

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Mekanisme Koping

1. Pengertian Mekanisme Koping

Menurut Lazarus (1985), koping adalah perubahan kognitif dan perilaku secara konstan dalam upaya untuk mengatasi tuntutan internal dan atau eksternal khusus yang melelahkan atau melebihi sumber individu. Sedangkan menurut Keliat (1999), mekanisme koping diartikan sebagai cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam (dalam Nasir, 2011).

Berdasarkan definisi di atas dapat disimpulkan bahwa mekanisme koping adalah segala bentuk upaya yang dilakukan seseorang untuk mengatasi stress ataupun ancaman yang menimpa dirinya baik dari faktor internal maupun eksternal, dan mekanisme koping pada mahasiswa adalah cara yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan masalah atau untuk mengatasi tuntutan internal dan eksternal. Mekanisme koping pada mahasiswa sangat beragam, antara lain: belajar, menghabiskan waktu dengan teman, tidur, mendengarkan musik, berolahraga, mengisolasi diri, dan merokok (Shaikh, 2004).

2. Penggolongan Mekanisme Koping

Menurut Stuart (2009), mekanisme koping dapat dikelompokkan menjadi tiga tipe yaitu:

- a. Mekanisme koping yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*), yang melibatkan tugas dan upaya langsung untuk mengatasi ancaman itu sendiri. Contohnya yaitu negosiasi, konfrontasi, dan mencari saran.
- b. Mekanisme koping yang berfokus pada kognitif (*cognitively focused coping*), dimana seseorang mencoba untuk mengontrol makna dari masalah dan dengan demikian menetralkan itu. Contohnya yaitu perbandingan positif, ketidaktahuan selektif, substitusi penghargaan, dan devaluasi benda yang diinginkan.
- c. Mekanisme koping yang berfokus pada emosi (*emotional focus coping*), dimana pasien berorientasi pada tekanan emosional moderat. Contohnya yaitu penggunaan mekanisme pertahanan ego seperti penyangkalan, denial, dan proyeksi.

Menurut Keliat (1998), mekanisme koping ada dua macam, yaitu:

- a. Mekanisme koping adaptif, adalah suatu usaha yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah akibat adanya stressor atau tekanan yang bersifat positif, rasional, dan konstruktif. Kategorinya adalah berbicara dengan orang lain, memecahkan masalah secara efektif, teknik relaksasi, latihan seimbang dan aktifitas konstruktif.

- b. Mekanisme koping maladaptif, adalah suatu usaha yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah akibat adanya stressor atau tekanan yang bersifat negatif, merugikan dan destruktif serta tidak dapat menyelesaikan masalah secara tuntas. Kategorinya adalah makan berlebihan atau tidak makan, bekerja berlebihan, menghindar, marah-marah, mudah tersinggung, dan menyerang. Mekanisme koping yang maladaptive dapat memberi dampak yang buruk bagi seseorang seperti isolasi diri, berdampak pada kesehatan fisik dan bahkan resiko bunuh diri.

3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Mekanisme Koping

Menurut Pargament (1997) ada beberapa hal yang menjadi faktor koping. Dalam hal ini, sumber koping meliputi hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi koping tertentu. Hal-hal tersebut antara lain sebagai berikut:

- a. Materi (seperti: makanan dan uang);
- b. Fisik (seperti: vitalitas dan kesehatan);
- c. Psikologis (seperti: kemampuan *problem solving*);
- d. Sosial (seperti: kemampuan interpersonal dan dukungan sistem sosial);
- e. Spiritual (seperti: perasaan kedekatan dengan Tuhan).

4. Dampak dari Mekanisme Koping

Koping yang efektif menempati tempat yang *central* terhadap ketahanan tubuh dan daya penolakan tubuh terhadap gangguan maupun serangan suatu penyakit baik bersifat fisik maupun psikis, sosial, spiritual.

Perhatian terhadap koping tidak hanya terbatas pada sakit ringan tetapi justru penekanannya pada kondisi sakit yang berat (Keliat, 1998).

Sharif, dkk (2007) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki mekanisme koping positif, biasanya membuat pernyataan yang lebih positif tentang diri mereka sendiri, menolak frustrasi, tetap optimis, dan bertahan bahkan di bawah sangat keadaan yang merugikan. Hal yang terpenting adalah bahwa mahasiswa tersebut, memilih strategi yang tepat untuk mengatasi stres yang mereka hadapi. Sebaliknya, mahasiswa dengan koping mekanisme yang buruk, cenderung memiliki karakteristik kepribadian yang agak berlawanan, seperti harga diri rendah dan pandangan hidup yang pesimis.

5. Sumber koping

Stuart (2009) menjelaskan bahwa sumber koping merupakan pilihan atau strategi yang membantu untuk menentukan apa yang dapat dilakukan, serta apa yang dipertaruhkan. Komponen ini memperhitungkan opsi yang tersedia, kemungkinan bahwa opsi yang diberikan akan mencaai apa yang seharusnya untuk, dan kemungkinan bahwa orang tersebut dapat menerapkan strategi tertentu secara efektif.

Sumber koping termasuk aset ekonomi, kemampuan, dan keterampilan, teknik bertahan, dukungan sosial, dan motivasi. Mereka menggabungkan semua tingkat hirarki sosial. Hubungan antara keluarga, individu, kelompok, dan masyarakat dianggap sebagai poin yang sangat penting bagi model ini. Sumber koping lainnya termasuk kesehatan dan

energi, keyakinan positif, pemecahan masalah dan keterampilan sosial, sumber daya sosial dan material, dan kesejahteraan fisik (Stuart, 2009).

B. Konsep Organisasi Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM)

1. Pengertian dan Manfaat Organisasi Bagi Mahasiswa

Organisasi adalah kesatuan yang memungkinkan masyarakat mencapai suatu tujuan yang tidak dapat dicapai individu secara perorangan (Gibson, 1985). Sedangkan pengertian organisasi dalam buku Kepemimpinan dan perilaku organisasi adalah wadah yang memungkinkan masyarakat dapat meraih hasil yang sebelumnya tidak dapat dicapai oleh individu secara sendiri-sendiri. Organisasi merupakan suatu unit terkoordinasi yang terdiri setidaknya dua orang, berfungsi mencapai satu sasaran tertentu atau serangkaian sasaran (Rivai dkk, 2012).

Organisasi kemahasiswaan intra perguruan tinggi adalah wahana dan sarana pengembangan diri mahasiswa ke arah perluasan wawasan dan peningkatan kecendekiawanan serta integritas kepribadian untuk mencapai tujuan pendidikan tinggi (Kemendikbud, 1998).

Berkaitan dengan pengertian dan manfaat organisasi, dalam Al Qur'an dapat kita lihat di dalam beberapa surah:

- a. Perlunya persatuan, dalam surah: 2:43, 4:71, 37:1.
- b. Perlunya bersatu mengikuti jalan yang lurus, dalam surah: 30:31-32, 2:103-105, 6:59, 8:46.
- c. Saling tolong menolong dan kerjasama, dalam surah: 5:2, 8:74, 9:71.

Organisasi sangatlah perlu bagi masyarakat pada umumnya dan mahasiswa pada khususnya. Kehidupan dalam dunia industri, pendidikan, pelayanan kesehatan dan lain sebagainya, organisasi telah memberikan keuntungan yang mengesankan bagi standar hidup kita dan pandangan kita tentang dunia. Organisasi juga mempunyai pengaruh besar atas perilaku kita (Gibson, 1985).

Menurut Kemendikbud (1998), organisasi kemahasiswaan intra perguruan tinggi mempunyai fungsi sebagai sarana dan wadah:

- a. perwakilan mahasiswa tingkat perguruan tinggi untuk menampung dan menyalurkan aspirasi mahasiswa, menetapkan garis-garis besar program dan kegiatan kemahasiswaan;
- b. pelaksanaan kegiatan kemahasiswaan;
- c. komunikasi antar mahasiswa;
- d. pengembangan potensi jatidiri mahasiswa sebagai insan akademis, calon ilmuwan dan intelektual yang berguna di masa depan;
- e. pengembangan pelatihan keterampilan organisasi, manajemen dan kepemimpinan mahasiswa;
- f. pembinaan dan pengembangan kader-kader bangsa yang berpotensi dalam melanjutkan kesinambungan pembangunan nasional;
- g. untuk memelihara dan mengembangkan ilmu dan teknologi yang dilandasi oleh norma-norma agama, akademis, etika, moral, dan wawasan kebangsaan.

2. Organisasi Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM)

Organisasi kemahasiswaan di FKIK UMY dalam Anggaran Dasar Keluarga Besar Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (AD KBM FKIK), disebutkan bahwa organisasi kemahasiswaan di FKIK UMY saat ini dibagi menjadi 3 kategori yaitu: Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) dan Dewan Perwakilan Mahasiswa (DPM), Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) dan Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (DPM, 2013).

Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah Komisariat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (IMM FKIK) merupakan satu-satunya organisasi ke-Islaman yang ada di FKIK UMY. Dan sebagai organisasi otonom Muhammadiyah diranah mahasiswa, maka IMM di tingkat fakultas bertugas untuk menyampaikan dakwah Islam berdasarkan ideologi Muhammadiyah. IMM mempunyai tujuan yaitu mengusahakan terbentuknya akademisi Islam yang berakhlak mulia dalam rangka mencapai tujuan Muhammadiyah (DPP, 2011).

Dalam usaha mencapai tujuan ini, maka IMM FKIK UMY mempunyai beberapa kegiatan perkaderan yang kurikulumnya telah terangkum dalam buku “SPI (Sistem Perkaderan Ikatan) IMM”, adapun program tersebut adalah sebagai berikut:

a. *Darul Arqom Dasar* (DAD)

Darul Arqom Dasar (DAD) adalah perkaderan utama dan tingkat pertama di IMM. DAD ini dilaksanakan selama 4 hari (96 jam), dan diperuntukkan kepada para kader baru IMM, sebagai syarat

menjadi pimpinan di IMM tingkat komisariat atau fakultas. Tujuan DAD ini adalah untuk membentuk karakter dan kepribadian serta mutu anggota hingga mencapai kualifikasi kader IMM yang mempunyai wawasan tingkat komisariat dan cabang serta internalisasi dasar-dasar Islam dan meletakkan dasar pemahaman intelektualitas.

Dalam DAD ini ada beberapa materi dasar yang akan diberikan kepada para kader baru, diantaranya yaitu: materi ketauhidan, filsafat, gender, ke-IMM-an, ke-Muhammadiyah-an, analisis sosial, dan tafsir pemihakan ikatan (teknik feeling respon, manajemen diri, manajemen orasi, manajemen aksi).

b. *Training* Organisasi (TO)

Dalam *Training* Organisasi (TO), para kader akan diberikan bekal ilmu selama 2 hari 1 malam. Materi atau ilmu yang disampaikan dalam TO antara lain adalah manajemen waktu, *leadership* (pelatihan kepemimpinan), manajemen forum, manajemen konflik, dan manajemen organisasi dan administrasi.

Tujuan dari kegiatan *Training* Organisasi (TO) ini adalah untuk mendukung dan meningkatkan kompetensi kader dalam hal manajemen diri dan organisasi. *Training* Organisasi (TO) ini juga merupakan kegiatan *Follow Up* dari kegiatan *Darul Arqom Dasar* (DAD).

c. Kajian Inti

Kajian inti adalah kegiatan atau kajian atau diskusi untuk memperdalam wawasan kader tentang materi- materi yang telah disampaikan ketika DAD. Tujuan dari Kajian Inti (KI) ini adalah untuk mendukung keberhasilan proses kaderisasi ikatan.

Materi- materi dalam kajian inti ini antara lain yaitu kajian Himpunan Putusan Tarjih (HPT) Muhammadiyah, ke-Muhammadiyah dan ke-IMM-an (Abdillah, 2011).

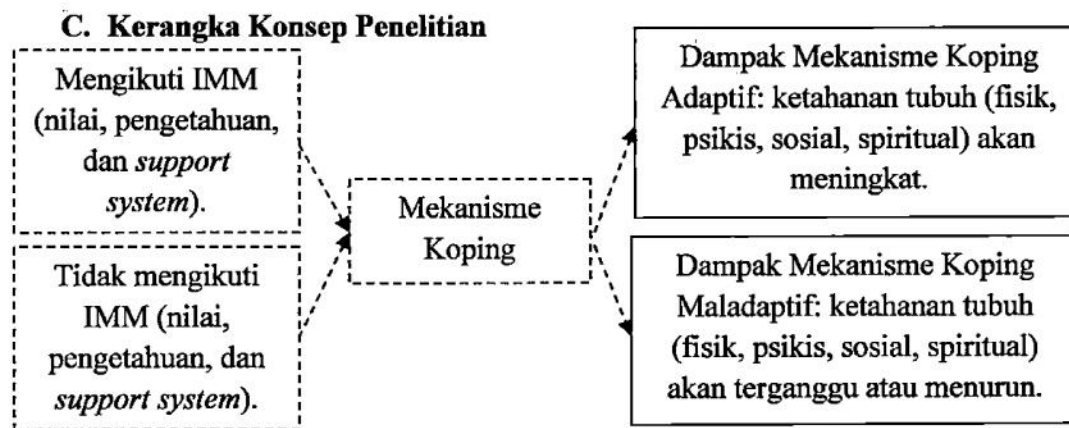
3. Hubungan Keikutsertaan dalam Organisasi Keagamaan dengan Mekanisme Koping pada Mahasiswa.

Dalam sebuah jurnal berjudul *"The Effects of Involvement in Campus Religious Communities on College Student Adjustment and Development"*, menyatakan bahwa: Ada korelasi positif antara partisipasi siswa dalam organisasi keagamaan dengan emosional yang baik. Siswa yang tidak bergabung dalam organisasi keagamaan (non-peserta) mengalami penurunan terbesar dalam kategori "tertinggi 10%", sedangkan di antara peserta (siswa yang mengikuti organisasi keagamaan), berada dalam kategori "atas rata-rata". Tidak seperti depresi, yang hampir merata di seluruh peserta kelompok agama dan non-peserta, peserta menampilkan tingkat agak lebih tinggi dari kesehatan emosional daripada non-peserta, bahkan setelah satu tahun kuliah. Singkatnya, karena organisasi keagamaan mendorong diskusi pada topik agama, siswa yang terlibat

mungkin mengalami penurunan kecil dalam emosional mereka (Bryant, 2007).

Allah berfirman dalam surah *Al 'Imron* ayat 104 yang artinya: “Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung”.

Dari ayat tersebut, dapat dimaknai bahwa Allah SWT menurunkan perintah kepada hambaNya untuk bergabung dalam wadah (organisasi) yang menyerukan kebenaran dan mencegah kemungkaran atau keburukan, dan Allah menyebutkan pula di dalam ayat ini bahwa mereka (sekelompok orang yang menyeru pada kebaikan dan mencegah keburukan) adalah termasuk orang- orang yang beruntung.



Gambar 2.1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan:.

----- : daerah yang akan diteliti oleh peneliti.

————— : daerah yang tidak diteliti oleh peneliti.

D. Hipotesis

1. Ho : Tidak ada perbedaan mekanisme koping pada mahasiswa yang mengikuti dan tidak mengikuti IMM pada mahasiswa FKIK UMY.
2. H1 : Terdapat perbedaan mekanisme koping pada mahasiswa yang mengikuti dan tidak mengikuti IMM pada mahasiswa FKIK UMY.