

TINGKAT KECEMASAN, PERILAKU *SELF-HARM*, DAN MEKANISME KOPING MAHASISWA YANG MENJALANI *OBJECTIVE STRUCTURED CLINICAL EXAMINATION* (OSCE)

Kezia Arihta Sembiring¹, Mustikasari Mustikasari^{2*}

¹Program Sarjana, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia,
Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424

²Departemen Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia,
Jl. Prof. Dr. Bahder Djohan, Depok, Jawa Barat 16424

*) *E-mail*: mustikasari@ui.ac.id

ABSTRAK

Ujian *objective structured clinical examination* (OSCE) merupakan ujian yang dapat menyebabkan kecemasan bagi mahasiswa kesehatan. Individu berupaya dalam menangani *stressor* dan salah satu bentuk maladaptifnya adalah perilaku *self-harm* yang merupakan upaya menyakiti diri sendiri. Penanganan *stressor* dapat adaptif bila menggunakan mekanisme koping yang cocok dengan individu. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, dan mekanisme koping mahasiswa yang menjalani *objective structured clinical examination*. **Metode:** Desain penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian 107 responden (52 responden angkatan 2019 dan 55 responden angkatan 2020), dengan teknik *proportional sampling*. Instrumen yang digunakan ialah *Hamilton Anxiety Rating Scale*, *Self-Harm Inventory*, dan *Brief COPE Scale*; analisis data dengan univariat. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ringan (51%), perilaku *self-harm* rendah (79%), dan mekanisme koping sedang (67%) dengan jenis *problem-focused* paling banyak digunakan (72%). **Diskusi:** OSCE merupakan hal yang masih membuat mahasiswa merasa cemas, bahwa masih ditemukan *self-harm* tinggi yang ditandai dengan tindakan mencederai diri. Untuk itu, cara penyelesaian yang digunakan ialah mekanisme koping *problem-focused*. **Kesimpulan:** Penelitian ini merekomendasikan perlunya promosi kesehatan dalam bentuk edukasi kesehatan dan konseling untuk mahasiswa mengenai tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, dan mekanisme koping.

Kata kunci: mahasiswa, mekanisme koping, *objective structured clinical examination*, *self-harm*, tingkat kecemasan

Anxiety Levels, Self-Harm Behavior, and Coping Mechanisms among Students Undergoing Objective Structured Clinical Examination (OSCE)

ABSTRACT

Objective Structured Clinical Examination (OSCE) is an assessment that can induce anxiety among health science students. Individuals endeavor to manage stressors, and one maladaptive form is self-harm behavior, an attempt to harm oneself. Handling stressors can be adaptive when utilizing coping mechanisms suitable for the individual. Objective: This research aims to identify anxiety levels, self-harm behavior, and coping mechanisms among students undergoing *Objective Structured Clinical Examination*. **Methods:** This research employed a quantitative descriptive research design. Taken using a *proportional sampling* technique, the research sample comprised 107 respondents (52 from the 2019 batch and 55 from the 2020 batch). It used instruments consisting of the *Hamilton Anxiety Rating Scale*, *Self-Harm Inventory*, and *Brief COPE Scale*, while data were analyzed through univariate analysis. **Results:** Findings revealed mild anxiety level (51%), low self-harm behavior (79%), and moderate coping mechanisms (67%), while *problem-focused* coping was the most frequently used method (72%). **Discussion:** OSCE remains a significant stressor for students, as evidenced by high levels of self-harm behavior indicated by self-injurious actions. Therefore, *problem-focused* coping mechanisms are predominantly employed for resolution. **Conclusion:** This research recommends the necessity of health promotion through health education and counseling for students regarding anxiety levels, self-harm behavior, and coping mechanisms.

Keywords: students, coping mechanisms, *objective structured clinical examination*, *self-harm*, anxiety level

LATAR BELAKANG

Ujian perlu dihadapi oleh seorang mahasiswa. Salah satu ujian yang akan dihadapi oleh mahasiswa ilmu kesehatan ialah *objective structured clinical examination* atau dapat disingkat menjadi OSCE, yaitu evaluasi yang berdasarkan pada kinerja keterampilan klinis siswa termasuk penalaran klinis, bahwa OSCE telah tervalidasi sebagai penilaian untuk melihat kompetensi klinis siswa (Müller dkk., 2019). OSCE penting bagi mahasiswa karena demonstrasi kompetensi klinis yang dinilai dalam penilaian OSCE sering kali dijadikan sebagai syarat kemajuan akademik (Martin dan Naziruddin, 2020). Suatu penelitian yang dilakukan oleh Ferreira dkk. (2020) memaparkan bahwa banyak siswa yang menganggap OSCE merupakan ujian yang lebih menegangkan dan menakutkan dibandingkan dengan ujian tertulis, uji praklinik, atau situasi ujian lainnya. Hal ini membuat mahasiswa menunjukkan kecemasan yang tinggi pada saat sebelum melaksanakan OSCE. Hal ini terjadi karena pelaksanaan OSCE meliputi beberapa stase. Pada setiap stase, siswa peserta ujian akan melakukan tugas tindakan klinis yang dibatasi oleh waktu, kemudian akan dinilai oleh penguji (Daniel dkk., 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati dan Mustikasari (2020) memaparkan bahwa sebanyak 71 dari 109 responden (65,14%) mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) yang menjalani OSCE mengalami kecemasan ringan dan 78 responden (71,6%) mengalami stres sedang dengan kisaran usia 20 tahun. Hal ini sejalan oleh penelitian yang dilakukan oleh Sari, Nugroho, dan Iskandar (2021) yang menunjukkan bahwa 40 dari 96 mahasiswa (41,67%) Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman memiliki tingkat kecemasan sedang sampai berat sebelum menghadapi OSCE, dengan 27 responden (28,12%)

mengalami kecemasan ringan dan 29 responden (30,21%) mengalami kecemasan ringan sampai sedang.

Selama periode ujian, mahasiswa akan dihadapkan dengan ancaman gagal dalam ujian dan hal tersebut dapat meningkatkan rasa cemas dan khawatir dalam diri individu, bahwa peningkatan rasa cemas ini dapat memengaruhi pikiran dan tingkah laku (Kollárik dkk., 2022). Perasaan cemas yang berlebihan, seperti serangan panik yang merupakan respons maladaptif dari kecemasan dapat menyebabkan kematian. Hal ini berkaitan dengan perilaku menyakiti diri sendiri yang disebut sebagai *self-harm* yang terdiri atas upaya penghancuran diri atau *self-destructive* dan *self-injury*, ditunjukkan dengan upaya seorang individu melakukan tindakan *self-harm* sebagai manifestasi dari kedua hal tersebut (Stuart, 2013). *Self-injury* terbagi menjadi dua, yaitu *nonsuicidal self-injury* yang terdiri atas perilaku mengiris, membakar, mengikis, memukul, dan mengganggu penyembuhan luka pada tubuh sendiri yang dilakukan sebagai upaya penghukuman diri sendiri, adanya emosi negatif, mencari perhatian orang lain, atau wujud dari pelarian terhadap situasi dan tanggung jawab yang dimiliki tanpa berniat mengakhiri hidup dan *suicidal self-injury* yang merupakan upaya menyakiti diri sendiri namun mengarah pada perilaku bunuh diri (Videback, 2020). Hal ini didukung oleh studi pendahuluan peneliti. Di tempat yang diteliti, masih ditemukan mahasiswa yang melakukan perilaku *self-harm* walaupun yang melakukan perilaku destruktif terhadap diri sendiri dengan sengaja persentasenya tidak terlalu banyak.

Perilaku *self-harm* dapat diatasi dengan cara seorang individu memiliki strategi mekanisme koping tepat (Shipherd dan Fordiani, 2015). Mekanisme koping merupakan segala usaha yang ditujukan sebagai manajemen stres; mekanisme koping tersebut dapat menjadi konstruktif atau

destruktif (Stuart, 2013). Tipe atau strategi dari mekanisme koping yang digunakan seorang individu akan bergantung pada masalah yang dialami (Potter dkk., 2017). Tipe pertama mekanisme koping ialah mekanisme yang berfokus pada masalah, contohnya melakukan negosiasi, konfrontasi, dan mencari solusi. Tipe lainnya ialah mekanisme koping yang berfokus pada kognitif, seperti melakukan perbandingan yang positif, pengabaian selektif atau devaluasi objek yang diinginkan. Tipe yang ketiga ialah mekanisme koping yang berfokus pada emosi, yakni penggunaan mekanisme berdasarkan pertahanan ego seperti penolakan, penekanan, atau proyeksi (Videback, 2020).

Penelitian yang dilakukan Lau, Agustina, dan Setiawan (2019) menunjukkan bahwa dari 150 responden, sebanyak 50,7% mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Kristen Satya Wacana dalam menghadapi ujian praktik laboratorium menggunakan mekanisme koping yang berfokus kepada emosi, sedangkan 49,3% lainnya menggunakan mekanisme koping dengan pendekatan yang berfokus pada masalah. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Simbolon dan Simbolon (2021) memperoleh hasil penelitian bahwa 63% dari 46 mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan menggunakan *problem-focused coping* sebagai mekanisme koping dalam menghadapi ujian praktikum berbentuk OSCE.

METODE

Desain penelitian ini ialah deskriptif kuantitatif dengan waktu penelitian dimulai dari bulan September tahun 2022 hingga Juni tahun 2023. Penelitian dilaksanakan di salah satu fakultas, universitas di Kota Depok, Provinsi Jawa Barat. Penelitian dilakukan secara *online* dan *on-site* dengan kriteria mahasiswa S-1 Keperawatan, telah mengikuti *objective structured clinical examination* (OSCE).

Perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan jumlah sampel 107 responden. dengan menggunakan perhitungan rumus besar sampel untuk deskriptif kuantitatif.

Penelitian ini menggunakan instrumen yang terdiri atas 1) data demografi yang memuat usia dengan tampilan data median, minimal, maksimal karena data tidak terdistribusi normal berdasarkan hasil uji normalitas; 2) kecemasan: *Hamilton Rating Scale Anxiety* (HAM-A/HARS) dikembangkan oleh Giuliano (1967) untuk mengukur tingkat kecemasan yang dibuat dalam bahasa Indonesia oleh Ramdhan (2019) dengan nilai validitas 0,529–0,727 dan nilai reliabilitas 0,756 dengan menggunakan skala Likert dari rentang 0–4 dengan 0 yang artinya tidak ada, 1 artinya ringan, 2 artinya sedang, 3 artinya berat, dan 4 yang artinya sangat berat. Pertanyaan terdiri atas 14 butir dengan rentang nilai 0 sampai 56. Pengategorian skor < 17 diklasifikasikan menjadi kecemasan ringan, 18–24 adalah kecemasan sedang, 25–30 adalah kecemasan berat, dan > 30 diinterpretasikan sebagai kecemasan panik (NurCita dan Susantiningsih, 2020); 3) perilaku *self-harm*: *Self-Harm Inventory* (SHI) yang dikembangkan oleh Sansone dan Sansone (2010) untuk mengukur perilaku *self-harm* yang dibuat dalam bahasa Indonesia oleh Agustin, Fatria, dan Febrayosi (2019) dan Kusumadewi dkk. (2020) dengan nilai validitas 0,83–0,97 dan nilai reliabilitas 0,831 yang terdiri atas tiga *item* yang dikategorikan sebagai perilaku *self-harm* terkait gangguan makan, dua *item* terkait perilaku yang tinggi risiko, kematiannya, dan tiga *item* yang berhubungan dengan medikasi, yaitu setiap butir *item* terdiri dari jawaban “ya” dan “tidak”, dengan “ya” adalah jawaban patologik. Jawaban dari “ya” bernilai 1 dan jawaban “tidak” bernilai 0 atau menggunakan skala Guttman, dengan rentang skor 0 sampai 22. Pengategorian nilai adalah > 5 atau < 5, yaitu > 5 diinterpretasikan sebagai perilaku *self-*

harm tinggi dan < 5 adalah perilaku *self-harm* rendah (Agustin, Fatria, dan Febrayosi, 2019; Kusumadewi dkk., 2020); dan 4) mekanisme koping: *Brief COPE Scale* dikembangkan oleh Garcia *et al.* (2018) untuk mengukur mekanisme koping yang dibuat dalam Bahasa Indonesia oleh Risky (2019) dan Pratiwi (2016) dengan nilai validitas 0,85 dan nilai reliabilitas 0,811-0,828. Skala jawaban dalam rentang 1-4 yang mana 1 adalah “tidak pernah melakukan”, 2 yaitu “jarang melakukan”, 3 yakni “kadang-kadang melakukan”, dan 4 apabila “sering melakukan” pada pertanyaan yang menunjukkan mekanisme koping adaptif. Untuk pertanyaan mekanisme koping maladaptive, interpretasi menjadi sebaliknya. Pengategorian penggunaan mekanisme koping

rendah (< 57), sedang (57–76), dan tinggi (> 76). Sementara itu, pengategorian jenis mekanisme koping ialah persentase koping yang berfokus pada emosi (*emotional-focused coping*) = skor 14–56, persentase koping yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) = skor 6–24, dan persentase koping penghindaran (*avoidance*) = skor 8–32 (Risky, 2019).

Prosedur pengambilan melalui uji lolos etik yang dikeluarkan oleh Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) dengan nomor KET 048/UN2.F12.D1.2.1/PPM.00.02/2023, dilanjutkan perizinan penelitian dari fakultas dengan nomor ND-121/UN2.F12.D1/PPM.00.02/2023, dilanjutkan pengambilan data secara *online* menggunakan Google Form untuk mahasiswa angkatan 2019

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan usia mahasiswa yang menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) (n = 107)

Variabel	Median	Nilai Minimal	Nilai Maksimal
Usia	21	20	23

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, mekanisme koping, dan jenis mekanisme koping selama menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) (n = 107)

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tingkat Kecemasan		
Ringan (≤ 17)	55	51
Sedang (18-24)	19	18
Berat (25-30)	19	18
Panik (> 30)	14	13
Perilaku Self-Harm		
Rendah (≤ 5)	85	79
Tinggi (> 5)	22	21
Mekanisme Koping		
Rendah (< 57)	1	1
Sedang (57–76)	72	67
Tinggi (> 76)	34	32
Jenis Mekanisme Koping		
Berfokus pada masalah (<i>problem-focused</i>)	77	72
Berfokus pada emosi (<i>emotion-focused</i>)	29	27
Penghindaran (<i>avoidance</i>)	1	1

yang sedang berada di domisili masing-masing dan *on-site/luring* menggunakan kuesioner untuk mahasiswa angkatan 2020 yang mengikuti pembelajaran di kampus karena situasi pandemi yang telah membaik. Analisis data menggunakan teknik univariat yang meliputi data demografi, tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, dan jenis mekanisme koping.

HASIL

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa nilai tengah usia responden 21 tahun, dengan usia termuda 20 tahun dan tertua 23 tahun. Tabel 2 menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) memiliki tingkat kecemasan ringan (51%). Penelitian mengenai *self-harm* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) memiliki tingkat perilaku *self-harm* rendah (79%). Mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa berada dalam tingkatan sedang (67%). Jenis mekanisme koping yang digunakan oleh mahasiswa sebagian besar berfokus pada masalah saat menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) (72%).

DISKUSI

Usia mahasiswa yang menjalani *objective structured clinical examination* (OSCE) berada pada nilai tengah 21 tahun. Usia tersebut sesuai dengan rentang usia mahasiswa pada umumnya, bahwa mahasiswa secara umum berusia 18–25 tahun dan telah memasuki masa dewasa muda serta bertanggung jawab terhadap masa perkembangannya (Hulukati dan Djibran, 2018). Kategori usia dewasa muda secara tahap perkembangan psikologis berada pada tahap membangun intimasi, dengan tugas perkembangan terdiri atas

membentuk kedewasaan, menjalin hubungan saling mencintai, serta memiliki keterikatan dengan satu sama lain yang apabila tahap perkembangan ini tidak tercapai, individu dewasa muda akan mengalami pengisolasian diri (Videback, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Suyanto dan Isrovianingrum (2018) menjabarkan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi mahasiswa keperawatan dalam mengalami kecemasan selama menjalani OSCE. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian Mustofa, Oktobiannobel, dan Sulesa (2020) yang menemukan bahwa mahasiswa yang menjalani OSCE mengalami kecemasan ringan, yaitu rerata usia responden adalah 24 tahun yang dikategorikan sebagai dewasa muda. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perilaku *self-harm* sebagian besar dilakukan oleh mahasiswa yang berada pada rentang usia dewasa muda. Penelitian ini didukung oleh Taliaferro *et al.* (2023) yang menyebutkan bahwa individu yang berada pada rentang usia dewasa muda juga dapat mengalami perilaku *self-harm* yang dilakukan secara sengaja oleh individu.

Kecemasan merupakan suatu keadaan ketika seorang individu merasakan suatu perasaan yang berbentuk ketakutan samar-samar disertai dengan adanya perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, pengisolasian, serta ketidakamanan (Stuart, 2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani OSCE memiliki tingkat kecemasan ringan. Hasil tersebut dikuatkan dengan penelitian Novitasari dan Lahdji (2019), bahwa tingkat kecemasan mahasiswa yang mengikuti ujian OSCE paling banyak berada pada tingkat cemas ringan (80,40%). Selain itu, masih ditemukan mahasiswa yang menjalani OSCE mengalami tingkat kecemasan sedang, berat, dan panik. Hasil tersebut dikuatkan dengan penelitian Yuhelrida, Andriani, dan Sofya (2016) dengan hasil penelitian yang

menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan yang menjalani OSCE mengalami tingkat kecemasan sedang (21,4%), kecemasan berat (35,7%), dan kecemasan berat sekali atau kecemasan panik (3,6%), selain mengalami kecemasan tingkat ringan. Berdasarkan penelitian Suyanto dan Isrovianingrum (2018), mahasiswa keperawatan (73%) mengalami kecemasan pada saat pekan menjalani OSCE, bahwa faktor yang paling memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan ialah faktor situasional dari OSCE.

Penanganan terhadap kecemasan akan berbeda berdasarkan tingkatan kecemasan. Individu dengan tingkat kecemasan ringan hinggasedangmasihmemilikikemampuanuntuk menyelesaikan masalah sehingga upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan ringan dan sedang ialah menyelesaikan masalah tersebut hingga selesai (Varcarolis, 2017). Perbedaan tingkat kecemasan dapat dilihat dari tanda gejala yaitu terganggunya kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya. Penanganan yang dilakukan tenaga kesehatan untuk mengatasi kecemasan ialah mengajarkan medikasi, meningkatkan aktivitas fisik berupa penyaluran emosi dan pengalihan perhatian, serta memodifikasi lingkungan agar individu menjadi tenang (Stuart, 2013).

Perilaku *self-harm* merupakan upaya menyakiti diri yang disebut juga sebagai *self-injury*, yaitu tindakan merusak tubuh secara sengaja yang dilakukan oleh diri sendiri (Stuart, 2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan perilaku *self-harm* persentasenya rendah, tetapi pada hasil penelitian masih ditemukan mahasiswa yang memiliki perilaku *self-harm* tinggi. Perilaku *self-harm* yang dilakukan mahasiswa sebagian besar ialah memukul diri sendiri, diikuti dengan pemikiran yang mengalahkan diri sendiri atau tidak memihak diri sendiri, dan membenturkan kepala secara sengaja. Hasil penelitian tersebut dikuatkan dengan penelitian Wu dkk. (2016)

bahwa sebagian besar mahasiswa jurusan kesehatan di Cina melakukan perilaku *self-harm* dengan memukul diri sendiri. Alasan dilakukannya tindakan *self-harm* oleh mahasiswa berkaitan dengan stresor yang dialami oleh mahasiswa, dalam hal ini ialah OSCE yang dilaksanakan oleh mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Verenisa, Suryani, dan Sriati (2021) memberikan gambaran bahwa sebagian besar perilaku *self-harm* pada mahasiswa dilakukannya dengan alasan untuk menghentikan perasaan buruk, mengukum diri sendiri, dan menghindari melakukan sesuatu yang tidak menyenangkan.

Perilaku *self-harm* yang dilakukan secara sengaja merupakan respons dari seorang individu yang kesulitan dalam menghadapi kondisi yang membuat dirinya stress (Wu dkk., 2016). Penelitian lainnya membuktikan bahwa perilaku *self-harm* juga dapat berhubungan dengan perasaan kesepian yang dialami oleh seorang mahasiswa (Awalinni dan Harsono, 2023). Kesepian merupakan emosi negatif yang umum terjadi pada mahasiswa, bahwa kesepian dapat menyebabkan masalah psikologis dan perilaku (Kong dkk., 2021).

Upaya yang dapat dilakukan oleh individu, dalam konteks ini ialah mahasiswa, untuk mengatasi perasaan kesepian ialah dengan memberikan dukungan sosial serta meningkatkan harga diri dan citra tubuh (So dan Fiori, 2022). Zhao (2022) menyebutkan bahwa mendedukasi kemampuan sosialisasi mahasiswa yang mengalami kesepian dan menyediakan kesempatan untuk meningkatkan kemampuan sosial bagi mereka dapat menjadi solusi untuk menurunkan perasaan kesepian.

Tindakan *self-harm* yang dilakukan mahasiswa dalam taraf yang ringan, tidak menutup kemungkinan bahwa sebagian besar pernah dan melakukan tindakan *self-harm* sebagai upaya mahasiswa dalam menghadapi *stressor*. Faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku *self-harm* oleh mahasiswa berkaitan

dengan kesalahan penggunaan mekanisme koping dalam menghadapi stresor yaitu OSCE. Penanganan pada mahasiswa yang melakukan perilaku *self-harm* ialah memperkenalkan mahasiswa pada konseling yang telah disediakan dan memberikan promosi terkait fasilitas serta kegunaan. Jika keadaan mahasiswa kian memburuk, mahasiswa dapat disarankan menemui tenaga kesehatan profesional untuk mendapatkan penanganan yang lebih spesifik.

Mekanisme koping merupakan upaya seorang individu dalam menghadapi stresor. Mekanisme koping bersifat individual dan akan sesuai dengan masing-masing individu itu sendiri, tetapi sifatnya dapat menjadi adaptif dengan hasil koping yang dapat mengatasi *stressor*, atau maladaptif, yaitu masalah atau stresor yang dihadapi tidak terselesaikan (Townsend, 2014). Hasil penelitian menunjukkan penggunaan mekanisme koping yang menjalani OSCE berada dalam tingkatan yang sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa jurusan keperawatan sebagian besar menggunakan mekanisme koping yang adaptif atau dapat mengatasi stresor (58,9%) (Sumoked, Wowiling, dan Rompas, 2019). Penelitian Khasanah, Wuryanto, dan Hidayati (2014) menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani ujian OSCA atau OSCE sebagian besar memiliki mekanisme koping yang adaptif (94,0%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis mekanisme koping yang banyak digunakan mahasiswa ialah mekanisme koping yang berfokus pada masalah atau *problem-focused coping mechanism*. Penggunaan mekanisme koping yang berfokus pada masalah merupakan strategi mekanisme koping terbaik dalam mengatasi stresor yang dialami oleh individu (Stuart, 2013). Hal ini dikuatkan oleh penelitian Simbolon dan Simbolon (2021) bahwa mahasiswa yang menjalani OSCE menggunakan mekanisme koping yang berfokus pada masalah (63%). Penelitian ini menguatkan

penelitian Ayaz-Alkaya dan Simones (2022) yang menyimpulkan bahwa 10,41% mahasiswa keperawatan menggunakan jenis mekanisme koping yang berfokus pada masalah. Penelitian lainnya yang menguatkan hasil penelitian ini dilakukan oleh Nurhayati, Andari, dan Fredrika (2021) yang menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa menggunakan mekanisme koping yang berfokus pada masalah (83,1%). Hal ini dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harjanto dkk. (2018), bahwa mahasiswa yang memilih strategi mekanisme koping yang berfokus pada masalah jauh lebih tinggi (95%) dibandingkan dengan strategi mekanisme koping lainnya.

Mekanisme kedua yang paling banyak digunakan setelah *problem-focused* ialah mekanisme koping yang berfokus pada emosi atau *emotion-focused coping mechanism*. Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan yang menjalani ujian praktik laboratorium menggunakan jenis mekanisme koping yang berfokus pada emosi (50,7%). Akan tetapi, nilai tersebut tidak jauh berbeda dari jumlah responden yang memilih menggunakan mekanisme yang berfokus pada masalah (49,3%) (Lau, Agustina, dan Setiawan, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hanya ada satu responden yang dominan menggunakan mekanisme koping menghindar (*avoidance*) yang berguna sebagai upaya mengatasi stresor. Hal ini menguatkan penelitian yang dilakukan oleh Harjanto dkk. (2018) yang menunjukkan bahwa hanya 2 dari 80 mahasiswa saja yang menggunakan mekanisme koping menghindar (*avoidance*). Keterbatasan dalam penelitian ini ialah tidak dapat digeneralisasi dan perlu ditambahkan karakteristik selain usia.

SIMPULAN

Karakteristik mahasiswa yang menjalani

OSCE ialah berusia 21 tahun, memiliki tingkat kecemasan ringan, serta memiliki perilaku *self-harm* ringan. Perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan ialah memukul diri sendiri, sedangkan mekanisme koping yang paling banyak digunakan sebagai strategi mekanisme koping ialah mekanisme koping yang berfokus pada masalah.

Penelitian mengenai tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, dan mekanisme koping pada mahasiswa yang menjalani OSCE menjadi gambaran mengenai keadaan mahasiswa pada saat menjalani OSCE yang dianggap sebagai ujian tersulit. Peneliti berharap agar penelitian ini dapat menjadi pembelajaran mengenai betapa pentingnya untuk selalu memperhatikan kondisi kesehatan mental. Hal ini terutama perlu disadari oleh mahasiswa. Penyelenggaraan promosi kesehatan mengenai tingkat kecemasan, perilaku *self-harm*, dan mekanisme koping sebagai intervensi keperawatan jiwa diharapkan mampu menyadarkan mahasiswa akan keadaannya sehingga mahasiswa dapat segera mencari dan menemukan solusi terkait keadaan kesehatan jiwanya. Promosi kesehatan dapat dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, D., Fatria, R. Q., & Febrayosi, P. (2019). Analisis Butir Self-Harm Inventory. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(2): 396-402. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3880>.
- Awalinni, A., & Harsono, Y. T. (2023). Hubungan Antara Kesepian Dan Perilaku Non-suicidal Self-injury Pada Mahasiswa Psikologi di Kota Malang The Correlation Between Loneliness and Non-suicidal Self-Injury Behavior in Psychology Students at Malang City. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan Tahun*, 14(1): 43–59.
- Ayaz-Alkaya, S., & Simones, J. (2022). Nursing education stress and coping behaviors in Turkish and the United States nursing students: A descriptive study. *Nurse Education in Practice*, 59(2): 103292. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2022.103292>.
- Daniel, M., Rencic, J., Durning, S. J., Holmboe, E., Santen, S. A., Lang, V., Ratcliffe, T., Gordon, D., Heist, B., Lubarsky, S., Estrada, C. A., Ballard, T., Jr, A. R. A., Sergio, A., Silva, D., Cleary, T., Stojan, J., & Gruppen, L. D. (2019). *Clinical Reasoning Assessment Methods : A Scoping Review and Practical Guidance*, 94(6): 902–912. <https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000002618>.
- Ferreira, É. D. M. R., Pinto, R. Z., Arantes, P. M. M. H., Vieira, É. L. M., Teixeira, A. L., Ferreira, F. R., & Vaz, D. V. (2020). Stress, anxiety, self-efficacy, and the meanings that physical therapy students attribute to their experience with an objective structured clinical examination. *BMC Medical Education*, 20(1): 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02202-5>.
- García, F. E., Barraza-peña, C. G., Wlodarczyk, A., Alvear-carrasco, M., & Reyes-reyes, A. (2018). *Psychometric properties of the Brief-COPE for the evaluation of coping strategies in the Chilean population. Psicol Reflex Crit*, 31(1): 22.
- Giuliano, V. E. (1967). Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A). *Communications of the ACM*, 10(6): 342. <https://doi.org/10.1145/363332.363333>.
- Harjanto, T., Pratiwi, W. B., Puspasuci, S., & Hapsari, L. E. (2018). National Nurse Competence Examination: Anxiety, Perception and Coping Strategy Among Nursing Students. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(1): 32–37.

- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 2(1): 73-80. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>.
- Khasanah, M. L., Wuryanto, E., & Hidayati, T. (2014). Analisis Mekanisme Koping Mahasiswa Semester I Menghadapi Ujian OSCA (Objective Structured Clinical Assessment) di Akademi Keperawatan Muhammadiyah Kendal. *Prosiding Konferensi Nasional II PPNI Jawa Tengah*, hal 280–284.
- Kollárik, M., Heinzl, C. V., Miché, M., Lieb, R., & Wahl, K. (2022). Exam-related unwanted intrusive thoughts and related neutralizing behaviors: Analogues to obsessions and compulsions. *PLoS ONE*, 17(7): 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270692>.
- Kong, L., Gao, Z., Xu, N., Shao, S., Ma, H., He, Q., Zhang, D., Xu, H., & Qu, H. (2021). The relation between self-stigma and loneliness in visually impaired college students: Self-acceptance as mediator. *Disability and Health Journal*, 14(2): 101054. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.101054>.
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. (2020). Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 8(1): 20-25. <https://doi.org/10.20473/jps.v8i1.1500>.
- Lau, D. K., Agustina, V., Setiawan, H. (2019). Gambaran tingkat ansietas dan mekanisme koping pada mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian praktek laboratorium. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2): 215–226..
- Martin, R. D., & Naziruddin, Z. (2020). Systematic review of student anxiety and performance during objective structured clinical examinations. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 12(12): 1491–1497. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2020.07.007>.
- Mustofa, F. L., Oktobiannobel, J., & Sulesa. (2020). Gambaran kecemasan dalam menghadapi ujian osce ukmppd pada mahasiswa. *Jurnal Medika Malahayati*, 4(2): 137–145.
- Müller, S., Koch, I., Settmacher, U., & Dahmen, U. (2019). How the introduction of OSCEs has affected the time students spend studying: Results of a nationwide study. *BMC Medical Education*, 19(1): 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1570-6>.
- Novitasari, A., & Lahdji, A. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan dan Nilai Objective Structure Clinical Examination (OSCE) Blok Mahasiswa Kedokteran. *Syifa' MEDIKA: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(2): 51-57. <https://doi.org/10.32502/sm.v9i2.1657>.
- NurCita, B., & Susantiningsih, T. (2020). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Dan Physical Distancing Pada Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. *Journal of Borneo Holistic Health*, 3(1): 58–68.
- Nurhayati, Andari, F. N., & Fredrika, L. (2021). Identifying the Presence of Anxiety in Heart Failure Patients. *Journal of Nursing Practice*, 4(2): 204–211. <https://doi.org/10.30994/jnp.v4i2.122>.
- Potter, P., Perry, A. G., Stockert, P., Hall, A., & Ostendorf, W. (2017). Fundamentals of Nursing. In *Key to Success Staff Nurses Recruitment Exam* (9th ed.). St. Louis: Elsevier Health Sciences. https://doi.org/10.5005/jp/books/12954_32.
- Pratiwi, I. (2016). *Hubungan Coping Strategy dan Self-Efficacy dengan Kecemasan pada Karyawan Usia Produktif di*

- Bandung [Undergraduate thesis]. Departemen Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia. <http://repository.upi.edu/id/eprint/264>.
- Rachmawati, V., & Mustikasari, M. (2020). Tingkat Kecemasan dan Stres pada Mahasiswa yang Mengikuti Objective structure clinical examination (OSCE). *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 3(3): 157-164.
- Ramdan, I. M. (2019). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners*, 14(1): 33-40. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i2.1067>.
- Risky, D. E. A. (2019). Hubungan Strategi Koping Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil Preeklamsia Di Rumah Sakit Ibu Dan Anak Srikandi Ibi Jember. *Repository Universitas Jember*, 1(3): 1-56.
- Sansone, R. A., & Sansone, L. A. (2010). Measuring self-harm behavior with the self-harm inventory. *Psychiatry (Edgmont (Pa. : Township))*, 7(4): 16-20. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20508804>.
- Sari, D. P., Nugroho, H., & Iskandar, A. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman Sebelum Menghadapi OSCE. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4): 482-488. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.348>.
- Shipherd, J. C., & Fordiani, J. M. (2015). The Application of Mindfulness in Coping With Intrusive Thoughts. *Cognitive and Behavioral Practice*, 22(4): 439-446. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2014.06.001>.
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2021). Mekanisme Koping Dan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (OSCE). *Seminar Nasional Teknologi Terapan (SEMITERA)*, 1(1): 42-47.
- So, C., & Fiori, K. (2022). Attachment anxiety and loneliness during the first-year of college: Self-esteem and social support as mediators. *Personality and Individual Differences*, 187: 111405. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111405>.
- Stuart, G.W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. Eight edition. St. Louis: Mosby Year Book.
- Sumoked, A., Wowiling, F., & Rompas, S. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Semester III Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran yang Akan Mengikuti Praktek Klinik Keperawatan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1): 1-7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22897>
- Suyanto, S., & Isrovianingrum, R. (2018). Kecemasan Mahasiswa Perawat Sebelum Mengikuti Ujian Ketrampilan Di Laboratorium. *Journal of Health Sciences*, 11(2): 97-103. <https://doi.org/10.33086/jhs.v11i2.101>
- Taliaferro, L. A., Heerde, J. A., Bailey, J. A., Toubourou, J. W., & McMorris, B. J. (2023). Adolescent Predictors of Deliberate Self-Harm Thoughts and Behavior Among Young Adults: A Longitudinal Cross-National Study. *Journal of Adolescent Health*, 73(1): 61-69. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.01.022>.
- Townsend, M. C. (2014). *Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: Concept of Care in Evidence-Based Practice*. 5th edition. Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Varcarolis, E. M. (2017). *Essentials of Psychiatric Mental Health Nursing: A*

Communication Approach to Evidence Based Care. St. Louis: American Elsevier Publishing.

- Verenisa, A., Suryani, & Sriati, A. (2021). Gambaran Self-Injury Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1): 43–56.
- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric And Mental Health Nursing*. Eighth Edition. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Wu, D., Rockett, I. R. H., Yang, T., Feng, X., Jiang, S., & Yu, L. (2016). Deliberate self-harm among Chinese medical students: A population-based study. *Journal of Affective Disorders*, 202: 137–144. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.05.030>.
- Yuhelrida, Andriani, P., & Sofya, P. A. (2016). Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi OSCE FKG Unisyah. *Caninus, Journal Volume, Dentistry, 1*: 26–31. <http://www.jim.unsyiah.ac.id/JCD/article/view/1659>.
- Zhao, F. F. (2022). The association of loneliness, mindfulness, and optimism with self-directed learning among nursing students in China: A cross-sectional study. *Journal of Professional Nursing*, 38: 65–73. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.11.009>