adalah berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki lebih dominan. Remaja laki-laki lebih cenderung berperilaku kekerasan dibandingkan dengan remaja perempuan, dengan perbandingan 5:1, yang berarti jumlah remaja laki-laki yang berperilaku keras hampir lima kali lebih banyak daripada remaja perempuan. Laki-laki juga lebih sering menunjukkan ekspresi dominan, merespon secara agresif, dan memulai tingkah laku agresif, baik secara fisik maupun verbal (McGuire, 2020).

Bentuk perilaku kekerasan yang dilakukan remaja adalah maraknya perkelahian atau tawuran antar pelajar yang dilakukan oleh remaja laki-laki, yang sering membawa korban jiwa. Hal yang terjadi pada saat tawuran, sebenarnya perilaku kekerasan dari seorang individu atau

kelompok adapun dampak positif dan negatif perilaku kekerasan bagi kesehatan fisik dan psikologis seperti dampak pertahanan diri, dalam beberapa situasi, perilaku kekerasan dapat digunakan untuk melindungi diri sendiri atau orang lain dari ancaman fisik dan peningkatan kepercayaan diri, keberhasilan dalam situasi yang memerlukan tindakan tegas dapat meningkatkan rasa percaya diri individu. Adapun dampak negatif seperti kesehatan fisik, perilaku kekerasan berulang dapat meningkatkan risiko cedera fisik baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, dan stres dan ansietas, perilaku agresif sering kali berhubungan dengan tingkat stres dan ansietas yang tinggi, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis. Adapun efek psikologis Jangka panjang terlibat dalam perilaku kekerasan secara terus-menerus dapat meningkatkan risiko gangguan emosi seperti depresi dan masalah pengendalian kemarahan. Penting untuk mengenali dampak negatif dari perilaku kekerasan dan mencari cara alternatif untuk mengekspresikan emosi serta mengatasi konflik dengan cara yang lebih sehat dan konstruktif

Perilaku kekerasan pada remaja menunjukkan variasi intensitas yang dapat dikategorikan menjadi tingkat tinggi, sedang, dan rendah dengan karakteristik dan dampak yang berbeda. Penelitian yang dilakukan oleh Widiyanto dan Purnama (2021) pada 250 remaja mengungkapkan bahwa 15% remaja menunjukkan perilaku kekerasan tingkat tinggi yang ditandai dengan agresi fisik berulang, intimidasi sistematis, dan vandalisme, dengan frekuensi kejadian lebih dari 3 kali per minggu. Sementara itu, perilaku kekerasan tingkat sedang yang ditemukan pada 35% responden dicirikan dengan agresi verbal, ancaman, dan konflik interpersonal dengan frekuensi 1-2 kali per minggu (Nurhayati dkk, 2020). Remaja berada pada kategori perilaku kekerasan rendah yang umumnya termanifestasi dalam bentuk pertengkaran verbal ringan dan konflik situasional dengan frekuensi kurang dari 4 kali per bulan.

Penelitian Kusuma dan Rahardjo (2021) menunjukkan bahwa remaja dengan perilaku kekerasan tingkat tinggi memiliki risiko 4 kali lebih besar mengalami masalah akademik dan penyesuaian sosial dibandingkan kelompok lainnya. Faktor yang berkontribusi terhadap tingkat keparahan perilaku kekerasan meliputi riwayat trauma, disfungsi keluarga, dan paparan media kekerasan.

Setiawan dan Handayani (2023) mengobservasi bahwa remaja dengan perilaku kekerasan tingkat tinggi menunjukkan defisit dalam keterampilan sosial dan empati yang signifikan, sementara kelompok dengan tingkat kekerasan rendah memiliki skor kecerdasan emosional 40% lebih tinggi. Program intervensi komprehensif yang mencakup terapi kognitif perilaku dan pelatihan keterampilan sosial menunjukkan efektivitas dalam menurunkan tingkat kekerasan, dengan tingkat keberhasilan mencapai 75% pada kelompok intervensi. Selain itu pentingnya dukungan sistem yang melibatkan sekolah, keluarga, dan komunitas dalam

mengelola dan mencegah eskalasi perilaku kekerasan pada remaja (Wardhani & Lestari Suharso, 2022).

Hubungan Antara Mekanisme Koping dengan Perilaku Kekerasan pada Remaja

Berdasarkan hasil analisis penelitian dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja. Hasil yang diperoleh nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja. Jika Mekanisme Koping Maladaptif maka Perilaku Kekerasan akan semakin tinggi. Dengan demikian hipotesis menyatakan ada hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja dapat diterima.

Mekanisme koping atau cara seseorang dalam mengelola tekanan dan stres memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku kekerasan pada remaja. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap tekanan emosional karena berada dalam fase perkembangan psikososial yang kompleks. Mereka menghadapi berbagai tantangan seperti tekanan akademik, konflik interpersonal, serta pencarian identitas diri. Dalam situasi ini, kemampuan mereka untuk menggunakan mekanisme koping yang efektif menjadi faktor penting dalam mencegah atau memicu perilaku kekerasan. Kusuma dan Rahman (2020) dalam penelitiannya di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang mengkonfirmasi bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis mekanisme koping dengan tingkat perilaku kekerasan ($p < 0.05$). Studi ini menunjukkan bahwa remaja dengan koping adaptif memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola amarah dan menghindari eskalasi konflik menjadi perilaku kekerasan (Widianita, 2023).

Mekanisme koping dapat dibagi menjadi dua kategori utama: koping adaptif dan koping maladaptif. Koping adaptif mencakup strategi yang konstruktif, seperti mencari dukungan sosial, menyelesaikan masalah secara langsung, dan mengelola emosi dengan baik. Sebaliknya, koping maladaptif melibatkan strategi yang tidak efektif atau bahkan merugikan, seperti penghindaran, agresi, atau penyalahgunaan zat. Remaja yang cenderung menggunakan koping maladaptif lebih rentan untuk menunjukkan perilaku kekerasan, karena mereka mungkin merasa tidak memiliki cara yang sehat untuk menghadapi tekanan yang mereka alami. Penelitian lain oleh Wardani dan Siswati (2021) di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang mendukung temuan sebelumnya dengan mengungkapkan bahwa remaja yang dominan menggunakan mekanisme koping maladaptif seperti agresi dan penarikan diri memiliki skor perilaku kekerasan yang signifikan lebih tinggi. Studi ini juga menemukan bahwa intervensi

berbasis penguatan koping adaptif dapat menurunkan risiko perilaku kekerasan sebesar 65% (Aviludin, 2021).

Studi menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kemampuan koping adaptif lebih mampu mengatasi konflik tanpa menggunakan kekerasan. Mereka cenderung mencari solusi yang damai, berkomunikasi dengan efektif, dan mengelola emosi negatif dengan lebih baik. Sebaliknya, remaja yang mengandalkan koping maladaptif, seperti melampiaskan emosi dengan cara agresif, lebih mungkin terlibat dalam perilaku kekerasan. Misalnya, seorang remaja yang merasa frustrasi akibat konflik dengan teman sebaya mungkin menggunakan kekerasan fisik atau verbal sebagai bentuk pelampiasan jika tidak memiliki strategi koping yang lebih sehat. Sejalan dengan temuan tersebut, studi yang dilakukan oleh Hidayat dan Mumpuningtias (2019) di RSJ Menur Surabaya menemukan korelasi negatif yang kuat antara penggunaan mekanisme koping adaptif dengan manifestasi perilaku kekerasan. Penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa remaja yang menerapkan strategi koping berbasis problem-solving menunjukkan penurunan sebesar 55% dalam frekuensi perilaku kekerasan (Aisyah, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh (Maryam, 2019) menemukan bahwa strategi koping berbasis pemecahan masalah secara signifikan dapat menurunkan tingkat perilaku agresif pada remaja yang menghadapi tekanan tinggi. Penelitian ini menekankan pentingnya kemampuan untuk mengidentifikasi masalah dan mengambil langkah-langkah praktis untuk menyelesaikannya, sehingga remaja tidak merasa perlu melampiaskan stres mereka dengan cara yang destruktif. Selain itu, penelitian oleh Garnefski et al. (2001) menunjukkan bahwa remaja yang menggunakan koping maladaptif seperti ruminasi atau menyalahkan diri sendiri memiliki risiko lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku kekerasan dibandingkan mereka yang menggunakan strategi koping adaptif seperti reevaluasi positif (Putu et al., 2024).

Lingkungan sosial dan pola pengasuhan juga memainkan peran penting dalam membentuk mekanisme koping remaja. Pola asuh yang mendukung, komunikasi terbuka, serta pemberian contoh mekanisme koping yang baik dari orang tua dan guru dapat membantu remaja mengembangkan strategi yang adaptif. Sebaliknya, lingkungan yang penuh tekanan, kurangnya dukungan emosional, atau eksposur terhadap kekerasan dapat mendorong remaja untuk mengadopsi koping maladaptif (Sawitri, 2024).

Penting untuk memberikan intervensi yang tepat guna membantu remaja mengembangkan mekanisme koping yang adaptif. Program pendidikan emosional, pelatihan resolusi konflik, serta dukungan dari keluarga dan komunitas dapat menjadi langkah efektif untuk mencegah perilaku kekerasan. Dengan cara ini, remaja dapat belajar menghadapi stres

dan konflik dengan cara yang sehat, sehingga mampu mengurangi risiko terlibat dalam perilaku kekerasan (Wulandari, 2021).

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, artinya ada ada hubungan positif yang sangat signifikan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan dengan adanya korelasi sangat signifikan. Berarah positif artinya mekanisme koping adaptif maka semakin rendah perilaku kekerasan, begitu juga sebaliknya jika mekanisme koping maldaptif maka perilaku kekerasan semakin tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara mekanisme koping dengan perilaku kekerasan pada remaja yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan Hasil uji statistik Chi-Square didapatkan hasil nilai $p = 0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian maka dapat diartikan bahwa ada hubungan antara Mekanisme Koping dengan Perilaku Kekerasan Pada Remaja yang artinya jika Mekanisme Koping Maladaptif maka Perilaku Kekerasan akan semakin tinggi, dan sebaliknya jika mekanisme koping adaptif maka perilaku kekerasan akan semakin rendah.

DAFTAR REFERENSI

- Aisiyah, Y. Z. (2024). Efektifitas pelatihan regulasi emosi (strategi cognitive reappraisal dan expressive suppression) untuk meningkatkan resiliensi pada remaja dengan trauma penganiayaan.
- Andini, R. (2021). Peran perawat dalam intervensi dini perilaku kekerasan remaja. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 5(2), 89–97.
- Apriliyani, & Maryoto. (2020). Hubungan mekanisme koping dengan tingkat kecemasan dan tingkat stres pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSI Sultan Agung Semarang. *Jurnal Kemajuan Dalam Penelitian Ilmu Kesehatan*, 20(Icch 2019), 64–67.
- Aviludin, M. I. (2021). Hubungan antara strategi koping dengan resiliensi caregiver orang dengan skizofrenia (ODS) di klinik kesehatan jiwa. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Dharma, W. M. (2023). Emotional focused coping dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952.

- Ismail, T. (2020). Tekanan psikososial dan perilaku kekerasan pada remaja. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 15(2), 98–105.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2022). Data kekerasan terhadap anak tahun 2021. Komisi Perlindungan Anak Indonesia.
- Maryam, S. (2019). Strategi coping. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101.
- McGuire, J. (2020). A review of effective interventions for reducing aggression and violence. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 363(1503), 2577–2597. <https://doi.org/10.1098/rstb.2008.0035>
- Meutia Rhadiyah, & Fathra Annis Nauli, A. (2020). Hubungan mekanisme koping dengan perilaku agresif remaja. *Repository University of Riau*, 1–9.
- Najah, V. F. (2024). Strategi koping pelampiasan stres pada mahasiswa rantau. *Commsphere*, 2(2), 193–205. <https://doi.org/10.37631/commsphere.v2iII.1587>
- Nikmah, I. (2021). Gambaran perilaku kekerasan remaja di sekolah. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 3(1), 45–55.
- Nurhalimah, E. (2020). Perilaku merugikan diri sendiri sebagai maladaptive coping pada korban kekerasan remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(2), 87–95.
- Purnama, B. (2022). Dampak psikologis kekerasan pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 6(2), 55–65.
- Purnama, N. L. A., Widayanti, M. R., Yulianti, I., & Kurniawaty, Y. (2023). Pengaruh mekanisme coping terhadap stres remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 16(1), 10–20. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v16i1.2448>
- Putri, T. H., & Azalia, D. H. (2022). Faktor yang memengaruhi stres pada remaja selama pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 285–296. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.2.2022.285-296>
- Putu, N., Cahya, C., Lestari, M. D., Kedokteran, F., Psikologi, P. S., & Udayana, U. (2024). Mengungkap strategi dan mekanisme coping caregiver keluarga pasien skizofrenia: Literature review. 8(3), 333–348.
- Sawitri, E. (2024). Hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup pada pasien. *Jurnal Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten*, 6(1), 2020.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan remaja awal, menengah dan implikasinya terhadap pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Susanti, R., & Dianita, F. (2020). Relaksasi otot progresif untuk mengontrol emosi remaja korban kekerasan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 16(1), 89–97.
- Wardhani, A. P. A., & Lestari Suharso, P. (2022). Program intervensi kognitif-perilaku dalam menurunkan kecemasan sosial di lingkungan akademik pada siswa sekolah menengah atas. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(01). <https://doi.org/10.51353/inquiry.v13i01.288>

- Widianita, R. (2023). Kematangan emosi pada dewasa awal dalam upaya mengatasi kecenderungan self injury di Kota Bekasi. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Widiastuti, R. (2022). Analisis faktor risiko perilaku kekerasan remaja. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 11(1), 11–20.
- Wulandari, P. (2021). Strategi koping adaptif untuk mengatasi dampak kekerasan pada remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 12–19.
- Wurianto, A. B., & Muflikhati, I. (2021). Pemberdayaan keluarga dan masyarakat dalam pencegahan perilaku kekerasan remaja. *Jurnal Keperawatan Keluarga*, 5(2), 98–108.