

## INTISARI

**Latar Belakang:** Mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami kecemasan akibat tuntutan akademik dan tekanan lingkungan. Strategi koping merupakan mekanisme penting dalam menghadapi stresor tersebut. Universitas Gadjah Mada sebagai institusi yang menerapkan pendekatan *Health Promoting University*, menyediakan lingkungan yang dapat mendukung penggunaan strategi koping adaptif. Namun, penelitian mengenai hubungan antara strategi koping dengan tingkat kecemasan dalam konteks ini belum pernah dilakukan.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui hubungan strategi koping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

**Metode:** Penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 280 mahasiswa tingkat akhir Universitas Gadjah Mada yang dipilih menggunakan *consecutive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner *The Brief Coping Orientation to Problem Experienced (The Brief COPE)* dan *General Anxiety Disorder-7 (GAD-7)*. Proses analisis data menggunakan *Chi Square*.

**Hasil:** Sebagian besar responden menerapkan strategi koping adaptif (74,3%) dan mengalami kecemasan dalam kategori ringan (39,3%). Sebagian besar responden yang menerapkan strategi koping adaptif cenderung mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah dengan 24,5% berada pada kategori kecemasan minimal dan 41,8% pada kecemasan ringan. Sebaliknya, responden yang menerapkan strategi koping maladaptif lebih banyak berada pada kategori kecemasan sedang (23,6%) dan berat (36,1%). Hasil uji statistik antara strategi koping dan tingkat kecemasan menunjukkan nilai  $p = 0,000$ .

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Gadjah Mada.

**Kata Kunci:** strategi koping, koping adaptif, kecemasan, mahasiswa tingkat akhir

## ABSTRACT

**Background:** Final-year students are vulnerable to experiencing anxiety due to academic demands and environmental pressures. Coping strategies are an important mechanism in facing those stressors. Universitas Gadjah Mada, as an institution that implements the Health Promoting University approach, provides an environment that can support the use of adaptive coping strategies. However, studies on the relationship between coping strategies and anxiety levels in this context has not yet been conducted.

**Aims:** Determine the relationship between coping strategies and anxiety levels among final-year students.

**Methods:** This study is an analytical observational research with a cross-sectional design involving 280 final-year students from Universitas Gadjah Mada, selected using consecutive sampling. The research instrument used the Brief Coping Orientation to Problem Experienced and General Anxiety Disorder-7 questionnaire. The data analysis process used Chi Square.

**Results:** Most respondents applied adaptive coping strategies (74,3%) and experienced anxiety in the mild category (39,3%). Most respondents who applied adaptive coping strategies tended to experience lower level of anxiety, with 24,5% in the minimal anxiety category and 41,8% in the mild anxiety category. Conversely, respondents who applied maladaptive coping strategies were more likely to be in the moderate (23,6%) and severe (36,1%) anxiety categories. The result of the statistical analysis between coping strategies and anxiety levels showed a *p-value* of 0,000.

**Conclusion:** There is a significant relationship between coping strategies and anxiety levels among final-year students at Universitas Gadjah Mada.

**Keywords:** coping strategies, adaptive coping, anxiety, final-year students