

## Hubungan antara strategi koping dengan kecenderungan depresi pada dokter residen

Dinda Anisa Nindya Sakina<sup>1</sup> & Haryanta<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

e-mail: [dinda.anisa.n@mail.ugm.ac.id](mailto:dinda.anisa.n@mail.ugm.ac.id), [hary\\_psiko@ugm.ac.id](mailto:hary_psiko@ugm.ac.id)

**Abstract.** Depression, with stressful life events as its prominent contributor, is commonly found in resident doctors. Coping strategies are used to deal with stressful life events encountered in everyday life. This study aims to determine the relationship between depression tendencies and coping strategies among resident doctors. This study used surveys and snowball sampling techniques. The scale was distributed online and filled in by 40 respondents from various regions in Indonesia. This study found the likelihood of 42.5% of the respondents to mild depression, 15% to moderate depression, and 12.5% to moderately severe to severe depression. However, there is no correlation between coping strategies and depression tendencies. It is crucially needed to address depression through effective interventions at individual and institutional levels. Working hours regulation is also needed so that it can be a solution to reduce the tendency to depression and improve the quality of health care services provided.

**Keywords:** coping strategy, depression, resident doctors

**Abstrak.** Depresi, dengan peristiwa kehidupan yang penuh tekanan sebagai kontributor utamanya, banyak ditemukan pada dokter residen. Strategi *koping* dibutuhkan untuk menghadapi peristiwa kehidupan yang penuh tekanan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan depresi dengan strategi *koping* pada dokter residen. Penelitian ini menggunakan teknik survey dan *snowball sampling*. Skala disebar secara online dan diisi oleh 40 responden dari berbagai daerah di Indonesia. Studi ini menemukan bahwa 42,5% responden mengalami kecenderungan depresi ringan, 15% kecenderungan depresi sedang, dan 12,5% kecenderungan depresi cukup berat sampai depresi berat. Namun, tidak ada korelasi yang ditemukan antara strategi *koping* dan kecenderungan depresi. Diperlukan intervensi yang efektif pada tingkat individu dan institusional dalam mengatasi kecenderungan depresi tersebut. Selain itu, pengaturan jam kerja juga dibutuhkan sebagai solusi untuk mengurangi kecenderungan depresi dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan.

**Kata kunci:** depresi, dokter residen, strategi koping