

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN TINGKAT STRESS PASCA BENCANA BANJIR

Tisna Yanti, Yuffi Aliyupiudin, Anisya Fajar Rahmawati, Maula Rachma Putri,
Medy Jefriyan Yuliyansah
STIKes Wijaya Husada Bogor
Email: wijayahusada@gmail.com

ABSTRAK

Mekanisme Koping merupakan cara yang dilakukan untuk beradaptasi terhadap stres. Stres merupakan suatu sistem pertahanan tubuh dimana ada sesuatu yang mengusik integritas diri, sehingga mengganggu ketentraman yang dimaknai sebagai tuntutan yang harus diselesaikan. Bencana adalah peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam atau faktor non alam sehingga mengakibatkan dampak psikologis yang terjadi secara tiba-tiba. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress pasca bencana banjir. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini sebesar 35 responden dengan menggunakan teknik Random sampling. Instrumen penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner. Analisa data menggunakan Univariat dan Bivariat dengan uji Kendall's tau. Hasil penelitian didapatkan 34 responden (97,1%) dengan mekanisme koping adaptif. Berdasarkan tingkat stress didapatkan 28 responden (80,0%) dengan Tingkat Stress Ringan. Berdasarkan hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress pasca bencana banjir terdapat 28 responden (80,0%) didapatkan Mekanisme Koping adaptif dengan Tingkat Stress Ringan. Menunjukkan hasil adanya hubungan kedua variabel dengan nilai p value $0,015 < 0,05$. Kesimpulan pada penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tingkat stress pasca bencana. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan acuan agar masyarakat meningkatkan kesadaran dan pencegahan dalam menghadapi situasi stress dengan mekanisme koping yang baik/adaptif.

Kata Kunci : Mekanisme koping, Tingkat Stress, Bencana Banjir

ABSTRACT

The Coping mechanism is a way to adapt to stress. Stress is a defense system of the body where something disturbs one's integrity, thus disturbing the peace which is interpreted as a demand that must be resolved. Disasters are events that threaten and disrupt people's lives caused by natural or non-natural factors, resulting in sudden psychological impacts. The purpose of this study was to determine the relationship between coping mechanisms and stress levels after floods. This type of research uses analytical descriptive with a cross sectional approach. The sample in this study was 35 respondents using random sampling technique. The research instrument was obtained by distributing questionnaires. Data analysis used Univariate and Bivariate by testing (Kendall's tau). The results obtained 34 respondents (97.1%) with adaptive coping mechanisms. Based on the stress level, there were 28 respondents (80.0%) with Mild Stress Level. Shows the results of the relationship between the two variables with a p value of $0.015 < 0.05$. The conclusion in this study is that there is a significant relationship between coping mechanisms and post-disaster stress levels. This research is expected to provide an overview and reference so that people increase awareness and prevention in dealing with stressful situations with good / adaptive coping mechanisms..

Keywords: coping mechanism, stress, flood disaster

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa bagi manusia berarti terwujudnya keharmonisan fungsi jiwa dan sanggup menghadapi problem, merasa bahagia dan mampu diri. Orang yang sehat jiwa berarti mempunyai kemampuan menyesuaikan diri dengan diri sendiri, orang lain, masyarakat, dan lingkungan. Manusia terdiri dari bio, psiko, sosial dan

spiritual yang saling berinteraksi satu dengan yang lain dan saling mempengaruhi.¹

Kesehatan Jiwa adalah ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang

lain. Tercatat sebanyak 6% penduduk berusia 15-24 tahun mengalami gangguan jiwa. Di Indonesia, menimbang dan berbagai faktor biologis, psikologis, dan sosial dengan keanekaragaman penduduk Indonesia, maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia jangka panjang.¹

Dari data World Health Organization (WHO, 2016) menunjukkan bahwa jumlah penderita gangguan jiwa di Indonesia saat ini adalah mencapai sekitar 236 juta jiwa orang dengan kategori gangguan jiwa ringan 6% dari populasi dan 0,17% menderita gangguan jiwa berat, 14,3% diantaranya mengalami gangguan pasung. 60 juta terkena bipolar, serta 47,5 juta orang terkena demensia dan kejadian depresi akibat stres cukup tinggi hampir lebih 350 juta jiwa penduduk dunia mengalami depresi akibat stress dan merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia.

Pada tahun 2016, *International Health Metrics and Evaluation (IHME)* mengestimasi bahwa lebih dari 1,1 miliar penduduk di dunia mengalami penyakit gangguan mental (*mental disorder*) dan bergantung pada substansi aditif. Angka estimasi tersebut telah terwujud dengan persentase penduduk yang menderita gangguan mental paling banyak bermukim di wilayah Greenland (22,14% dari total populasi atau sekitar 12.440 jiwa). Peringkat kedua ditempati oleh Australia (21,73% dari populasi) dan ketiga ditempati oleh Amerika Serikat (21,56%). Sedangkan Iran berada di urutan kelima dengan porsi sekitar 19,93% serta merupakan satu-satunya negara dari kawasan Asia. Prevalensi gangguan mental semakin tinggi setiap tahunnya. Jenis gangguan mental dengan prevalensi tertinggi adalah penyakit anxiety, yang biasa dicirikan dengan

kecemasan/kepanikan yang berlebihan. Disusul oleh depresi, penggunaan alkohol dan narkoba dan bipolar. Meski tidak nampak secara fisik, penyakit gangguan mental dapat menimbulkan komplikasi sistemik dan berujung pada kematian. Sayangnya, masalah-masalah gangguan mental masih dipandang sebelah mata dan minim perhatian.⁵

Penderita gangguan jiwa yang ada diseluruh dunia ini sudah menjadi masalah serius dari dulu. Sebab di Amerika Serikat angka pasien gangguan jiwa cukup tinggi hingga mencapai 1/100 penduduk atau kurang lebih 300.000 pasien setiap tahunnya. Dan dari data Riskesdas menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Di Provinsi Jawa Barat pasien gangguan jiwa ringan hingga berat hingga mencapai angka 465.975 orang, naik 63% dari tahun 2012-2015 dengan angka penderita 296.943 orang.¹

Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan banyaknya keanekaragaman penduduk, maka akan meningkatkan jumlah kasus gangguan jiwa yang akan menimbulkan penurunan produktivitas manusia dan penambahan beban negara untuk jangka panjang (Kemenkes, 2016).²

Gangguan jiwa umumnya disebabkan adanya suatu tekanan (stresor) yang sangat tinggi pada individu sehingga orang tersebut mengalami suatu masa yang kritis. Faktor lain penyebab gangguan jiwa adalah adanya tekanan ekonomi atau kondisi sosial ekonomi. kondisi masyarakat yang kacau dan status sosial ekonomi yang rendah. Krisis ekonomi yang berat membuat banyak kasus-kasus yang

bermunculan karena stresor sosial ekonomi adalah stresor pokok bagi pencetus (Saputri, 2016).²

Tingginya kasus gangguan jiwa dari tahun ke tahun dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang mana penyebab terjadinya gangguan jiwa bervariasi tergantung jenis-jenis gangguan jiwa yang dialami. Penyebab gangguan jiwa dapat berupa Faktor biologis, faktor psikologis, faktor sosial-kultural dan penyebab gangguan jiwa ini juga dapat disebabkan oleh suatu keadaan atau bencana, baik bencana alam maupun bencana non alam. Dimana ketika seseorang mengalami suatu bencana baik bencana alam maupun non alam maka akan berdampak pada psikologis seseorang yang mana kondisi inilah yang dapat memicu timbulnya stress.²

Stress yang terjadi dilingkungan masyarakat yaitu stress bioekologi yaitu stress ekologi atau lingkungan seperti polusi, cuaca, termasuk bencana alam. Kehilangan orang yang dicintai dan kehilangan aset ekonomi akan menimbulkan gejala stress fisik maupun mental seperti, perasaan sedih, gangguan pola tidur, kemampuan berkonsentrasi menurun, perasaan takut, badan gemetar, dan lain-lain. Untuk mengatasi stress, traumatis, dan bangkit dari tekanan bencana alam diperlukan adaptasi stress untuk mengatasi tekanan atau ancaman yang terjadi dilingkungan. Adaptasi adalah suatu proses individual mempunyai kemampuan untuk mengatasi masalah atau berespon dengan tingkat yang berbeda-beda.³

Manusia dalam kehidupannya tidak pernah terlepas dari berbagai permasalahan salah satu contoh permasalahan dalam kehidupan kita seperti kehilangan pekerjaan, kehilangan orang yang dicintai. Dalam menghadapi permasalahan

tersebut, sangat dibutuhkan kesiapan mental. Pada kenyataannya gangguan mental sangat mengganggu dalam kehidupan manusia. Apabila mereka tidak mampu untuk memusatkan pikirannya dan tidak mampu membuat keputusan ketika dihadapi oleh suatu masalah maka mereka akan mudah untuk mengalami depresi. Individu yang mengalami depresi selalu menyalahkan diri sendiri, merasakan kesedihan yang mendalam dan rasa putus asa tanpa sebab.²

Indonesia merupakan Negara yang rawan mengalami bencana. Bencana merupakan peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam dan faktor non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda dan dampak psikologis. Bencana yang diakibatkan oleh faktor alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor. Sedangkan bencana yang diakibatkan oleh faktor non alam antara lain berupa gagal teknologi, gagal modernisasi, epidemik, dan wabah penyakit.¹²

Bencana banjir merupakan kejadian alam yang dapat terjadi setiap saat dan sering mengakibatkan hilangnya nyawa serta harta benda. Kerugian akibat banjir dapat berupa kerusakan pada bangunan, kehilangan barang-barang berharga, hingga kerugian yang mengakibatkan tidak dapat bekerja dan sekolah. Banjir tidak dapat dicegah, tetapi bisa dikontrol dan dikurangi dampak kerugian yang ditimbulkan.¹²

Mekanisme koping pasca bencana merupakan upaya-upaya yang dilakukan oleh korban bencana yang selamat untuk

melewati kondisi darurat pada “saat” dan setelah terjadi bencana dan untuk mengatasi masalah dan tekanan yang timbul agar dapat melanjutkan kehidupannya. Agar dapat bertahan, mereka harus memenuhi kebutuhan dasarnya, terutama makanan pokok dan air minum (kebutuhan pangan), pertolongan dan pelayanan kesehatan, dan tempat untuk berteduh/mengungsi. Setiap orang pada dasarnya mempunyai hak atas pangan.¹²

Pada tahun 2020 Menurut Badan Nasional Penanggulangan Bencana atau BNPB telah terjadi bencana alam di Indonesia dari 01-01-2020 sampai dengan 06-01-2020 telah terjadi 13 kejadian bencana alam yang menyebabkan korban jiwa 23 meninggal dan hilang, 2 luka-luka, 393.396 terdampak dan mengungsi. 240 rumah rusak berat, 132 rusak sedang, dan 1.517 rusak ringan.²²

Jawa barat tahun 2020 telah terjadi bencana alam dari 01-01-2020 sampai dengan 05-01-2020 telah terjadi 4 kejadian yang menyebabkan 21 meninggal dan hilang, 0 luka-luka, 391.625 terdampak dan mengungsi. 197 rumah rusak berat, 88 rusak sedang dan 484 rusak ringan. Bogor tahun 2020 telah terjadi bencana alam dari 01-01-2020 sampai dengan 01-01-2020 telah terjadi 1 kejadian bencana alam yang menyebabkan korban jiwa 11 meninggal dan hilang, 0 luka-luka, 22.504 terdampak dan mengungsi. 196 rumah rusak berat, 87 rusak sedang dan 474 rusak ringan.

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk terbesar ke empat di dunia. Data Badan Pusat Statistik (BPS) memperlihatkan bahwa laju pertumbuhan penduduk berada di kisaran 1,38% per tahun (2010-2015). Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2010 adalah sebanyak 237 641 326 jiwa, yang mencakup mereka yang bertempat tinggal di daerah perkotaan

sebanyak 118.320.256 jiwa (49,79 persen) dan di daerah perdesaan sebanyak 119.321.070 jiwa (50,21 persen). Jumlah desa di Indonesia saat ini mencapai 74.754 desa yang meliputi sekitar 80 persen wilayah daratan Indonesia. Permasalahan mendasar adalah konsentrasi penduduk sekarang mulai bergeser ke perkotaan yang hanya memiliki luas 20% dari total wilayah daratan. Kajian bersama antara BNPB dan BPS menghasilkan jumlah penduduk yang terpapar bahaya tanah longsor dan banjir. Kajian ini merupakan hasil tumpang susun (*overlay*) antara peta rawan bencana banjir dan tanah longsor dengan jumlah penduduk hasil sensus penduduk 2010. Kategori bahaya (sedang-tinggi) sebesar 184.761.291 hektar. Hasil kajian risiko ini lebih lanjut mengestimasi bahwa sebanyak 254 juta jiwa masyarakat Indonesian terpapar bahaya. Data bencana yang dikelola oleh BNPB pada tahun 2016 dan 2017 tercatat lebih dari 2.000 kali bencana. Data ini mengindikasikan bahwa bencana semakin sering terjadi di masa-masa yang akan datang.²³

Kondisi Leuwiliang saat ini terdapat 14 kampung terkena dampak banjir, ±300 rumah rusak terbawa banjir, ±1000 warga mengungsi dipengungsian. Banjir yang terjadi 01-01-2020 pukul 09:00 WIB juga menyebabkan korban jiwa 3 orang. Kondisi saat itu listrik yang dipergunakan warga dibatasi pada jam 05:00-21:00 WIB, jalanan yang terputus sepanjang 20km sampai jalan utama menyebabkan bantuan yang diterima warga sedikit terhambat. Dalam 3 hari pertama setelah banjir warga hanya memenuhi kebutuhan sehari-hari seadanya baik sandang, pangan maupun papan. Untuk pangan sendiri 3 hari setelah kejadian sangat sulit sehingga menyebabkan beberapa anak dan orangtua mengalami kelaparan dan makan seadanya,

banyak anak-anak yang menangis karena lapar dan ingin tidur memakai selimut.

Berdasarkan studi pendahuluan awal yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor pada tanggal 30 Januari 2020 didapatkan hasil 10 warga merasa sangat sedih kehilangan harta benda, 5 dari yang lainnya sudah pasrah dengan keadaan pasca banjir saat ini.

Berdasarkan pada latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap “Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Alam Banjir Pada Masyarakat Di Wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor” maka dapat mengetahui bagaimana mekanisme koping atau upaya-upaya apa saja yang akan dilakukan saat terjadi serta pasca bencana alam banjir dan seberapa berat tingkat stress yang dialami warga pasca bencana yang dialami.

METODE

Metode penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini seluruh masyarakat yang berada dipengungsian tepatnya dilapangan, wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor, Berdasarkan data yang diperoleh dari penanggung jawab posko pengungsian terdapat 893 jiwa dari salah satu pengungsian di wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor. Jumlah sampel yaitu sebanyak 35 warga wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner. Analisa data menggunakan Analisa univariat dan bivariat dengan uji *kendall tau*.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Mekanisme Koping Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Adaptif	34	97,1
2.	Maladaptif	1	2,9
Total :		35	100%

Berdasarkan hasil Tabel diatas diketahui bahwa dari 35 responden, distribusi frekuensi Mekanisme Koping Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 34 responden (97,1%) dengan mekanisme koping adaptif.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Ringan	28	80,0%
2.	Sedang	6	17,1%
3.	Berat	1	2,9%
Total :		35	100%

Berdasarkan hasil Tabel di atas diketahui bahwa dari 35 responden, distribusi frekuensi Tingkat Stress Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 28 responden (80,0%) dengan Tingkat Stress Ringan.

Tabel 3
Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor

Mekanisme	Tingkat Stress Pasca Bencana								P
	Ringan		Sedang		Berat		Total		
Koping	F	%	F	%	F	%	F	%	Value
Adaptif	28	80,0%	6	17,1%	0	0,0%	34	97,1%	0,015
Maladaptif	0	0,0%	0	0,0%	1	2,9%	1	2,9%	
Total	28	80,0%	6	17,1%	1	2,9%	35	100%	

Berdasarkan hasil Tabel di atas diketahui bahwa dari 35 responden, Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 28 responden (80,0%) didapatkan Mekanisme Koping adaptif dengan Tingkat Stress Ringan.

PEMBAHASAN

a. Mekanisme koping

Berdasarkan hasil penelitian dari 35 responden, menyatakan bahwa sebagian besar mekanisme koping pada warga masyarakat memiliki mekanisme koping yang adaptif yaitu sebanyak 34 responden (97,1 %).

Mekanisme Koping Adaptif Merupakan koping yang memiliki fungsi integratif dari pertumbuhan, belajar dan mencapai tujuan. Individu dalam menghadapi ancaman atau tuntutan nya mampu untuk memecahkan masalah dengan cara efektif, dapat terbuka dengan orang lain tentang masalahnya, melakukan teknik relaksasi dan melakukan aktifitas secara konstruktif.

Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian Asnayanti dengan judul Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kejadian Stres Pasca Bencana Alam Pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate, Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat

kelurahan tubo dengan kategori mekanisme koping adaptif 39 responden (78%) .

Berdasarkan teori dan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan Di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor dengan jumlah 35 responden, bahwa sebagian besar responden melakukan mekanisme koping dalam kategori adaptif yaitu sebanyak 34 (97,1 %). Hal itu diperkuat dari hasil item kuesioner yang telah peneliti berikan kepada responden melalui Google Formulir.

Menurut asumsi peneliti bahwa baiknya mekanisme koping yang dilakukan kepada diri sendiri dapat membentuk karakter serta mengembangkan psikologis yang berdampak positif untuk dijadikan pedoman di kehidupan sehari-hari.

b. Tingkat Stress

Berdasarkan hasil penelitian dari 35 responden, menyatakan bahwa sebagian besar tingkat stress dalam batasan ringan pasca bencana banjir sebanyak 28 responden (80,0%).

Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan dan dihadapi oleh setiap orang secara teratur seperti lupa, kebanyakan tidur, kemacetan, dikritik. Situasi seperti ini biasanya berakhir dalam beberapa menit atau beberapa jam dan biasanya tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus. Tingkat stres dikatakan ringan apabila stresor yang dihadapi setiap orang secara teratur. Keadaan ini terjadi dalam beberapa menit atau hitungan jam. Stres ringan tidak menyebabkan resiko penyakit,

namun bila jumlah stresornya banyak dalam waktu singkat dapat meningkatkan resiko penyakit.

Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian Asnayanti dengan judul Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kejadian Stres Pasca Bencana Alam Pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat kelurahan tubo dengan kategori stress ringan 33 responden (66%).

Berdasarkan teori dan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor dengan jumlah 35 responden, bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stress dalam kategori ringan yaitu sebanyak 28 (80,0%). Hal itu diperkuat dari hasil item kuesioner Google Formulir yang telah peneliti berikan kepada responden.

Menurut asumsi peneliti bahwa baiknya tingkat stress pada warga masyarakat dapat memberi pengaruh terhadap kehidupan sosial warga itu sendiri dan dapat melatih kesabaran sehingga dapat berkembangnya sikap ingin selalu bersabar akan segala sesuatu.

c. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor

Hasil Analisa Bivariat diperoleh hasil dari 35 responden, terdapat 34 (97,1 %) responden yang memiliki mekanisme koping Adaptif dengan nilai p value $0,015 \leq 0,05$. Yang artinya ada hubungan antara Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Wilayah kerja

Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor.

Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian Asnayanti dengan judul Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kejadian Stres Pasca Bencana Alam Pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat kelurahan tubo dengan kategori stress ringan 33 responden (66%) dengan kategori mekanisme koping adaptif 39 responden (78%) hasil uji statistik menunjukkan nilai = 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa nilai lebih kecil dari alfa (≤ 0.05) dengan demikian H_0 ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan mekanisme koping dengan kejadian stress pasca bencana alam.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat keselarasan antara teori dengan hasil penelitian yaitu bahwa mekanisme koping berpengaruh terhadap tingkat stress. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang peneliti lakukan bahwa 34 responden (97,1%) memiliki mekanisme koping Adaptif dalam menghadapi Tingkat stress. Menurut analisa peneliti disimpulkan bahwa Respon koping adaptif merupakan suatu respon positif dari stresor dimana stress dapat meningkatkan atau menghasilkan hal-hal yang baik.

KESIMPULAN

1. Diketahui hasil distribusi frekuensi Mekanisme Koping di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 34 (97,1%) responden dengan Mekanisme Koping Adaptif.

2. Diketahui hasil distribusi frekuensi Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 28 (80,0%) responden dengan Tingkat Stress Ringan.
3. Diketahui hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress pasca bencana banjir di Wilayah Kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor terdapat 28 (80,0%) responden memiliki mekanisme koping dalam menghadapi tingkat stress Ringan dalam kategori Adaptif. Berdasarkan hasil analisis bivariate menggunakan uji analisis Kendal Tau diperoleh nilai p value sebesar $0,015 \leq 0,05$ (alpha) sehingga H_0 diterima. Menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Wilayah kerja Puskesmas Leuwiliang Kabupaten Bogor.
4. Deny Hidayati (2016) coping strategy pada darurat bencana pembelajaran dari masyarakat bantul menghadapi gempa pusat penelitian kependudukan LIPI
5. Data Publikasi Online Masalah Penyakit Global Ourworldindata.org.2016
6. Muna Musthofa (2017) Sumber Stress Dan Mekanisme Koping Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
7. Aprilia Findayani (2016) Kesiapsiagaan Masyarakat Dalam Penanggulangan Banjir Dikota Semarang Sarjana Program Studi Disaster Management Kyoto University Japan.
8. Tyas Ardi Suminarsis (2016) Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Praktek Belajar Lapangan Di Rumah Sakit Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
9. Elis Angeria (2018) Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Terminal Dengan Kanker Serviks Di Rumah Sakit Umum Vina Estetica Medan Magister Administrasi Keperawatan Universitas Sumatera Utara
10. Fitriyani Rahayu (2015) Hubungan Tingkat Stress Dengan Strategi Koping Yang Digunakan Siswa-Siswi Akselerasi SMA 2 Kota Tangerang. Skripsi . Universitas Islam Negeri Jakarta.
11. Evelyn Agustina (2018) Gambaran Tingkat Stress Kerja Dengan Mekanisme Koping Perawat Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Husada Jakarta . Skripsi. Fakultas Kesehatan Keperawatan Universitas Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Falerisiska Yunere (2018) hubungan mekanisme koping dengan resiko terjadinya depresi pada korban pasca bencana kebakaran tubo dipasar bukit tinggi STikes Perintis Padang
2. Angelis Meilan Saragih (2017) Stres Dan Mekanisme Koping Remaja Korban Erupsi Gunung Sinabung Diposko Pengungsian Erupsi Gunung Sinabung Kabanjahe Kabupaten Karo Universitas Sumatera Utara
3. Asnayati (2013) Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stres Pasca Bencana Alam Pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi