

CURRENT ISSUE

Vol. 6 No. 1 (2026)

PUBLISHED: 20-03-2026

Articles

Eksplorasi Hubungan Antara Fear of Missing Out dan Social Connectedness pada Generasi Milenial

Nurul Huda, Almira Kusumaningrum, Dina Kusuma Astuti

1-10

 **PDF**

Implementasi Program Literasi Digital Untuk Penanggulangan Kenakalan Remaja di Nagari Panyakalan

Yana Maulidia Jusra, Isbandi Rukminto Adi

11-22

 **PDF**

Model Analisis Kebijakan Heuristik, Evaluatif, dan Kritis dalam Pengembangan Kurikulum Pendidikan Agama Islam

Nirmala Hidayati, Hermiati Hermiati, Muhlisin Muhlisin, Muchamad Fauyan

23-34

 **PDF**

Eksplorasi Dialektis Nilai Pendidikan Karakter Hindu dalam Narasi Kritis Geguritan Pan Bungklung

I Made Luwih

35-47

 **PDF**

Implementasi Konsepsi Ke-Esaan Tuhan Dalam Tri Murti Puja di Pura Samuantiga

Perspektif Komunikasi Hindu

I Wayan Wirta, Anggara Putu Dharma Putra, Sintyananda Gayatri, Made Suta



Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA

Tiara Alya Fauziyah, David Tjahyadi

71-77



Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Eating Disorder Pada Remaja SMA

Sahat Elia Carlos Siahaan, David Tjahyadi

78-84



[VIEW ALL ISSUES](#) >

Journal title	Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin
Accreditation	Sinta 4
Email	metta.jurnalilmumultidisiplin@gmail.com
Frequency	Quarterly (March, June, September, December)
DOI	10.37329/metta by Crossref
ISSN	2798-7329
Editor-in-chief	Ni Made Sumantri
Publisher	Jayapangus Press

Before submission, you have to make sure that your paper is prepared using the [Paper Template](#). Interested in submitting to this journal? We recommend that you review the [About the Journal](#) page for the journal's section policies, as well as the [Author Guidelines](#). Authors need to [Register](#) with the journal prior to submitting or, if already registered, can simply [Login](#) and begin the five-step process.

Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin Indexed By :



is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](#).

NATIONAL ACCREDITATION



sinta
Science and Technology Index

S4

EDITORIAL TEAM

REVIEWER

FOCUS AND SCOPE

PUBLICATION FREQUENCY

COPYRIGHT NOTICE

AUTHOR GUIDELINES

PUBLICATION ETHICS

VISITOR STATISTICS



[View My Stats](#)



ACCREDITATION



TEMPLATE



TOOLS



Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin Published by;

Jayapangus Press, Denpasar, Bali

Jalan Antasura, Peguyangan Kangin, Kec. Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali, Indonesia
80115

Platform &
workflow by
OJS / PKP

Editorial Team

Editor In Chief

Ni Made Sumantri, Jayapangus Press, Bali, Indonesia [[Google Scholar](#)]

Editor

Erwin Putera Permana, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jawa Timur, Indonesia [[Google Scholar](#)] [[Sinta](#)] [[Scopus](#)]

Edy Fachrial, Universitas Prima Indonesia, Medan, Indonesia [[Google Scholar](#)] [[Sinta](#)] [[Scopus](#)]

Edy Winarno, Universitas Stikubank (UNISBANK) Semarang, Jawa Tengah, Indonesia [[Google Scholar](#)] [[Sinta](#)] [[Scopus](#)]

M. Muslihudin, STMIK Pringsewu, Lampung, Indonesia [[Google Scholar](#)] [[Sinta](#)] [[Scopus](#)]

Firmanul Catur Wibowo, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia [[Google Scholar](#)] [[Sinta](#)] [[Scopus](#)]

Copyeditor

Hary Yati Paramitha, Jayapangus Press, Bali, Indonesia [[Google Scholar](#)]

Layout Editor

Agus Budiayasa, Jayapangus Press, Bali, Indonesia

NATIONAL ACCREDITATION



sinta
Science and Technology Index

S4

EDITORIAL TEAM

REVIEWER

FOCUS AND SCOPE

PUBLICATION FREQUENCY

COPYRIGHT NOTICE

AUTHOR GUIDELINES

PUBLICATION ETHICS

VISITOR STATISTICS



[View My Stats](#)



ACCREDITATION



TEMPLATE



TOOLS



Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin Published by;

Jayapangus Press, Denpasar, Bali

Jalan Antasura, Peguyangan Kangin, Kec. Denpasar Utara, Kota Denpasar, Bali, Indonesia
80115

Platform &
workflow by
OJS / PKP

Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA

Tiara Alya Fauziyah, David Tjahyadi*

Universitas Trisakti, Jakarta, Indonesia

*davesaboch@trisakti.ac.id

Abstract

Adolescence is a vulnerable developmental period marked by increased risk of mental health problems. Coping skills and empathy are important psychological factors that may influence adolescent mental well-being. This study examined the relationships among coping skills, empathy, and mental health among high school students using a cross-sectional quantitative design with 152 participants. Data were collected using the Brief COPE, Basic Empathy Scale (BES), and Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20), and analyzed using Pearson correlation. Findings indicated that adaptive coping skills were significantly associated with fewer symptoms of emotional mental disorders. In contrast, empathy showed a significant positive correlation with mental disorder symptoms. This paradoxical finding suggests that while empathy is socially beneficial, high levels of empathy may increase psychological vulnerability when not accompanied by adequate emotional regulation. These results highlight the importance of strengthening adaptive coping strategies while simultaneously fostering balanced empathy supported by emotional regulation skills in adolescent mental health interventions.

Keywords: Mental Health; Coping Skills; Empathy; Adolescent; High School

Abstrak

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang rentan terhadap masalah kesehatan mental. Keterampilan koping dan empati merupakan faktor psikologis yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental remaja. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara keterampilan koping, empati, dan kesehatan mental siswa SMA dengan desain kuantitatif *cross-sectional* pada 152 responden. Data dikumpulkan menggunakan *Brief COPE*, *Basic Empathy Scale* (BES), dan *Self-Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20), serta dianalisis menggunakan korelasi *Pearson*. Hasil menunjukkan bahwa keterampilan koping adaptif berhubungan secara signifikan dengan gejala gangguan mental emosional yang lebih rendah. Sebaliknya, empati berkorelasi positif secara signifikan dengan gejala gangguan mental. Temuan ini mengindikasikan bahwa empati yang tinggi, tanpa disertai regulasi emosi yang memadai, dapat meningkatkan kerentanan psikologis. Hasil penelitian menegaskan pentingnya penguatan keterampilan koping adaptif serta pengembangan empati yang seimbang dalam intervensi kesehatan mental remaja.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Keterampilan Koping; Empati, Remaja; SMA

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang signifikan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-19 tahun, periode yang ditandai dengan peningkatan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental (WHO, 2024). Patton

et al., (2016) menegaskan bahwa masa remaja ditandai oleh perkembangan otak yang dinamis, di mana interaksi dengan lingkungan sosial membentuk kapabilitas yang akan dibawa individu hingga dewasa. Pada fase ini, remaja cenderung mengeksplorasi lingkungan, menyukai tantangan, dan sering mengambil keputusan secara impulsif, sehingga berpotensi meningkatkan risiko terhadap kesejahteraan psikososial mereka (Aisyaroh et al., 2022).

Data nasional menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental remaja di Indonesia merupakan isu yang signifikan. Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS) tahun 2022 melaporkan sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental (Sari et al., 2024). Studi lain di Jakarta juga menunjukkan prevalensi yang serupa pada siswa SMA (Simanjaya & Subroto, 2025). Munculnya masalah kesehatan mental pada remaja dapat dipicu oleh beragam faktor. Perubahan yang terjadi dalam ranah biologis, psikologis, dan sosial dapat berperan ganda, baik sebagai faktor risiko maupun sebagai faktor pelindung (Florensa et al., 2023).

Kondisi ini menunjukkan perlunya identifikasi faktor-faktor psikologis yang berperan sebagai faktor risiko maupun faktor protektif terhadap kesehatan mental remaja. Salah satu faktor yang banyak dikaji adalah keterampilan koping. Permadi, Syafiuddin, Mangiwa & Ramdhani (2024) mendefinisikan keterampilan koping sebagai strategi kognitif dan tindakan perilaku yang dijalankan seseorang dalam menanggapi situasi yang dianggap membebani atau melebihi kemampuannya untuk menghadapi tuntutan internal dan eksternal.

Definisi serupa juga dikemukakan oleh Folkman (2013) yang menyatakan bahwa koping merupakan strategi kognitif dan perilaku yang digunakan individu dalam menghadapi situasi stres. Strategi koping adaptif, seperti pemecahan masalah dan regulasi emosi, diketahui berperan sebagai faktor protektif terhadap distress psikologis, sedangkan koping maladaptif berhubungan dengan peningkatan risiko gangguan mental (Kurniawaty & Purnama, 2023). Hal ini diperkuat oleh temuan meta-analisis Compas et al., (2017) yang menunjukkan bahwa domain luas regulasi emosi dan koping adaptif, termasuk *primary control coping* dan *secondary control coping*, berhubungan dengan tingkat gejala psikopatologi yang lebih rendah pada anak dan remaja.

Sebaliknya, koping maladaptif, *disengagement coping*, serta strategi seperti supresi emosi, penghindaran, dan penyangkalan berkaitan dengan tingkat gejala psikopatologi yang lebih tinggi (Compas et al., 2017). Di sisi lain, empati juga memiliki peran penting dalam perkembangan sosial dan emosional remaja. Goleman (2007) dikutip dalam Bilqisti et al., (2023) mendefinisikan empati sebagai kemampuan untuk memahami emosi dan persoalan orang lain, melihat dari sudut pandang mereka, serta menghargai perbedaan yang ada.

Memperkuat konsep ini, Cooper (2011) dikutip dalam Yaqin (2021) menegaskan bahwa esensi empati terletak pada perasaan bersama orang lain, bukan sekadar perasaan yang ditujukan untuk orang lain. Kemampuan ini memungkinkan individu memahami dan merasakan emosi orang lain, sehingga memperkuat hubungan interpersonal. Empati memungkinkan individu memahami dan merasakan emosi orang lain, sehingga memperkuat hubungan interpersonal. Namun, penelitian terbaru menunjukkan bahwa empati afektif yang tinggi dapat meningkatkan kerentanan terhadap gejala depresi melalui mekanisme *empathic distress*, terutama pada remaja yang belum memiliki regulasi emosi yang matang (Yan et al., 2021).

Meskipun peran koping dan empati telah banyak diteliti, sebagian besar penelitian mengkaji kedua variabel tersebut secara terpisah. Penelitian yang menganalisis hubungan simultan antara keterampilan koping dan empati terhadap kesehatan mental remaja, khususnya dalam konteks Indonesia, masih terbatas. Padahal, interaksi keduanya

berpotensi menghasilkan dinamika psikologis yang kompleks, di mana koping dapat berfungsi sebagai faktor protektif sementara empati dalam kondisi tertentu dapat meningkatkan kerentanan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara keterampilan koping dan empati dengan kesehatan mental remaja SMA secara simultan, guna memberikan dasar ilmiah bagi pengembangan intervensi kesehatan mental yang lebih komprehensif.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi target adalah seluruh siswa kelas XII SMAN 89 Jakarta. Sampel penelitian berjumlah 152 siswa yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Kriteria inklusi meliputi siswa kelas XII yang bersedia berpartisipasi dan menandatangani *informed consent*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner mandiri yang terdiri atas tiga instrumen. Keterampilan koping diukur menggunakan *Brief COPE Inventory* (28 item), empati diukur menggunakan *Basic Empathy Scale* (BES) (20 item), dan gejala gangguan mental emosional diukur menggunakan *Self-Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20). Uji reliabilitas pada sampel penelitian ini menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,761 untuk *Brief COPE*, 0,856 untuk BES, dan 0,859 untuk SRQ-20, yang menunjukkan konsistensi internal yang baik. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$). Namun, mengingat ukuran sampel yang besar ($n = 152$), analisis korelasi tetap menggunakan uji *Pearson* dengan mempertimbangkan prinsip *Central Limit Theorem*. Analisis data dilakukan melalui analisis univariat dan bivariat menggunakan SPSS versi 27. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti dengan nomor persetujuan etik: 070/KER/FK/08/2025.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Sebanyak 152 siswa kelas XII berpartisipasi dalam penelitian ini. Mayoritas responden berada pada rentang usia 17-18 tahun dan didominasi oleh perempuan. Sebagian besar menunjukkan kecenderungan penggunaan strategi koping adaptif serta tingkat empati pada kategori sedang hingga tinggi. Namun demikian, lebih dari separuh responden menunjukkan indikasi potensi gangguan mental emosional berdasarkan skor SRQ-20 (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n sampel =152)	Persentase (%)
Usia		
16	2	1,3%
17	68	44,7%
18	72	47,4%
19	10	6,6%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	62	40,8%
Perempuan	90	59,2%
Keterampilan Koping		
Adaptif	140	92,1%
Maladaptif	12	7,9%
Empati		
Rendah	1	0,7%

Sedang	94	61,8%
Tinggi	57	37,5%
Kesehatan Mental		
Potensi gangguan mental emosional	89	58,6%
Tidak ada potensi gangguan mental emosional	63	41,4%

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 2 Secara deskriptif, ketiga variabel menunjukkan variasi skor yang cukup luas. Rata-rata skor SRQ-20 berada pada kategori yang mengindikasikan adanya gejala distres emosional pada sebagian responden. Skor empati dan koping menunjukkan kecenderungan nilai yang relatif tinggi pada populasi ini

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (n=152)

Variabel	Skala Teoritis	Mean $\pm$ SD	Rentang Aktual
SRQ-20	0-20	7,03 $\pm$ 4,75	0-18
BES	20-100	70,30 $\pm$ 10,88	41-100
Brief Cope	28-112	82,60 $\pm$ 8,58	61-104

Sumber: Data Primer, 2025

2. Analisis Hubungan

Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan hubungan yang signifikan antara variabel penelitian. Keterampilan koping berkorelasi negatif dengan gejala gangguan mental emosional, sedangkan empati berkorelasi positif dengan gejala tersebut. Hubungan antara empati dan keterampilan koping tidak menunjukkan signifikansi statistik (Tabel 3). Meskipun uji normalitas menunjukkan $p < 0,05$, analisis tetap menggunakan *Pearson* karena ukuran sampel yang besar ($n = 152$) dan skor merupakan skor total, sehingga distribusi mendekati normal berdasarkan *Central Limit Theorem*.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	Koefisien Korelasi (ρ)	Nilai p	Interpretasi
Koping - Kesehatan Mental	-0.252	0.002	Hubungan negatif signifikan
Empati - Kesehatan Mental	0.230	0,004	Hubungan positif signifikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan koping berkorelasi negatif secara signifikan dengan gejala gangguan mental emosional. Temuan ini konsisten dengan teori stres-koping yang menempatkan strategi koping adaptif sebagai mekanisme protektif terhadap distres psikologis (Folkman, 2013). Temuan korelasi negatif antara koping adaptif dan gejala gangguan mental dalam penelitian ini juga mendukung teori bahwa keterampilan koping efektif berfungsi sebagai mekanisme protektif terhadap stres (Mayangsari, Shinta & Widianoro, 2022).

Strategi adaptif seperti *problem-focused coping* dan *active coping* membantu individu mengelola tuntutan akademik maupun sosial secara konstruktif, sehingga mencegah akumulasi tekanan emosional. Sejalan dengan itu, penelitian pada remaja di Indonesia menunjukkan bahwa penggunaan koping adaptif berkaitan dengan tingkat stres yang lebih rendah dan kesehatan mental yang lebih baik (Kurniawaty & Purnama, 2023; Umjani, 2024). Gul et al., (2023) juga menemukan bahwa keterampilan koping adaptif, seperti pemecahan masalah dan restrukturisasi kognitif, memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis remaja.

Namun, temuan ini berbeda dengan hasil penelitian Esi Afriyanti, Vidrianta & Oktarina (2024) yang tidak menemukan hubungan signifikan antara keterampilan koping

dan tingkat kecemasan pada mahasiswa. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan alat ukur, karakteristik partisipan, serta konstruk kesehatan mental yang diteliti. Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan antara koping dan kesehatan mental dapat bervariasi tergantung pada konteks, populasi, dan aspek kesehatan mental yang diukur. Sebaliknya, empati menunjukkan korelasi positif yang signifikan dengan gejala gangguan mental emosional. Meskipun empati sering dipandang sebagai kompetensi sosial yang mendukung relasi interpersonal, temuan ini menegaskan bahwa empati khususnya dimensi afektif dapat memiliki sisi kerentanan.

Meta-analisis Yan et al., (2021) menunjukkan bahwa empati afektif berkorelasi positif dengan depresi pada remaja, terutama melalui mekanisme *empathic distress*. Adapula konsep empati sebagai *risky strength* dikemukakan oleh Tone & Tully (2014) yang menjelaskan bahwa empati dapat meningkatkan risiko distress personal dan rasa bersalah interpersonal ketika hadir dalam tingkat ekstrem dan tidak diimbangi regulasi emosi yang memadai. Kondisi ini pada akhirnya dapat memicu gejala internalisasi seperti depresi dan kecemasan (Tone & Tully, 2014). Dalam kondisi ini, individu tidak hanya memahami emosi orang lain, tetapi juga menyerap dan menginternalisasikan emosi negatif tersebut secara berlebihan.

Wang & Kim (2024) juga menekankan bahwa *empathic distress* dapat meningkatkan beban emosional dalam interaksi sosial, khususnya ketika kapasitas regulasi emosi belum berkembang secara optimal. Perbedaan temuan dengan penelitian Setiawan et al., (2024) yang melaporkan hubungan positif antara empati dan kesehatan mental, kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan konstruk yang diukur. Penelitian tersebut menilai aspek kesejahteraan psikologis positif, sedangkan penelitian ini mengukur gejala gangguan mental emosional menggunakan SRQ-20.

Hal ini menunjukkan bahwa empati dapat berfungsi sebagai faktor protektif dalam konteks *well-being*, tetapi berpotensi menjadi faktor risiko ketika dikaitkan dengan internalisasi distress. Tidak ditemukannya hubungan signifikan antara empati dan keterampilan koping mengindikasikan bahwa kedua konstruk ini bekerja secara relatif independen dalam memengaruhi kesehatan mental remaja (Ogińska-Bulik & Michalska, 2022). Remaja dengan empati tinggi belum tentu memiliki strategi koping yang memadai untuk mengelola beban emosional tersebut.

Ketidakseimbangan ini berpotensi memperbesar risiko distress psikologis. Dalam konteks budaya Indonesia yang cenderung kolektivistik, empati dan sensitivitas sosial merupakan nilai yang dijunjung tinggi. Remaja didorong untuk menjaga harmoni sosial dan memahami kondisi emosional orang lain. Namun, dalam situasi tekanan akademik dan sosial yang meningkat, tuntutan untuk selalu responsif terhadap emosi lingkungan dapat menjadi sumber tekanan emosional tersendiri. Tanpa dukungan regulasi emosi dan strategi koping yang adaptif, empati yang tinggi dapat berkembang menjadi beban psikologis.

Hal ini menunjukkan bahwa dinamika empati pada remaja Indonesia tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial-budaya yang menekankan relasi interpersonal dan tanggung jawab sosial. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperlihatkan dinamika ganda dalam faktor psikologis remaja: keterampilan koping berperan sebagai faktor protektif terhadap gangguan mental emosional, sedangkan empati dalam tingkat tertentu dapat meningkatkan kerentanan psikologis melalui mekanisme *empathic distress*. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi kesehatan mental yang tidak hanya meningkatkan empati, tetapi juga memperkuat regulasi emosi dan strategi koping adaptif agar empati tidak berkembang menjadi sumber distress.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan koping dan empati memiliki hubungan yang berbeda dan signifikan dengan kesehatan mental siswa SMA. Strategi koping adaptif berperan sebagai faktor protektif terhadap gejala gangguan mental emosional, sedangkan tingkat empati yang lebih tinggi berkorelasi dengan peningkatan kerentanan psikologis, khususnya dalam konteks distress emosional. Temuan ini menegaskan bahwa pengembangan kesehatan mental remaja perlu dilakukan secara komprehensif. Intervensi tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan empati sebagai kompetensi sosial, tetapi juga harus disertai dengan penguatan regulasi emosi dan strategi koping adaptif agar empati tidak berkembang menjadi beban emosional. Secara praktis, hasil penelitian ini merekomendasikan pengembangan program berbasis sekolah yang meliputi:

1. *Coping skills training*, seperti pelatihan *problem-solving*, manajemen stres, dan teknik *cognitive reframing* untuk membantu siswa mengelola tekanan akademik maupun sosial secara konstruktif.
2. *Emotional regulation training*, khususnya bagi siswa dengan tingkat empati tinggi, untuk meningkatkan kemampuan mengenali, membatasi, dan meregulasi respons emosional terhadap distress orang lain.
3. Integrasi materi kesehatan mental dalam kegiatan bimbingan konseling sekolah, termasuk psikoedukasi mengenai *empathic distress* dan pentingnya keseimbangan antara empati dan batasan emosional (*emotional boundaries*).
4. Pelibatan guru dan konselor sekolah dalam deteksi dini gejala distress emosional serta pendampingan berbasis keterampilan regulasi emosi.

Dengan pendekatan yang terintegrasi antara penguatan empati dan keterampilan koping adaptif, sekolah dapat berperan sebagai lingkungan protektif yang mendukung perkembangan psikologis remaja secara lebih optimal.

Daftar Pustaka

- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41-51.
- Afriyanti, E., Vidrianta, D. C., & Oktarina, E. (2024). Perbedaan Kecemasan dan Koping Mahasiswa Program A dan Program B dalam Penyelesaian Skripsi: Differences in Anxiety and Coping of Program A and Program B Students in Thesis Completion. *NERS Jurnal Keperawatan*, 20(2), 120-129.
- Bilqisti, B. S., Salsabila, M. S., Fitriani, A., & Aksir, R. P. (2023). Empati Dan Sikap Terhadap Lingkungan Dengan Perilaku Pro-Lingkungan Pada Remaja Akhir. *Indonesian Psychological Research*, 5(1), 43-51.
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., & Thigpen, J. C. (2017). Coping, Emotion Regulation, And Psychopathology In Childhood And Adolescence: A Meta-Analysis And Narrative Review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939-991.
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112-117.
- Folkman, S. (2013). *Stress: Appraisal And Coping*. Cham: Springer International Publishing.

- Gul, S., Malik, S., Altaf, S., & Asghar, H. (2023). Understanding The Impact Of Bereavement, Coping Strategies, And Psychological Well-Being In Young Adolescents: A Correlational Study. *Journal of Health and Rehabilitation Research*, 3(2), 1128-1132.
- Kurniawaty, Y., & Purnama, N. L. A. (2023). Strategi Koping Berhubungan Dengan Stres Remaja SMA di Surabaya. *Jurnal Keperawatan Stikes Kendal*, 15(3), 1139-1148.
- Mayangsari, W., Shinta, A., & Widianoro, F. W. (2022). Studi Kasus Strategi Coping Stres Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Kecenderungan Psikosomatis Di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 37-47.
- Ogińska-Bulik, N., & Michalska, P. (2022). The Role Of Empathy And Cognitive Trauma Processing In The Occurrence Of Professional Posttraumatic Growth Among Women Working With Victims Of Violence. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 35(6), 679-692.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., & Viner, R. M. (2016). Our Future: A Lancet Commission On Adolescent Health And Wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423-2478.
- Permadi, R., Syafiuddin, I. S. A., Mangiwa, I. A., & Ramdhani, C. (2024). Pengelolaan Stres Dan Keterampilan Coping Mahasiswa Baru Menggunakan Brief COPE: Studi Deskriptif. *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 8.
- Sari, P. Y., Sulistyowati, E. T., Istiqomah, Iswantingsih, E., & Nugroho, H. (2024). Kondisi Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 495-500.
- Setiawan, F., Erlaili, J., & Bintang, M. (2024). Kesehatan Mental: Analisis Regresional Antara Spiritualitas Dan Empati. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(3), 391-398.
- Simanjaya, C. C., & Subroto, U. (2025). Hubungan Parasocial Relationship Dan Kesepian Pada Remaja Penggemar K-pop. *Yasin*, 5(6), 7027-7044.
- Tone, E. B., & Tully, E. C. (2014). Empathy As A “Risky Strength”: A Multilevel Examination Of Empathy And Risk For Internalizing Disorders. *Development and Psychopathology*, 26(4), 1547-1565.
- Umjani, S. U. (2024). Dampak Positif Coping Stress Terhadap Kesehatan Mental Remaja. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1(2), 115-127.
- Wang, S., & Kim, K. J. (2024). Effects Of Victimization Experience, Gender, And Empathic Distress On Bystanders’ Intervening Behavior In Cyberbullying. *The Social Science Journal*, 61(4), 853-862.
- World Health Organization. (2024). Securing Adolescent Health And Well-Being Today Is Vital For The Health Of Future Generations-WHO. *World Health Organization*.
- Yan, Z., Zeng, X., Su, J., & Zhang, X. (2021). The Dark Side Of Empathy: Meta-Analysis Evidence Of The Relationship Between Empathy And Depression. *PsyCh Journal*, 10(5), 794-804.
- Yaqin, A. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Empati Peserta Didik Dan Metode Pengembangannya. *Tarbia Islamia: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 11(1), 1-10.

Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA

by Tiara Alya Fauziyah

Submission date: 22-Jan-2026 02:10PM (UTC+0700)

Submission ID: 2405230223

File name: Manuskrip_jurnal_sinta_multidisiplin_-_TIARA_ALYA_FAUZIYAH.docx (3.79M)

Word count: 2389

Character count: 16172



Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Remaja di SMA

Tiara Alya Fauziyah¹, David Tjahyadi²

¹Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti

²Departemen Histologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti
davesaboch@trisakti.ac.id

Abstract

Background: Adolescence is a vulnerable period for mental health problems. Coping skills and empathy are considered important factors influencing adolescent psychological well-being. This study aimed to analyze the relationship between coping skills and empathy with the mental health of high school students. **Methods:** This cross-sectional quantitative study involved 152 12th-grade students from SMAN 89 Jakarta, selected by simple random sampling. Research instruments included the Brief COPE questionnaire (coping skills), the Basic Empathy Scale (BES) (empathy), and the Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) (symptoms of mental disorders). Data analysis used the Pearson correlation test. **Results:** The majority of respondents applied adaptive coping skills (92.1%) and had moderate empathy (61.8%), but 58.6% showed symptoms of potential emotional mental disorders (SRQ-20 ≥ 6). There was a significant negative correlation between adaptive coping skills and symptoms of mental disorders ($r = -0.252$; $p = 0.002$). Conversely, a significant positive correlation was found between empathy levels and symptoms of mental disorders ($r = 0.230$; $p = 0.004$). **Conclusion:** Adaptive coping skills serve as a protective factor for the mental health of high school adolescents. However, high empathy levels correlate with more symptoms of mental disorders, indicating potential psychological vulnerability if not accompanied by adequate emotional regulation. Mental health interventions for adolescents need to strengthen adaptive coping skills while managing the emotional burden of empathy.

Keywords: mental health; coping skills; empathy; adolescent; high school

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja rentan terhadap masalah kesehatan mental. Keterampilan koping dan empati diduga berperan penting dalam kesejahteraan psikologis remaja. Penelitian ini bertujuan mengkaji hubungan antara keterampilan koping dan empati dengan kesehatan mental siswa SMA. **Metode:** Penelitian menggunakan desain cross-sectional kuantitatif. Sampel berjumlah 152 siswa kelas 12 SMAN 89 Jakarta yang dipilih secara simple random sampling. Instrumen penelitian meliputi kuesioner Brief COPE (keterampilan koping), Basic Empathy Scale (BES) (empati), dan *Self-Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20) (gejala gangguan mental). Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson. **Hasil:** Mayoritas responden menerapkan keterampilan koping adaptif (92,1%) dan memiliki empati sedang (61,8%), namun 58,6% menunjukkan gejala potensi gangguan mental emosional (SRQ-20 ≥ 6). Terdapat korelasi negatif signifikan antara keterampilan koping adaptif dengan gejala gangguan mental ($r = -0,252$; $p = 0,002$). Sebaliknya, ditemukan korelasi positif signifikan antara tingkat empati dengan gejala gangguan mental ($r = 0,230$; $p = 0,004$). **Kesimpulan:** Keterampilan koping adaptif berfungsi sebagai faktor pelindung bagi kesehatan mental remaja SMA. Di sisi lain, tingkat



empati yang tinggi berkorelasi dengan lebih banyak gejala gangguan mental, menunjukkan potensi kerentanan psikologis jika tidak diiringi regulasi emosi yang memadai. Intervensi kesehatan mental bagi remaja perlu memperkuat keterampilan koping adaptif sekaligus mengelola beban emosional dari empati.

Kata Kunci: Kesehatan mental; keterampilan koping, empati, remaja, SMA

Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa pada rentang usia 12 hingga 21 tahun. (Rahmawati & Ghasya, 2024). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengkategorikan remaja sebagai individu berusia 10–19 tahun (WHO, 2024)(Anggraini, Lubis, & Azzahroh, 2022). Fase ini ditandai juga dengan perubahan pada fisik, psikis, juga psikososialnya (Fauziah, Kartini, & Hikmah, 2021), Dorongan untuk mengeksplorasi, menyukai tantangan, dan cenderung mengambil keputusan secara impulsif merupakan karakteristik umum remaja yang dimana keputusan yang kurang tepat berpotensi menimbulkan risiko terhadap kesehatan fisik dan kesejahteraan psikososial mereka. (Aisyaroh, Hudaya, & Supradewi, 2022). Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS) tahun 2022 mengungkapkan sekitar 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental (Sari, Sulistyowati, Istiqomah, Iswantiingsih, & Nugroho, 2024), Studi yang dilakukan oleh Health Collaborative Center 2023 menunjukkan sekitar 34% siswa SMA di Jakarta mengalami masalah kesehatan mental (Simanjaya & Subroto, 2025). Munculnya masalah kesehatan mental pada remaja dapat dipicu oleh beragam faktor. Perubahan yang terjadi dalam ranah biologis, psikologis, dan sosial dapat berperan ganda, baik sebagai faktor risiko maupun sebagai faktor pelindung (Florensa, Hidayah, Sari, Yousrihatin, & Litaqia, 2023).

Keterampilan koping didefinisikan sebagai strategi kognitif dan tindakan perilaku yang dijalankan seseorang dalam menanggapi situasi yang dianggap membebani atau melebihi kemampuannya untuk menghadapi tuntutan internal dan eksternal(Permadi, Syafiuddin, Mangiwa, & Ramdhani, 2024). Keterampilan koping adaptif, seperti pemecahan masalah dan restrukturisasi kognitif, memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis remaja(Gul, Malik, Altaf, & Asghar, 2023). Sebaliknya, koping maladaptif dapat meningkatkan risiko gangguan mental(Kurniawaty & Purnama, 2023). Di sisi lain, peran empati terhadap kesehatan mental remaja bersifat kompleks. Goleman (2007) mendefinisikan empati sebagai suatu kemampuan untuk memahami emosi dan persoalan orang lain, melihat dari sudut pandang mereka, serta menghargai perbedaan yang ada(Bela Sukma Bilqisti, Salsabila, Fitriani, & Aksir, 2023). Cooper (2011) menegaskan bahwa esensi empati terletak pada *perasaan bersama* orang lain, bukan sekadar perasaan yang *ditujukan untuk* orang lain (Yaqin, 2021). Empati dapat memperkuat hubungan sosial, namun empati afektif yang tinggi berpotensi meningkatkan kerentanan psikologis melalui internalisasi emosi negatif (Yan, Zeng, Su, & Zhang, 2021)

Meskipun peran individual koping dan empati telah banyak dikaji, penelitian yang menguji hubungan gabungan keduanya terhadap kesehatan mental remaja di Indonesia masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara keterampilan koping dan empati dengan kesehatan mental remaja di SMA, dengan harapan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan intervensi kesehatan mental yang lebih holistik.



Metode

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional kuantitatif. Populasi target adalah siswa kelas 12 SMAN 89 Jakarta. Sampel berjumlah 152 siswa yang dipilih melalui simple random sampling. Kriteria inklusi meliputi siswa kelas 12 yang bersedia menandatangani informed consent. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner mandiri yang terdiri dari tiga instrumen: (1) Brief COPE Inventory (28 item) untuk mengukur keterampilan koping, (2) Basic Empathy Scale (BES) (20 item) untuk mengukur tingkat empati, dan (3) Self-Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20) untuk mendeteksi gejala gangguan mental emosional. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan uji korelasi Pearson menggunakan SPSS versi 27. Penelitian ini telah lolos kaji etik Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti.

Hasil dan Pembahasan (Times New Roman 12, 1 Spasi)

1. Karakteristik Responden

Sebanyak 152 siswa berpartisipasi. Mayoritas berusia 17–18 tahun (92,1%) dan berjenis kelamin perempuan (59,2%). Sebagian besar menerapkan koping adaptif (92,1%) dan memiliki empati sedang (61,8%). Namun, 58,6% menunjukkan gejala potensi gangguan mental emosional (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n sampel =152)	Persentase (%)
Usia		
16	2	1,3%
17	68	44,7%
18	72	47,4%
19	10	6,6%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	62	40,8%
Perempuan	90	59,2%
Keterampilan Koping		
Adaptif	140	92,1%
Maladaptif	12	7,9%
Empati		
Rendah	1	0,7%
Sedang	94	61,8%
Tinggi	57	37,5%
Kesehatan Mental		
Potensi gangguan mental emosional	89	58,6%
Tidak ada potensi gangguan mental emosional	63	41,4%

(Sumber: Data primer, 2025)

Tabel 2 menyajikan statistik deskriptif untuk ketiga variabel utama penelitian. Skor SRQ-20 berkisar antara 0–18 dengan rata-rata $7,03 \pm 4,75$, menunjukkan variasi gejala gangguan mental yang cukup luas di antara responden.

Skor BES (empati) rata-rata $70,30 \pm 10,88$ dari rentang teoritis 20–100, mengindikasikan tingkat empati yang cenderung tinggi. Sementara itu, skor *Brief COPE* rata-rata $82,60 \pm 8,58$ mencerminkan kecenderungan penggunaan strategi koping yang adaptif.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (n=152)

Variabel	Skala Teoritis	Mean $\pm$ SD	Rentang Aktual
SRQ-20	0-20	$7,03 \pm 4,75$	0-18
BES	20-100	$70,30 \pm 10,88$	41-100
<i>Brief Cope</i>	28-112	$82,60 \pm 8,58$	61-104

(Sumber: Data Primer, 2025)

2. Analisis Hubungan

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan hubungan signifikan antara variabel (Tabel 3). Terdapat korelasi negatif antara koping adaptif dan gejala gangguan mental ($r = -0,252$; $p = 0,002$), dan korelasi positif antara empati dan gejala gangguan mental ($r = 0,230$; $p = 0,004$).

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	Koefisien Korelasi (ρ)	Nilai p	Interpretasi
Koping - Kesehatan Mental	-0.252	0.002	Hubungan negatif signifikan
Empati - Kesehatan Mental	0.230	0,004	Hubungan positif signifikan

(Sumber: Analisis data, 2025)

3. Pembahasan

Berdasarkan analisis data, ditemukan korelasi negatif yang signifikan antara skor SRQ-20 dan Brief COPE ($r = -0.252$; $p = 0.002$). Temuan ini mengindikasikan bahwa keterampilan koping yang semakin adaptif berkaitan dengan semakin rendahnya gejala gangguan mental. Hasil ini mendukung teori bahwa keterampilan koping yang efektif berperan sebagai mekanisme protektif dalam menghadapi stres, sehingga dapat mencegah berkembangnya gejala psikologis yang lebih berat (Umjani, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian (Umjani, 2024) yang juga menemukan bahwa coping stress berpengaruh positif terhadap kesehatan mental remaja, meskipun terdapat perbedaan dalam instrumen yang digunakan.

Selain itu, temuan konsisten dengan hasil penelitian (Azzahra, Mahardika, Astiwara, & Kunci, 2025) yang melaporkan hubungan signifikan antara keterampilan koping dengan tingkat stres ($p = 0.008$). Meskipun tidak mengukur gangguan mental secara klinis, tingginya prevalensi stres berat dan kualitas hidup buruk dalam penelitian tersebut dapat dianggap sebagai indikator distress psikologis yang berpotensi berkembang menjadi gangguan mental. Namun, temuan ini berbeda dengan hasil (Esi Afriyanti, Dira Chika Vidrianta, & Elvi Oktarina, 2024) yang tidak menemukan hubungan signifikan antara keterampilan koping dan tingkat kecemasan, kemungkinan disebabkan oleh perbedaan alat ukur dan konstruk kesehatan mental yang diteliti. Dengan demikian, hasil ini memperkuat teori Lazarus & Folkman bahwa koping adaptif berfungsi sebagai faktor protektif terhadap distress psikologis (Folkman, 2013). Temuan korelasi

negatif antara koping adaptif dan gejala gangguan mental mendukung teori bahwa keterampilan koping efektif berfungsi sebagai mekanisme protektif terhadap stress (Mayangsari, Shinta, & Widianoro, 2022). Strategi adaptif seperti *active coping* membantu remaja mengelola tekanan akademik dan sosial.

Di sisi lain, analisis juga menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara skor SRQ-20 dan Basic Empathy Scale (BES) ($r = 0.230$; $p = 0.004$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat empati, semakin besar kecenderungan munculnya gejala gangguan mental. Temuan ini konsisten dengan meta-analisis (Yan et al., 2021) yang melaporkan bahwa empati afektif merupakan faktor risiko depresi, terutama pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa pada fase perkembangan remaja, empati yang tinggi khususnya dimensi afektif dapat meningkatkan kerentanan terhadap gejala psikologis akibat kelelahan emosional atau internalisasi distress orang lain (Wang & Kim, 2024). Namun, hasil ini tampak berbeda dengan penelitian (Setiawan, Erlaili, & Bintang, 2024) yang menemukan hubungan positif antara empati dan kesehatan mental, kemungkinan karena perbedaan operasionalisasi konstruk kesehatan mental (gejala gangguan vs. kondisi positif) dan instrumen yang digunakan. Dengan demikian, temuan ini menggarisbawahi bahwa empati yang tinggi pada remaja, tanpa disertai regulasi emosi yang memadai, justru dapat meningkatkan kerentanan psikologis melalui mekanisme *empathic distress*.

Kontras hubungan kedua variabel ini menekankan perlunya pendekatan holistik dalam promosi kesehatan mental remaja, yaitu dengan memperkuat koping adaptif sekaligus mengelola beban emosional empati (Ogińska-Bulik & Michalska, 2022).

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan koping dan empati memiliki hubungan yang berbeda dan signifikan dengan kesehatan mental siswa SMA di Jakarta. Strategi koping adaptif berfungsi sebagai faktor pelindung, sementara tingkat empati yang lebih tinggi secara paradoks dapat dikaitkan dengan peningkatan kerentanan psikologis. Temuan ini menyarankan bahwa program kesehatan mental komprehensif untuk remaja harus bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan sumber daya koping adaptif, tetapi juga untuk menumbuhkan empati yang seimbang yang disertai dengan keterampilan regulasi emosi yang kuat. Intervensi holistik semacam ini dapat lebih mempersiapkan remaja untuk menghadapi tantangan sosial dan emosional pada tahap perkembangan ini.

Daftar Pustaka

- Aisyaroh, N., Hudaya, I., & Supradewi, R. (2022). Trend Penelitian Kesehatan Mental Remaja Di Indonesia Dan Faktor Yang Mempengaruhi: Literature Review. *Scientific Proceedings of Islamic and Complementary Medicine*, 1(1), 41–51. <https://doi.org/10.55116/spicm.v1i1.6>
- Anggraini, K. R., Lubis, R., & Azzahroh, P. (2022). PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA AWAL TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI. *Jurnal Menara Medika*, 5(1), 111. Retrieved from <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/index>
- Azzahra, A. N., Mahardika, Z., Astiwaru, E. M., & Kunci, K. (2025). *Hubungan Strategi Koping dan Kualitas Hidup Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Tahap Akademik di*

- Fakultas Kedokteran Universitas YARSI The Correlation Between Coping Strategies and Quality of Life With Stress Levels Among Medical Students in the Academic Phas.* 3(3), 354–362.
- Bela Sukma Bilqisti, Salsabila, M. S., Fitriani, A., & Aksir, R. P. (2023). Empati dan Sikap Terhadap Lingkungan dengan Perilaku Pro-Lingkungan pada Remaja Akhir. *Indonesian Psychological Research*, 5(1), 43–51. <https://doi.org/10.29080/ipr.v5i1.840>
- Esi Afriyanti, Dira Chika Vidrianta, & Elvi Oktarina. (2024). Perbedaan Kecemasan dan Koping Mahasiswa Program A dan Program B dalam Penyelesaian Skripsi. *Ners Jurnal Keperawatan*, 20(2), 120–129. <https://doi.org/10.25077/njk.v20i2.64>
- Fauziah, P., Kartini, & Hikmah. (2021). HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN INTENSITAS NYERI DISMENORE PRIMER DI SMA NEGERI 7 TANGERANG. *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal*, 5(1).
- Florensa, F., Hidayah, N., Sari, L., Yousrihatin, F., & Litaqia, W. (2023). Gambaran Kesehatan Mental Emosional Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 112–117. <https://doi.org/10.46815/jk.v12i1.125>
- Folkman, S. (2013). Stress: Appraisal and Coping. In *Encyclopedia of Behavioral Medicine* (pp. 1913–1915). New York, NY: Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
- Gul, S., Malik, S., Altaf, S., & Asghar, H. (2023). Understanding the Impact of Bereavement, Coping Strategies and Psychological Well-Being in Young Adolescents: A Correlational Study. *Journal of Health and Rehabilitation Research*, 3(2), 1128–1132. <https://doi.org/10.61919/jhrr.v3i2.288>
- Kurniawaty, Y., & Purnama, N. L. A. (2023). Strategi Koping Berhubungan dengan Stres Remaja SMA di Surabaya COOPING STRATEGIES ASSOCIATED WITH STRESS OF HIGH SCHOOL ADOLESCENTS IN SURABAYA. *Jurnal Keperawatan Stikes Kendal*, 15(03), 1139–1148. Retrieved from <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Mayangsari, W., Shinta, A., & Widianoro, F. W. (2022). Studi Kasus Strategi Coping Stres Pada Ibu Rumah Tangga dengan Kecenderungan Psikosomatis di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 37–47. Retrieved from <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/1019>
- Ogińska-Bulik, N., & Michalska, P. (2022). the Role of Empathy and Cognitive Trauma Processing in the Occurrence of Professional Posttraumatic Growth Among Women Working With Victims of Violence. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 35(6), 679–692. <https://doi.org/10.13075/ijomh.1896.01945>
- Permadi, R., Syafiuddin, I. S. A., Mangiwa, I. A., & Ramdhani, C. (2024). PENGELOLAAN STRES DAN KETERAMPILAN COPING MAHASISWA BARU POLITEKNIK ILMU PELAYARAN MAKASSAR DENGAN MENGGUNAKAN BRIEF COPE: STUDI DESKRIPTIF. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 8. <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>
- Rahmawati, & Ghasya, D. A. V. (2024). Bagaimana Pemahaman Pribadi Remaja Tentang Kondisi Psikologisnya. *JURNAL DUNIA PENDIDIKAN*, 4(3), 1521. <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jurdip.v4i3.2147>
- Sari, P. Y., Sulistyowati, E. T., Istiqomah, Iswantingsih, E., & Nugroho, H. (2024). Kondisi Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 495–500. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v7i1.5200>

- Setiawan, F., Erlaili, J., & Bintang, M. (2024). Kesehatan Mental : Analisis Regresional Antara Spiritualitas dan Empati. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 2(3), 391–398. <https://doi.org/10.29300/istisyfa.v2i3.2447>
- Simanjaya, C. C., & Subroto, U. (2025). Hubungan Parasocial Relationship dan Kesepian pada Remaja Penggemar K-Pop. *YASIN*, 5(6), 7027–7044. <https://doi.org/10.58578/yasin.v5i6.8493>
- Umjani, S. U. (2024). Dampak Positif Coping Stress terhadap Kesehatan Mental Remaja. *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, 1(2), 115–127. <https://doi.org/10.29300/istisyfa.v1i2.2420>
- Wang, S., & Kim, K. J. (2024). Effects of victimization experience, gender, and empathic distress on bystanders' intervening behavior in cyberbullying. *Social Science Journal*, 61(4), 853–862. <https://doi.org/10.1080/03623319.2020.1861826>
- Yan, Z., Zeng, X., Su, J., & Zhang, X. (2021). The dark side of empathy: Meta-analysis evidence of the relationship between empathy and depression. *PsyCh Journal*, 10(5), 794–804. <https://doi.org/10.1002/pchj.482>
- Yaqin, A. (2021). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI EMPATI PESERTA DIDIK DAN METODE PENGEMBANGANNYA. *TARBIYA ISLAMIA: Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*, 11(1).

Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

11%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

5%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Terra Environmental Research Institute Student Paper	1%
2	persagi.org Internet Source	1%
3	pdfs.semanticscholar.org Internet Source	1%
4	trigger.id Internet Source	1%
5	Clarissa Chrishella Simanjaya, Untung Subroto. "Hubungan Parasocial Relationship dan Kesepian pada Remaja Penggemar K-Pop", YASIN, 2025 Publication	1%
6	Widya Lailatur Rohmania, Hernandia Distinarista, Tutik Rahayu. "The effect of effleurage technique, curcuma longa linn & tamarindus indica on dysmenorrhea in students", MEDIA ILMU KESEHATAN, 2025 Publication	1%
7	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III Student Paper	1%
8	Submitted to Udayana University Student Paper	1%

9	Submitted to Universitas Andalas Student Paper	1 %
10	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	1 %
11	cev.org.br Internet Source	1 %
12	busqueda.bvsalud.org Internet Source	1 %
13	ecc.isc.ac Internet Source	1 %
14	repository.urecol.org Internet Source	1 %
15	e-jurnal.akperinsada.ac.id Internet Source	1 %
16	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	1 %
17	jurnalfpk.uinsby.ac.id Internet Source	1 %
18	ndltd.ncl.edu.tw Internet Source	1 %

Exclude quotes On

Exclude matches

< 10 words

Exclude bibliography On

Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA

GRADEMARK REPORT

FINAL GRADE

GENERAL COMMENTS

/0

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

Submissions

My Queue

1

Archives

3

 Help

Archived Subr			Search	 Filters	New Submission	
5276	Tjahyadi et al. The Relationship between Social Media Use Intensity ...		1	Declined	View	
5275	Fauziyah et al. Hubungan Keterampilan Koping dan Empati Terhada...		1	Published	View	
5274	Siahaan et al. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Deng...		1	Published	View	

99+

Compose

Mail

1

Inbox

2,348

Chat

Starred

Snoozed

Meet

Sent

Drafts

12

Categories

More

Labels

Revisions Required (Revisi Diperlukan)

External Inbox x



Metta Jurnal Ilmu Multidisiplin <metta.jurnalilmumultidisiplin@gmail.com>
to me



Translated: English → Indonesian



Translate can make mistakes, so verify translations

[Show original](#)

David Tjahyadi, Tiara:

Kami telah mengambil keputusan mengenai naskah Anda yang akan diterbitkan di Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin, berj

Keputusan kami adalah: Revisi Diperlukan



David FK <davesaboch@trisakti.ac.id>
to Metta

Selamat malam...

Ijin menginfokan bahwa kami sudah melakukan revisi untuk jurnal yang kami ajukan...

Terimakasih 🙏

Reply

Forward



Share in chat ^{New}

99+

Compose

Mail

1

Chat

Meet

Inbox 2,348

Starred

Snoozed

Sent

Drafts 12

Categories

More

Labels

Rekening Sumber

TIARA ALYA FAUZIYAH

Bank Mandiri -6975

Keterangan Transaksi

APC



Metta Jurnal Ilmu Multidisiplin

<https://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/metta/article/view/5275> UNIVERSITAS TRISAKTI "Is a one stop learnin



David FK <davesaboch@trisakti.ac.id>

to Metta

Terima kasih banyak 🙏🙏

Reply

Forward



Share in chat ^{New}