e-issn 2614-0578
p-issn 1412-5889
Didaktis: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Pengetahuan
Vol.26 No.2 Tahun 2026

POLA COPING MECHANISM PENYITAS KEKERASAN FISIK DAN KAITANNYA DENGAN STABILITAS KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

Niken Dwi Deswinta[1], Mochamad Syifa Fauzannazril[2*], Ulfa Danni Rosada[3]
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia[1,2,3]
2500001055@webmail.uad.ac.id[1], 2500001058@webmail.uad.ac.id[2*],
lfa.rosada@bk.uad.ac.id[3]

ABSTRAK

Pengalaman kekerasan fisik di kalangan mahasiswa sering kali memicu dampak psikologis yang serius. Dampak psikologis akibat kekerasan fisik tersebut memerlukan mekanisme coping yang efektif untuk membantu penyintas kekerasan mencapai kestabilan mental yang positif. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji pola coping yang adaptif bagi penyintas kekerasan fisik. Penelitian ini menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) dengan mengkaji 25 jurnal yang terdiri dari 13 jurnal nasional Indonesia (perguruan tinggi) dan 12 jurnal dari database internasional, serta menemukan 8 teori yang berkaitan dengan judul yang dikaji. Hasil dari literature review yang telah dilakukan yaitu : 1. Penyintas kekerasan lebih banyak menggunakan emotion-focused coping, 2. Strategi coping yang adaptif memiliki hubungan positif dengan resiliensi korban, 3. Pendekatan religius dan dukungan emosional membantu pemulihan psikologis korban. Jadi kekerasan fisik, verbal, dan emosional memengaruhi kestabilan kesehatan mental mahasiswa, yang dapat memunculkan gejala kecemasan, depresi, stres pascatrauma, hingga somatisasi serta menurunkan kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: Coping Mechanism, Kekerasan Fisik, Kesehatan Mental, Resiliensi, Systematic Literature Review

This study aims to explore the indigenous science concepts (ethnoscience) in the traditional bamboo flute-making process in Nagasepaha Village and its potential as a contextual learning resource for Natural Sciences in Junior High Schools. Utilizing a descriptive qualitative approach, data were collected through participatory observation, in-depth interviews with artisans and educators, and documentation. The results reveal that every production stage from material selection and drying to hole-making implicitly contains applied physics and biology concepts, such as mechanical properties of materials, vibrations, sound waves, plant tissue anatomy, and resonance. The novelty of this research lies in the specific mapping of the traditional knowledge of the Nagasepaha community into the Basic Competencies of the formal science curriculum and formulating it into innovative pedagogical scenarios. In conclusion, local wisdom in making bamboo flutes is highly relevant to be transformed into teaching materials that can enhance the understanding of scientific concepts while strengthening students' cultural literacy and identity.

Keywords: Coping Mechanism, Physical Violence Survivors, Mental Health Stability, Resilience, Systematic Literature Review

PENDAHULUAN

Untuk menunjukkan betapa mendesaknya persoalan kekerasan, data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak yang dicatat mulai tanggal 1 Januari 2025 sampai sekarang secara langsung menunjukkan ada 29.286

kejadian kekerasan di Indonesia. Dari angka itu, tercatat 6.202 korban pria dan 24.992 korban wanita. Di samping itu, sebanyak 10.104 kejadian di antaranya adalah kekerasan fisik. Kekerasan fisik termasuk salah satu bentuk pelanggaran hak asasi manusia yang sangat memengaruhi keadaan jiwa seseorang. Orang yang menjadi korban kekerasan fisik tidak cuma menderita luka di badan, melainkan juga harus menanggung beban perasaan dan tekanan batin yang berlarut-larut. Oleh sebab itu, penting bagi semua pihak untuk bersama-sama mencegah kekerasan dan memberikan bantuan kepada para korban agar mereka bisa pulih.

Kejadian kekerasan juga sering terlihat di lingkungan pendidikan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat sebanyak 2.473 laporan kasus perundungan/kekerasan pada anak dari total 37.381 laporan kekerasan anak yang masuk selama periode 2011–2019 (Borualogo & Casas, 2022). Salah satu jenis kekerasan itu muncul dalam acara Orientasi Studi dan Pengenalan Kampus (OSPEK). Tindakan kekerasan yang dilakukan oleh mahasiswa tingkat atas kepada mahasiswa baru sering kali dipandang sebagai kebiasaan yang diteruskan dari generasi ke generasi di sejumlah universitas.

Kekerasan yang berlangsung berulang kali dalam acara OSPEK biasanya disebabkan oleh beberapa alasan. Alasan itu meliputi kesempatan membalas dendam, tekanan dari panitia, serta kebiasaan menghormati senior. Walaupun sudah ada aturan yang melarang kekerasan baik secara lisan maupun tindakan, masih ada orang-orang tertentu yang tetap melanjutkan kebiasaan itu. Jenis kekerasan di universitas mencakup kekerasan antar mahasiswa, perbuatan cabul, serta kekerasan yang dilakukan oleh dosen kepada mahasiswa. Akibat kekerasan fisik pada mahasiswa bisa menimbulkan perasaan cemas, kurang percaya diri, serta kecenderungan menghindari lingkungan sosial, yang akhirnya mengganggu kegiatan belajar dan kehidupan sosial mahasiswa. Karena itu, penting bagi universitas untuk

meningkatkan pengawasan dan pendidikan tentang nilai-nilai saling menghormati agar kejadian seperti ini bisa dicegah.

Hubungan antara kekerasan dan pengaruhnya terhadap jiwa manusia dapat diamati melalui gagasan stres. Stres adalah respons tubuh dan perasaan terhadap beban atau ujian yang menyebabkan seseorang merasa cemas, terbebani, atau kesulitan mengatasi keadaan yang menghadangnya. Stres dapat timbul dari berbagai penyebab, misalnya luka batin akibat perbuatan kekerasan tubuh yang pernah terjadi. Berdasarkan tanggapan yang muncul, stres terbagi menjadi dua jenis, yaitu eustress dan distress. Eustress adalah merespons baik terhadap stres, sedangkan distress adalah merespons buruk terhadap stress (Musabiq & Karimah, 2018).

Menyadari dampak serius yang telah dijelaskan, siswa sangat memerlukan kestabilan kesehatan jiwa karena mereka menghadapi tekanan akademik yang berat, guna menghindari hal-hal negatif yang mengganggu proses belajar seperti penurunan nilai, konflik sosial, dan stres yang berkepanjangan. Kesehatan mental merupakan hal penting bagi setiap orang karena berkontribusi pada kesehatan tubuh dan kesejahteraan secara keseluruhan. Faktor-faktor yang dapat mengganggu kesehatan mental siswa meliputi kekerasan fisik, pola hidup, suasana kampus, keluarga, dan persahabatan (Kartika Sari & Arik Susmiatin, 2023). Semua faktor itu dapat mempengaruhi kestabilan kesehatan mental siswa. Oleh karena itu, mahasiswa sebaiknya aktif mencari bantuan dari konselor kampus atau orang terdekat untuk menjaga keseimbangan jiwa mereka.

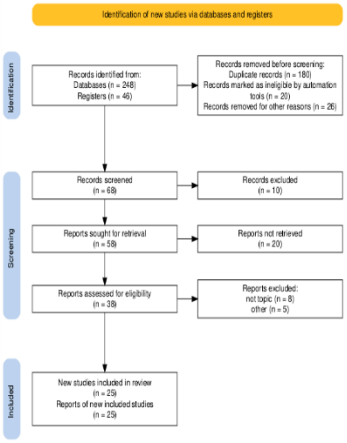
METODE PENELITIAN

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah Systematic Literature Review (SLR). Metode SLR adalah cara sistematis untuk menghimpun, menelaah secara mendalam, dan memahami berbagai kajian penelitian terkait pertanyaan atau topik yang akan dikirimkan. Penelitian ini dimulai dengan memeriksa artikel-artikel yang relevan dengan topik yang akan dikaji.

e-issn 2614-0578
p-issn 1412-5889

Proses ini membantu memastikan bahwa data yang dikumpulkan bersifat komprehensif dan dapat diandalkan. Selain itu, SLR melibatkan langkah-langkah seperti menentukan kriteria pencarian dan menilai kualitas artikel untuk menghindari bias.

Oleh karena itu, metode ini memberikan dasar yang kuat untuk mengembangkan kesimpulan yang akurat dan bermanfaat.



Gamba 1. Metode SLR

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel

No	Penulis (tahun)	Judul	Metode	Temuan	Simpulan
1.	(Aprianti et al., 2023)	*Coping* pada *Bullying Survivors*	1. Pendekatan Kualitatif 2. Jumlah subjek dalam penelitian adalah 90 mahasiswa korban kekerasan dalam rumah tangga, yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria tertentu yang sesuai tujuan penelitian. 3. Instrumen penelitian yang digunakan berupa skala resiliensi, skala strategi *coping*, dan skala dukungan sosial yang disusun dalam bentuk skala likert. 4. Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan program SPSS versi 25.0.	1. Sebagian besar penyintas bullying menggunakan metode emotion-focused coping karena korban merasa tidak bisa melawan pelaku. 2. Proses *coping* berlangsung secara bertahap, fase awal korban mengalami *shock* dan penolakan, kemudian yang kedua fase reaksi emosional, dimana korban merasa marah dan dendam tetapi tidak bisa melawan yang mengakibatkan emosi terpendam, fase yang ketiga adalah fase adaptasi dimana korban mulai mencari dukungan sosial, marubah cara berfikir terhadap situasi yang terjadi, melakukan pendekatan religius, dan berusaha menerima keadaan, fase yang terakhir yaitu fase pemulihan dan arah baru dimana korban mampu menerima dan beradaptasi dengan keadaan yang ada dan juga tidak berubah menjadi pelaku *bullying*. 3. Dendam muncul akibat respon alami dan pola *coping* yang adaptif membuat korban mampu memaafkan semua yang telah terjadi.	Penyintas *bullying* cenderung menggunakan *emotion-focused coping* karena mereka sadar bahwa keadaan tidak bisa diubah secara langsung. Pola *coping* yang efektif berjalan secara bertahap mulai dari penolakan, reaksi emosional, adaptasi, hingga penerimaan dan pemaafan. Dukungan sosial dan pendekatan religius menjadi faktor utama untuk membantu korban menjaga stabilitas kesehatan mental. Kemampuan korban memaafkan kejadian yang telah terjadi membantu korban mengurangi stres dan dendam serta membantu emosional penyintas pulih.
2.	(Rismelina, 2020)	Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswi	1. Jurnal ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. 2. Jumlah siswa dalam penelitian adalah 90 mahasiswa	1. Strategi koping dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap resiliensi, dengan kontribusi sebesar 36,4% terhadap variasi resiliensi. 2. Strategi koping berpengaruh positif dan signifikan	Penelitian ini menyimpulkan bahwa strategi *coping mechanism* yang adaptif, khususnya *emotional-focused coping* yang disertai dukungan sosial, berperan penting dalam

		Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga	korban kekerasan dalam rumah tangga yang di pilih menggunakan *purposive sampling.* 3. Menggunakan instrumen berupa skala resiliensi, skala strategi koping, dan skala dukungan sosial berbentuk likert. 4. Menganalisis data dengan menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan SPSS 25.0.	terhadap resiliensi, yang menunjukkan bahwa cara individu mengelola stres akibat kekerasan berperan penting dalam menjaga kestabilan psikologis. 3. Dukungan sosial memiliki pengaruh paling kuat terhadap resiliensi, dibandingkan strategi koping. 4. Korban kekerasan cenderung lebih banyak menggunakan *emotional-focused coping* dibandingkan *problem-focused coping*, terutama karena situasi kekerasan berada di luar kendali korban. 5. Dalam kaitannya dengan stabilitas kesehatan mental, temuan ini menunjukkan bahwa *coping mechanism* yang efektif dan dukungan sosial yang memadai membantu penyintas kekerasan fisik mengurangi tekanan psikologis, mencegah stres berkepanjangan, serta mendukung pemulihan mental.	meningkatkan resiliensi korban kekerasan fisik. Resiliensi tersebut menjadi faktor pelindung yang berkontribusi terhadap stabilitas kesehatan mental penyintas, seperti kemampuan mengelola emosi, mengurangi stres, dan mencegah gangguan psikologis yang lebih berat.
3.	(Puente-martinez et al., 2022)	*Problem-Focused Coping Strategies Used by Victims of Gender Violence Across the Stages of Change*	1. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis strategi *coping* yang digunakan oleh korban kekerasan pasangan intim pada berbagai tahap perubahan. 2. Subjek penelitian berjumlah 200 perempuan korban kekerasan pasangan intim dengan rentang usia 18–66 tahun dan rata-rata usia 40,16 tahun. 3. *Responden* berasal dari wilayah Castilla y León dan Basque Country di Spanyol.	1. Sebagian besar korban mengalami berbagai bentuk kekerasan dalam hubungan mereka, dengan kekerasan psikologis ringan menjadi yang paling sering terjadi. 2. Sekitar 32,3% responden mengalami seluruh jenis kekerasan (psikologis, fisik, seksual, dan cedera). 3. Distribusi tahap perubahan korban menunjukkan bahwa: *4.* 9% berada pada tahap *pre-contemplation* *5.* 25% pada tahap *contemplation* 6. 48% pada tahap *action* *7.* 18% pada tahap *maintenance* 8. Pada tahap awal *(pre-contemplation* dan *contemplation)* korban	*Strategi coping* korban kekerasan pasangan intim berubah sesuai dengan tahap kesiapan mereka untuk melakukan perubahan. Pada tahap awal korban cenderung menggunakan strategi *coping* pasif, seperti menghindari masalah dan menarik diri dari lingkungan sosial. Pada tahap selanjutnya korban mulai menggunakan strategi *coping* aktif, seperti mencari bantuan sosial dan mengambil tindakan untuk keluar dari

			4. Data dikumpulkan melalui wawancara yang dilakukan oleh psikolog profesional dengan durasi sekitar 1,5–2 jam. 5. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi: 6. CTS2-S *(Conflict Tactics Scale)* untuk mengukur bentuk kekerasan yang dialami korban. 7. MARS *(Measure of Affect Regulation Scale)* untuk mengukur strategi *coping* berfokus pada masalah. 8. PANAS *(Positive and Negative Affect Schedule)* untuk mengukur emosi positif dan negatif. 9. URICA *(University of Rhode Island Change Assessment)* untuk mengukur tahap perubahan korban. 10. Analisis data dilakukan menggunakan analisis deskriptif, ANOVA, korelasi Pearson, dan regresi linear berganda.	cenderung menggunakan strategi *coping* pasif seperti isolasi sosial dan penarikan diri psikologis. 9. Pada tahap *action,* korban mulai menggunakan strategi yang lebih aktif seperti tindakan langsung, mencari dukungan emosional, dan mencari informasi. 10. Pada tahap *maintenance*, korban berfokus pada mempertahankan perubahan dan membangun kehidupan baru tanpa kekerasan. 11. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa emosi negatif lebih dominan pada tahap awal, sedangkan emosi positif meningkat pada tahap perubahan yang lebih lanjut.	hubungan yang abusif. Dukungan sosial dan informasi terbukti memiliki peran penting dalam membantu korban mencapai tahap perubahan yang lebih maju. Oleh karena itu, intervensi psikologis bagi korban kekerasan perlu disesuaikan dengan tahap perubahan yang dialami korban agar strategi *coping* yang digunakan menjadi lebih efektif.
4.	(Putriana, 2018)	Kecemasan dan Strategi *Coping* Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Pacaran	1. Metode yang digunakan adalah pendekeatan kualitatif dengan desain studi kasus. 2. Jumlah subjeknya yaitu empat orang Perempuan berusia 19-22 tahun dengan kasus yang pernah dialaminya adalah kekerasan dalam pacaran (fisik, psikologis,seksual, dan ekonomi), 3. Dipilih dengan *purposive sampling.*	1. Kecemasan pada Tingkat sedang hingga tinggi yang dialami oleh subjek yang menjadi dampak dari kekerasan fisik dan non-fisik yang dialami. 2. Adapun gejala kecemasannya mencakup aspek emosional (mudah panik, tegang, sedih), kognitif (khawatir berlebihan, waspada), *somatic* (gemetar, pusing, mual), dan perilaku (gelisah dan gugup). 3. Untuk menghadapi kondisi tersebut, penyintas	Wanita yang mengalami kekerasan fisik dan non-fisik mengalami gangguan kesehatan mental berupa kecemasan, dan pola *coping mechanism* yang tepat sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis mereka. Menggunakan *Emotion-focused* dan *problem-focused coping* secara bersamaan, tetapi peran lingkungan sosial sangat mendukung

			4. Melakukan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara mendalam, dengan fokus pada pengalaman kekerasan, Tingkat kecemasan, serta strategi *coping* yang digunakan oleh subjek.	menggunakan dua bentuk *coping mechanism* utama yaitu *Emotion-focused coping*, seperti bertahan dalam hubungan, menghindari pemicu kecemasan, memendam emosi, mencari makna positif, atau mendekatkan diri pada Tuhan dan *Problem-focused coping*, seperti mengambil keputusan untuk mengakhiri hubungan dan mencari dukungan sosial dari teman atau keluarga.	*coping* yang lebih adaptif dan membantu korban mengurangi stres dan meningkatkan kestabilan mental.
5.	(Dissanayake, 2025)	*Coping as a Mediator and Moderator in the Relationship Between Intimate Partner Violence and Mental Health Outcomes Among Women*	1. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara kekerasan pasangan intim, *strategi coping*, dan kesehatan mental perempuan. 2. Responden penelitian berjumlah 200 perempuan yang pernah memiliki pasangan dan mencari bantuan terkait pengalaman kekerasan pasangan intim. 3. Partisipan merupakan perempuan berbahasa Sinhala dari berbagai latar belakang sosial ekonomi di Sri Lanka. 4. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang mengukur: 5. tingkat kekerasan pasangan intim (*Intimate Partner Violence* / IPV), 6. *strategi coping* yang digunakan korban, dan	1. Penelitian menemukan bahwa kekerasan pasangan intim memiliki hubungan yang signifikan dengan penurunan kesehatan mental perempuan. 2. Korban kekerasan menunjukkan tingkat stres psikologis, kecemasan, dan gangguan emosional yang lebih tinggi dibandingkan perempuan yang tidak mengalami kekerasan. 3. Strategi *coping* memiliki peran penting dalam memengaruhi dampak psikologis dari kekerasan tersebut. 4. *Coping* dapat berfungsi sebagai: 5. Mediator, yaitu menjelaskan bagaimana pengalaman kekerasan mempengaruhi kesehatan mental korban. 6. Moderator, yaitu memperkuat atau melemahkan hubungan antara kekerasan dan dampak psikologisnya. 7. Penggunaan *coping* yang adaptif, seperti mencari dukungan sosial atau strategi pemecahan masalah, dapat mengurangi dampak negatif kekerasan terhadap kesehatan mental. 8. Sebaliknya, penggunaan *coping*	Kekerasan pasangan intim memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental perempuan. *Strategi coping* berperan penting dalam menentukan bagaimana korban merespons dan mengatasi pengalaman kekerasan tersebut. *Coping* dapat menjadi faktor yang memediasi dan memoderasi hubungan antara kekerasan dan kesehatan mental. Pengembangan strategi *coping* yang adaptif perlu menjadi fokus dalam intervensi psikologis bagi korban kekerasan. Program bantuan bagi korban harus memperkuat dukungan sosial dan kemampuan *coping* yang sehat agar dapat mengurangi dampak psikologis jangka panjang.

			7. kondisi kesehatan mental korban. 8. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis statistik untuk melihat peran *coping* sebagai mediator dan moderator antara kekerasan pasangan intim dan kesehatan mental korban.	yang tidak adaptif, seperti menghindari masalah atau menekan emosi, dapat memperburuk kondisi psikologis korban.	
6.	(Monica & Tumilaar, 2024)	Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Melaksanakan Praktik Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Klabat	1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross-sectional.* 2. Jumlah responden: 86 mahasiswa profesi ners 3. Teknik *sampling: convenience sampling* 4. Instrumen: Kuesioner mekanisme koping (adaptif–maladaptif) *Zung Self Anxiety Scale* (ZSAS) 5. Analisis data: analisis univariat (frekuensi & persentase) 6. Analisis bivariat menggunakan Spearman Rank (*Spearman's rho*)	1. Sebagian besar responden menggunakan mekanisme koping adaptif (67,4%), sedangkan 32,6% menggunakan koping maladaptif. 2. Tingkat kecemasan responden mayoritas berada pada kategori normal/tidak cemas (88,4%), dengan sebagian kecil mengalami kecemasan ringan hingga sedang. 3. Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dan kecemasan, dengan nilai: p = 0,000 r = 0,510 (keeratan hubungan sedang). 4. Responden dengan koping adaptif cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah, sedangkan koping maladaptif berhubungan dengan kecemasan yang lebih tinggi.	Dalam penelitian ini dapat di simpulkan bahwa mekanisme koping memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap Kesehatan mental, khususnya kecemasan. Koping adaptif apabila di terapkan pada seseorang akan lebih mampu mengelola tekanan psikologisnya dan mempertahankan kestabilan mentalnya.
7.	(Meida & Ariana, 2021)	Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Strategi *Coping* Remaja yang mengalami Kekerasan Emosional masa Kanak	1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. 2. Partisipan: 76 remaja usia 12–21 tahun yang mengalami kekerasan emosional pada masa kanak 3. Teknik *sampling: Purposive sampling* 4. Instrumen penelitian: BRIEF COPE untuk mengukur	1. Adanya hubungan yang positif dan signifikan antara *self-esteem* dan strategi coping terhadap remaja yang mengalami kekerasan emosional kanak (r = 0,257; p = 0,025), dengan kekuatan hubungan lemah. 2. Strategi *coping* yang lebih efektif dan adaptif, khususnya *problem-focused coping* sering digunakan untuk remaja dengan self-esteem yang lebih tinggi.	*Self-esteem* memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan strategi *coping* pada remaja penyintas kekerasan. Apabila samakin tinggi *self-esteem* maka semakin efektif juga *coping mechanism* yang digunakan dalam menghadapi stres dan tekanan psikologis.

			strategi *coping (problem-focused dan emotion-focused coping)Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) untuk mengukur *self-esteem* 5. Teknik analisis data: Korelasi Spearman's rho 6. Analisis tambahan menggunakan *Mann–Whitney Test* 7. Pengolahan data menggunakan SPSS 22	3. Remaja dengan *self-esteem* rendah lebih sering menggunakan *emotion-focused coping* yang maladaptif, seperti: Penolakan,Penghindaran, 4. Menyalahkan diri sendiri, Menarik diri dari lingkungan sosial. 5. Dalam penelitian ini tidak ditemukan perbedaan yang signifikan *self-esteem* berdasarkan durasi kekerasan emosional, yang menunjukan bahwa dampak kekerasan terhadap Kesehatan mental bersifat mendalam dan menetap	
8.	(Yunan, 2018)	Strategi *Coping* Anak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga	1. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus deskriptif. 2. Subjek penelitian adalah dua anak perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga, yang mengalami kekerasan fisik, verbal, dan emosional. 3. Teknik pengumpulan data meliputi: 4. wawancara terstruktur, observasi, studi dokumentasi 5. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan untuk memahami secara mendalam proses *coping* korban kekerasan.	1. Korban kekerasan fisik dan verbal mengalami dampak psikologis signifikan, seperti trauma, rasa takut, kecemasan, dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri. 2. Pola *coping* yang muncul pada korban adalah kombinasi antara: 3. *Emotion-focused coping*, seperti menangis, menarik diri, mencari dukungan emosional, dan melakukan reinterpretasi positif terhadap pengalaman kekerasan. 4. *Coping maladaptif*, seperti melukai diri sendiri (self-harm), memendam emosi, dan pasrah tanpa perlawanan. 5. Dukungan sosial dari anggota keluarga non-pelaku dan teman sebaya berperan penting dalam membantu korban bertahan secara psikologis. 6. Pola *coping* yang tidak adaptif berkaitan dengan ketidakstabilan kesehatan mental, seperti trauma berkepanjangan dan regulasi emosi yang buruk.	Penelitian ini menyimpulkan bahwa mekanisme *coping* yang digunakan oleh penyintas kekerasan fisik sangat menentukan stabilitas kesehatan mental mereka. *Coping* yang berfokus pada pengelolaan emosi dan didukung oleh lingkungan sosial dapat membantu korban mengurangi tekanan psikologis, sementara *coping maladaptif* justru memperparah kondisi mental korban.

				7. Korban yang mampu melakukan *coping* positif cenderung memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil dibandingkan korban yang hanya menggunakan *coping* maladaptif.	
9.	(Oktoji & Indrijati, 2021)	Hubungan Strategi Koping dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga	1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain explanatory research dan metode survey 2. Partisipan: 45 remaja di Indonesia berusia 14–17 tahun yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga (fisik, emosional, seksual, dan/atau pengabaian), dengan mayoritas perempuan (80%). *3. Teknik Sampling: Nonprobability sampling dengan purposive sampling.* **4.** Instrumen Penelitian**:** *5.* Brief COPE untuk mengukur strategi koping *(problem-focused coping, emotion-focused coping, dan dysfunctional coping).* 6. *Scales of Psychological Well-Being* yang telah diadaptasi untuk mengukur kesejahteraan psikologis. 7. Teknik Analisis Data: Analisis korelasi Pearson dan korelasi parsial menggunakan IBM SPSS 22.0	1. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara strategi koping dan kesejahteraan psikologis pada remaja korban KDRT dengan koefisien korelasi r = 0,637 (p = 0,000). 2. *Problem-focused coping* memiliki korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, namun dengan kekuatan hubungan kecil (r = 0,181; p = 0,050).	Terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping dan kesejahteraan psikologis pada remaja yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Semakin tinggi penggunaan strategi koping, semakin tinggi juga kesejahteraan psikologis yang dirasakan remaja. Tetapi, variasi kekuatan hubungan pada jenis koping menunjukkan bahwa tidak semua strategi koping bersifat adaptif dalam konteks KDRT, sehingga diperlukan dukungan dan intervensi untuk mendorong penggunaan strategi koping yang berkelanjutan.
10.	(Ghiffari & Adriyansyah, 2022)	Studi Resiliensi Pada Mahasiswi Penyintas	1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis deskriptif.	1. Seluruh subjek mampu mencapai kondisi resiliensi, yang tercermin melalui tujuh aspek utama resiliensi (Reivich & Shatte), yaitu:	Resiliensi memiliki peran yang sangat signifikan dalam pemulihan dan stabilitas mental mahasiswi penyintas

		Kekerasan	2. Subjek penelitian:4 orang mahasiswi yang merupakan penyintas kekerasan (verbal dan seksual) 3. Teknik pemilihan subjek: Rekrutmen sukarela berdasarkan rekomendasi dan hasil *screening* 4. Teknik pengumpulan data: Wawancara mendalam menggunakan wawancara semi-terarah 5. Teknik analisis data: Analisis tematik berdasarkan tahapan Miles & Huberman:pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi	2. Regulasi emosi diri Subjek mampu mengelola emosi negatif (marah, takut, sedih) melalui menenangkan diri, menulis, menangis, atau berbagi dengan orang terpercaya. 3. Pengendalian impuls Penyintas mampu menahan dorongan destruktif dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak. 4. Optimisme Subjek memiliki keyakinan bahwa situasi dapat membaik dan mereka mampu menghadapi masalah di masa depan. 5. Kemampuan mencari tahu sumber masalah Penyintas mampu mengidentifikasi penyebab kekerasan dan mengambil langkah preventif agar kejadian tidak terulang. 6. Efikasi diri Muncul keyakinan dalam diri bahwa mereka mampu menyelesaikan masalah dan melindungi diri. 7. Empati Subjek menunjukkan kepedulian terhadap korban lain dan keinginan untuk memberi dukungan emosional. 8. Pencapaian Aktivitas dan prestasi yang dicapai membantu meningkatkan harga diri, rasa berharga, serta memperkuat stabilitas mental.	kekerasan. Sebagian besar subjek menunjukkan tujuh aspek resiliensi secara utuh, sementara satu subjek menunjukkan enam aspek, namun tetap mampu bangkit dari pengalaman traumatis. Resiliensi terbukti membantu penyintas:,mengelola emosi, mengurangi dampak psikologis kekerasan, membangun kembali kepercayaan diri, serta mempertahankan fungsi mental dan sosial secara adaptif.
11.	(Imayah et al., 2025)	Application of Coping Strategy *on Victims of Physical and Verbal Violence in Dating Relationships to*	1. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami pengalaman korban kekerasan dalam pacaran. 2. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan	1. Korban mengalami kekerasan verbal berupa makian, hinaan, bentakan, ancaman, dan perilaku merendahkan pasangan. 2. Sebagian korban juga mengalami kekerasan fisik seperti dipukul, ditampar, ditendang, dicakar, dan didorong.	Kekerasan fisik dan verbal dalam hubungan pacaran memberikan dampak psikologis yang signifikan pada remaja perempuan. *Emotion focused coping* digunakan ketika korban merasa tidak mampu mengubah situasi secara

		Overcome Psychological Disorders in Adolescent Females in Makassar City	kriteria usia 18–25 tahun dan pengalaman kekerasan fisik atau verbal. 3. Jumlah informan terdiri dari korban, pelaku, anggota keluarga korban, serta tenaga profesional UPTD PPA. 4. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi 5. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, dengan uji keabsahan data menggunakan uji kredibilitas.	3. Kekerasan verbal merupakan bentuk yang paling dominan dan sering menjadi awal terjadinya kekerasan fisik. 4. Dampak psikologis yang dialami korban meliputi kecemasan, trauma, depresi, gangguan tidur, isolasi diri, dan rendahnya harga diri. 5. Korban menggunakan *Emotion Focused Coping (escape–avoidance, accepting responsibility, positive reappraisal*) dan *Problem Focused Coping (seeking social support* dan *confrontive coping*).	langsung. *Problem focused coping* digunakan melalui dukungan keluarga, teman, dan tenaga profesional untuk mengatasi masalah secara aktif. Dukungan sosial dan layanan konseling psikologis memiliki peran penting dalam pemulihan korban dan pencegahan kekerasan dalam pacaran.
12	(Nagoshi et al., 2025)	*Experienced Versus Perpetrated Intimate Partner Violence and Psychological Maladjustment : The Role of Adaptive and Avoidant Coping*	1. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif *cross-sectional.* 2. Subjek penelitian terdiri dari 333 mahasiswa sarjana (247 perempuan dan 86 laki-laki). 3. Pengumpulan data dilakukan melalui survei *online* menggunakan kuesioner terstandar. 4. Variabel yang diukur meliputi pengalaman dan pelaku kekerasan pasangan intim (IPV), strategi *coping* adaptif dan *avoidant,* serta *maladjustment* psikologis (somatisasi, depresi, kecemasan, dan gejala gangguan makan). 5. Analisis data dilakukan menggunakan	1. Kekerasan pasangan intim, baik yang dialami maupun dilakukan, berhubungan signifikan dengan maladjustment psikologis pada mahasiswa. 2. Agresi verbal memiliki hubungan kuat dengan depresi, kecemasan, dan somatisasi, terutama pada mahasiswa perempuan. 3. *Avoidant coping* (koping menghindar) terbukti memediasi hubungan antara pengalaman kekerasan dan gangguan kesehatan mental. 4. Mahasiswa yang lebih sering menggunakan *coping* menghindar menunjukkan tingkat *distress* psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menggunakan koping adaptif. 5. Perbedaan gender ditemukan, di mana perempuan menunjukkan dampak psikologis yang lebih	Kekerasan dalam hubungan pasangan intim berkaitan erat dengan ketidakstabilan kesehatan mental mahasiswa. Penggunaan *avoidant coping* memperburuk dampak psikologis kekerasan, sedangkan *coping* adaptif berpotensi menjadi faktor protektif. Intervensi kesehatan mental bagi mahasiswa penyintas kekerasan perlu difokuskan pada penguatan strategi *coping* adaptif dan pengurangan koping menghindar.Upaya pencegahan dan penanganan IPV di kalangan mahasiswa harus mencakup pendekatan psikologis yang menargetkan mekanisme *coping* dan regulasi emosi.

			analisis korelasi dan analisis jalur (path analysis) dengan uji mediasi bootstrap.	luas akibat kekerasan dibandingkan laki-laki.	
13	(Assari & Lankarani, 2018)	*Violence Exposure and Mental Health of College Students in the United States*	1. Penelitian menggunakan desain kuantitatif *cross-sectional.* 2. Data berasal dari *Healthy Minds Study* tahun 2016–2017, yaitu survei nasional berbasis *online*. 3. Jumlah responden sebanyak 41.898 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Amerika Serikat. 4. Variabel yang diteliti meliputi riwayat paparan kekerasan (psikologis, fisik, dan seksual) serta kesehatan mental mahasiswa. 5. Indikator kesehatan mental yang diukur mencakup kecemasan, depresi, dan perilaku bunuh diri. 6. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier dan regresi logistik dengan kontrol variabel demografis dan sosial ekonomi.	1. Sekitar 15,74% mahasiswa melaporkan pernah mengalami paparan kekerasan sepanjang hidupnya. 2. Mahasiswa dengan riwayat paparan kekerasan menunjukkan tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak mengalami kekerasan. 3. Paparan kekerasan berhubungan signifikan dengan peningkatan risiko ideasi dan perilaku bunuh diri. 4. Hubungan antara kekerasan dan gangguan kesehatan mental tetap signifikan meskipun telah dikontrol oleh faktor usia, jenis kelamin, ras, dan kondisi sosial ekonomi. 5. Semua jenis kekerasan (psikologis, fisik, dan seksual) berkontribusi terhadap ketidakstabilan kesehatan mental mahasiswa.	Paparan kekerasan merupakan faktor risiko utama terhadap gangguan kesehatan mental pada mahasiswa. Mahasiswa penyintas kekerasan memiliki kemungkinan lebih besar mengalami kecemasan, depresi, dan kecenderungan bunuh diri. Institusi pendidikan tinggi perlu melakukan *screening* kesehatan mental berbasis trauma bagi mahasiswa. Pendekatan layanan kesehatan mental kampus harus bersifat *trauma-informed* untuk mendukung pemulihan mahasiswa penyintas kekerasan.

14.	(Ravelo et al., 2022)	*Motivational mediation between coping and post-traumatic growth in previously bullied college students*	1. Penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. 2. Sampel penelitian terdiri dari 85 mahasiswa tahun pertama yang pernah mengalami bullying sebelum memasuki perguruan tinggi. 3. Pengambilan sampel dilakukan melalui seleksi dari 1.134 mahasiswa yang disurvei. 4. Instrumen penelitian meliputi *Resilient Coping Scale, Event-Related Rumination Inventory, BIS/BAS Scale, Regulatory Focus Questionnaire,* dan *skala Post-Traumatic Growth* dari *Resilience Portfolio Measurement Packet.* 5. Analisis data menggunakan *conditional process analysis* untuk menguji peran mediasi dan moderasi.	1. Mahasiswa dengan tingkat *post-traumatic growth* (PTG) tinggi memiliki skor *resilient coping* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan PTG rendah. 2. *Regulatory focus on promotion* berperan sebagai mediator antara *resilient coping* dan PTG. 3. Dimensi *drive* pada *Behavioral Activation System* (BAS) berfungsi sebagai moderator dalam hubungan antara *coping* dan PTG. 4. *Coping* yang adaptif berhubungan dengan kemampuan individu untuk memaknai pengalaman bullying secara lebih positif.	Mekanisme *coping* yang bersifat resilien dan berorientasi pada tujuan berkontribusi terhadap pertumbuhan psikologis pasca-trauma pada mahasiswa penyintas *bullying.* Faktor motivasional memainkan peran penting dalam menentukan efektivitas *coping* terhadap stabilitas dan perkembangan mental mahasiswa. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman kekerasan tidak selalu berdampak negatif secara permanen apabila individu memiliki strategi *coping* dan motivasi yang adaptif.
15.	(Mulianingsih & Dewi, 2022)	Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Koran Bullying di Universitas X	1. Kualitatif fenomenologi 2. Subjek: 4 mahasiswa penyintas kekerasan fisik 3. Teknik: wawancara mendalam 4. Analisis: content analysis (tema & makna)	1. Mengalami kekerasan fisik dan emosional sejak kecil 2. Dampak: cemas, takut, rendah diri, sulit percaya orang lain 3. Coping yang digunakan: a. aktivitas positif b. dukungan sosial c. pendekatan spiritual 4. Terjadi post-traumatic growth (lebih kuat, lebih matang, lebih bermakna)	Mahasiswa penyintas kekerasan fisik mengalami dampak psikologis serius, terutama kecemasan, trauma, dan rendah diri Namun melalui coping yang adaptif (aktivitas positif, dukungan sosial, dan spiritualitas), korban mampu mengatasi trauma
16.	(Viana et al., 2020)	*Association between Habitual Use of*	1. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif *cross-sectional*	1. Korelasi positif signifikan antara dysfunctional coping dan PTSS: semakin	Penggunaan coping maladaptif sehari-hari (misalnya *denial,*

		Coping Strategies and Posttraumatic Stress Symptoms in a Non-Clinical Sample of College Students: A Bayesian Approach	dengan pendekatan statistik Bayesian dan konvensional (frequentist). 2. Sampel awalnya terdiri dari 99 mahasiswa, namun hanya 37 mahasiswa yang memenuhi kriteria trauma menurut DSM-IV *(Criterion A)* yang dianalisis. 3. Mahasiswa diminta mengisi dua instrumen: PTSD *Checklist–Civilian Version* (PCL-C) untuk mengukur gejala stres pasca-trauma (PTSS) dan Brief COPE untuk mengukur kecenderungan penggunaan strategi *coping* sehari-hari. 4. *Coping* diklasifikasikan dalam tiga *cluster* utama: *5. Problem-focused coping* 6. *Emotion-focused coping* (*coping* adaptif) 7. *Dysfunctional coping (coping* maladaptif)	tinggi gaya *coping* maladaptif, semakin tinggi gejala stres pasca-trauma. 2. *Emotion-focused coping* berhubungan negatif dengan PTSS: semakin sering mahasiswa menggunakan strategi emosi adaptif, semakin rendah gejala PTSS. 3. Analisis regresi menunjukkan bahwa hanya *dysfunctional coping* yang menjadi prediktor signifikan terhadap tingkat gejala PTSS (mengendalikan gender). 4. Beberapa strategi *coping* spesifik seperti *active coping, positive reinterpretation*, dan humor berkaitan dengan PTSS yang lebih rendah. Sementara itu, strategi maladaptif seperti *self-blame, venting,* dan *denial* berkaitan dengan PTSS yang lebih tinggi.	*self-blame, venting*) sangat terkait dengan keparahan gejala stres pasca-trauma pada mahasiswa yang terkena trauma. Sebaliknya, strategi *coping* adaptif/berfokus emosi (seperti mencari dukungan emosional, humor, reframing positif) berperan sebagai faktor protektif terhadap gejala PTSS yang lebih parah. Hasil ini menekankan pentingnya mendorong strategi *coping* adaptif pada mahasiswa sebagai bagian dari program promosi kesehatan mental, terutama bagi yang memiliki riwayat trauma.
17.	(Afriyanti et al., 2025)	*College Students' Coping Strategies for Dating Violence: A Case Study in Padang City*	1. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif observasional untuk menggambarkan pola *coping strategies* yang digunakan oleh mahasiswa yang mengalami kekerasan dalam pacaran *(dating violence).* 2. Populasi: Mahasiswa di dua institusi terkemuka di Kota Padang yang pernah mengalami dating violence. 3. Sampel: 380 responden dipilih menggunakan	1. Mayoritas responden (66,6%) melaporkan mengalami *dating violence* dalam kategori moderat. 2. Kekerasan verbal adalah bentuk yang paling sering diterima, dengan 60% responden mengalami verbal abuse dalam hubungan pacaran. 3. Sedangkan kekerasan fisik dilaporkan pada mayoritas dalam kategori ringan (64,5%), menunjukkan bahwa walaupun fisik terjadi, intensitasnya relatif lebih rendah dibanding verbal. 4. Strategi *coping* yang paling sering digunakan oleh korban adalah *coping*	Kekerasan dalam hubungan pacaran masih menjadi masalah signifikan di kalangan mahasiswa, terutama dalam bentuk kekerasan verbal. Strategi *coping* emosional mendominasi pola respons mahasiswa terhadap kekerasan dalam hubungan. Temuan ini menunjukkan kebutuhan akan intervensi yang sesuai dengan tipe coping yang dipilih oleh mahasiswa, misalnya program dukungan emosional, konseling, dan

			teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria pengalaman kekerasan dalam pacaran. 4. Instrumen: *Questionnaire The Ways of Coping (Revised)* untuk mengukur strategi coping, serta kuesioner *dating violence* yang dikembangkan dari teori terkait. 5. Analisis Data: Distribusi frekuensi untuk mendapatkan gambaran prevalensi bentuk kekerasan dan strategi yang dipakai.	emosional *(emotion-focused coping)* sebesar 66,8%. 5. Ini mencakup upaya seperti pengelolaan emosi, mencari dukungan sosial, pelampiasan perasaan, atau upaya internal lainnya untuk menghadapi stres akibat kekerasan.	edukasi tentang strategi *coping* adaptif untuk mendukung kesejahteraan psikologis korban.
18.	(Perry & Cuellar, 2022)	*Coping Methods Used by College Undergraduate and Graduate Students while Experiencing Childhood Adversities and Traumas*	1. Desain: *Mixed-method survey* dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. 2. Partisipan: 146 mahasiswa *(undergraduate* dan *graduate)* dari sebuah universitas besar di wilayah timur laut Amerika Serikat yang beragam secara demografis. 3. Instrumen: Survei online anonim yang mencakup pertanyaan pengalaman trauma/adversitas masa kecil dan terbuka: "Apa alat yang kamu gunakan untuk mengatasi *adversity*/trauma tersebut?" 4. Analisis: Tema utama dikembangkan menggunakan analisis tematik terhadap jawaban kualitatif, kemudian disandingkan dengan data	1. Pengalaman Trauma/Adversitas Masa Kecil. Banyak responden mengalami berbagai bentuk adversitas termasuk kekerasan fisik dan verbal, paparan terhadap penyalahgunaan zat, kematian orang dekat, perceraian orang tua, dan *domestic violence* di rumah. Lebih dari setengah responden melaporkan pengalaman adversity yang signifikan selama masa kecil atau remaja mereka. 2. Dua Tema Utama *Coping Strategies: Emotion-Focused Coping* (EFC) Ini adalah strategi yang paling banyak dilaporkan (~61% responden). Contohnya:*Emotional expression*: seni pertunjukan (musik, teater), olahraga, kegiatan artistik, membaca/menulis. 3. *Emotional regulation*: aktivitas yang membantu menenangkan emosi. 4. *Emotional avoidance*: isolasi diri atau	Mahasiswa yang mengalami trauma dan *adversity* di masa kecil menggunakan strategi *coping* yang beragam, terutama *emotion-focused coping,* seperti seni, olahraga, dan aktivitas kreatif sebagai cara untuk mengatur emosi mereka, seperti terapi dan dukungan sosial juga penting, tetapi digunakan oleh sebagian kecil responden. Memahami berbagai metode coping ini bisa membantu universitas, sekolah, tenaga kesehatan, dan pembuat kebijakan merancang program dukungan emosional dan sosial yang lebih efektif untuk mahasiswa yang pernah mengalami *adversity*/trauma masa kecil.

			statistik deskriptif.	"melupakan" masalah untuk sementara. 5. Banyak responden menyebut musik atau seni sebagai "pelarian" untuk mengurangi beban emosional. 6. *Problem-Focused Coping* (PFC) 7. Dipakai oleh sebagian responden, seperti:Terapi (mis. konseling psikologis).Dukungan sosial dari keluarga, teman, atau konselor. Beberapa responden menggunakan gabungan EFC dan PFC.	
19.	(An et al., 2024)	*Scoping Review of Intimate Partner Violence Prevention Programs for Undergraduate College Students*	1. Penelitian ini merupakan *scoping review* yang menganalisis program-program pencegahan I*ntimate Partner Violence* (IPV) di kalangan mahasiswa sarjana di AS. 2. Kajian mencakup 25 artikel ilmiah dan disertasi yang dipublikasikan antara 2010–2020. 3. Data diambil dari program yang benar-benar diterapkan di kampus dan dinilai berdasarkan karakteristik intervensi, teori yang digunakan, target hasil, komponen pengembangan keterampilan, dan metode penyampaian 4. Analisis dilakukan melalui pendekatan kerangka *ecological systems perspective* untuk melihat interventi multilevel.	1. Mayoritas program pencegahan IPV fokus pada intervensi *bystander* (perilaku saksi) dan *skill-building* seperti keterampilan hubungan sehat, resolusi konflik, komunikasi, empati, dan regulasi diri. 2. Banyak program dirancang sebagai primary prevention (pencegahan awal) atau kombinasi *primary* dan *secondary prevention*. 3. Hasil yang paling sering diukur adalah pengetahuan tentang IPV dan peran saksi; sekitar 44% studi juga mengukur perubahan perilaku (mis. perilaku saksi nyata, reaksi pada pengungkapan IPV, screening IPV, penggunaan keterampilan sosial-emosional, atau penurunan kekerasan). 4. Partisipan dominan adalah mahasiswa kulit putih (>60%) dan sedikit studi mencakup Latinx atau mahasiswa di universitas bersejarah untuk mahasiswa kulit hitam.	Beragam program pencegahan IPV telah diterapkan di lingkungan perguruan tinggi, yang dirancang untuk mengatasi faktor risiko pada berbagai level sistem (individual, hubungan, komunitas, dan lingkungan sosial). Intervensi *bystander* efektif dalam meningkatkan kesadaran dan peran saksi, sementara pendekatan *skill-building* berpotensi memperkuat program melalui pengembangan keterampilan praktis mahasiswa. Studi ini menyarankan bahwa program masa depan perlu lebih memperhatikan keberagaman siswa dan perluasan fokus pada faktor risiko seperti trauma masa kecil, emosi, dan kontrol diri untuk mendukung pencegahan IPV secara holistik.
20.	(Bakkarang & Razak, 2025)	Religiusitas dan Perilaku Kekerasan pada	1. Jenis penelitian: Kuantitatif korelasional. 2. Populasi dan sampel: 326 mahasiswa aktif	1. Ditemukan hubungan negatif antara religiusitas dan perilaku kekerasan pada mahasiswa.	Penelitian menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas

		Mahasiswa	Fakultas Teknik Universitas Negeri Makassar yang dipilih dengan teknik accidental sampling. 3. Alat ukur: a. Skala religiusitas b. Skala perilaku kekerasan 4. Analisis data: Uji Spearman rank correlation untuk melihat hubungan antara religiusitas dan perilaku kekerasan.	2. Koefisien korelasi (r): -0,106 dan nilai signifikansi (p): 0,028 (p < 0,05). Artinya, semakin rendah religiusitas, semakin tinggi perilaku kekerasan di antara mahasiswa yang diteliti.	dan perilaku kekerasan pada mahasiswa. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat religiusitas yang lebih rendah berkaitan dengan peningkatan perilaku kekerasan. Penelitian ini merekomendasikan agar mahasiswa dapat mengembangkan kontrol emosi dan ada perhatian lebih dari lembaga pendidikan untuk memberikan edukasi tentang religiusitas dan pengendalian kekerasan.
21.	(Sere et al., 2021)	*Coping With the Experiences of Intimate Partner Violence Among South African Women : Systematic Review and Meta-Synthesis*	1. Penelitian menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR) dengan meta-sintesis kualitatif 2. Menggunakan pedoman prisma dan JBI (*Joanna Briggs Institute*) 3. Pencarian literatur dilakukan melalui beberapa database : Web of Sciens, PubMed, EBSCOhost, Google Scholar 4. Kriteria inklusi menghasilkan 10 studi kualitatif yang relevan periode 2010-2020 5. Total partisipandari seluruh studi Adalah 159 perempuan penyintas kekerasan pasangan 6. Data dianalisis melalui proses ekstraksi,temuan, pengelompokan menjadi kategori, dan sintetis menjadi tema utama.	Pola coping utama : 1. Help-seeking (dukungan sosial) : Korban mencari bantuan dari keluarga, teman, atau profesional (formal & informal). 2. Emotion-focused coping : Mengelola emosi seperti harapan, cinta, penerimaan, dan menyalahkan diri sendiri. 3. Avoidance & distraction coping : Menghindari masalah, misalnya melalui denial, distraksi, atau penggunaan zat. 4. Emotion-focused coping paling dominan, dipengaruhi faktor sosial-budaya. 5. Dukungan sosial sangat penting dalam proses coping korban. 6. Coping religius/spiritual juga sering digunakan. 7. Coping maladaptif (self-blame, denial, substance use) dapat memperburuk kondisi psikologis. 8. Faktor sosial (budaya, ekonomi, norma, akses layanan) memengaruhi pilihan coping.	1.Penyintas kekerasan menggunakan beragam strategi coping (adaptif dan maladaptif) untuk menghadapi pengalaman kekerasan. 2.Coping tidak hanya dipengaruhi faktor individu, tetapi juga oleh lingkungan sosial, budaya, dan struktur masyarakat. 3.Dukungan sosial dan strategi coping adaptif berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis korban. 4.Kekerasan pasangan merupakan fenomena kompleks yang harus dipahami secara multilevel (individu, keluarga, masyarakat)

22.	(Yoviana et al., 2023)	Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan *Cope strategies for victims of sexual violence in adolescents : Scoping review*	1. Penelitian ini menggunakan metode *scoping review* (kajian literatur) untuk mengidentifikasi *strategi coping* pada remaja korban kekerasan seksual. 2. Pencarian artikel dilakukan melalui *database* PubMed, EBSCOhost, dan *Google Scholar.* 3. Kata kunci yang digunakan antara lain: *4. "sexual violence victims"* *5. "teenagers"* *6. "coping strategies"* *7. "adolescence"* *8. "victims of sexual violence".* 9. Artikel yang dipilih menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris dengan rentang tahun 2012–2022. 10. Kriteria inklusi penelitian meliputi: 11. artikel yang relevan dengan topik, 12. tersedia *full text*, 13. membahas *strategi coping* pada remaja korban kekerasan seksual. 14. Dari proses seleksi literatur tersebut diperoleh 9 artikel penelitian yang kemudian dianalisis dalam kajian ini.	1. Hasil kajian menunjukkan bahwa *strategi coping p*ada remaja korban kekerasan seksual sangat bervariasi. 2. Bentuk *strategi coping* yang ditemukan antara lain: 3. *Avoidance* (penghindaran) terhadap masalah atau pengalaman traumatis. 4. *Creating positive meaning*, yaitu mencoba menciptakan makna positif dari pengalaman yang dialami. 5. *Self-control* (mengontrol diri) dalam menghadapi tekanan emosional. 6. *Acceptance* (penerimaan) terhadap pengalaman yang terjadi. 7. *Seeking social support*, yaitu mencari dukungan dari keluarga, teman, atau orang terdekat. 8. *Planning*, yaitu merencanakan langkah untuk mengatasi masalah. 9. *Confrontation*, yaitu menghadapi masalah secara langsung. 10. Selain *coping* adaptif, ditemukan juga *coping* yang bersifat maladaptif, antara lain: melampiaskan masalah secara negatif, menyalahkan diri sendiri, melakukan tindakan yang membahayakan diri. 11. Jenis *strategi coping* yang paling banyak digunakan oleh remaja korban kekerasan seksual adalah *emotion-focused coping*, yaitu strategi yang berfokus pada pengelolaan emosi akibat pengalaman traumatis. 12. Penelitian juga menemukan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi *strategi coping* korban.	Kekerasan seksual pada remaja dapat memberikan dampak fisiologis, psikologis, dan sosial yang signifikan bagi korban. Remaja korban kekerasan seksual menggunakan berbagai *strategi coping* baik adaptif maupun maladaptif untuk menghadapi pengalaman traumatis. *Emotion-focused coping* menjadi strategi yang paling banyak digunakan oleh remaja korban kekerasan seksual. Faktor seperti dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sangat mempengaruhi kemampuan remaja dalam mengembangkan *strategi coping* yang sehat. Oleh karena itu, tenaga kesehatan, keluarga, dan lingkungan perlu memberikan perhatian serta dukungan yang lebih besar agar remaja korban kekerasan seksual dapat mengembangkan *strategi coping* yang lebih adaptif.
23.	(Cao et al., 2022)	*Coping Style and Resilience Mediate*	1. Desain: *Cross-sectional survey* (survei potong lintang).	1. *Childhood maltreatment* berkorelasi positif dengan *mental health symptomology*	*Childhood maltreatment* (seperti kekerasan atau pengabaian di masa kecil)

		the Effect of Childhood Maltreatment on Mental Health Symptomology	2. Partisipan: 740 mahasiswa dari universitas di Provinsi Gansu, Cina. 3. Instrumen: 4. *Childhood Trauma Questionnaire* (CTQ) untuk *maltreatment* masa kecil. 5. *Simplified Coping Style Questionnaire* (SCSQ) untuk gaya coping. 6. *Connor–Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) untuk *resilience*. 7. *Symptom Checklist*-90 (SCL-90) untuk gejala kesehatan mental. 8. Analisis: *Structural Equation Modeling* (SEM) untuk melihat hubungan antara *maltreatment* masa kecil, gaya *coping, resilience*, dan gejala mental.	(semakin banyak maltreatment, maka semakin banyak gejala mental). 2. *Childhood* maltreatment berkorelasi negatif dengan gaya coping dan *resilience* (pengalaman *maltreatmen*t coping lebih buruk dan kurang *resilience*). 3. *Resilience* berkorelasi negatif dengan gejala mental (lebih *resilience* ke gejala mental lebih rendah). 4. Gaya *coping* positif juga berkorelasi baik dengan resilience. 5. Peran mediasi: 6. Gaya *coping* dan *resilience* memediasi sebagian hubungan antara *maltreatment* masa kecil dan gejala mental mahasiswa. 7. Artinya, sebagian efek maltreatment pada kesehatan mental lewat cara mahasiswa mengatasi stres dan ketahanan psikologis mereka.	memang berdampak buruk pada kesehatan mental mahasiswa dewasa. Namun, gaya *coping* positif dan *resilience* yang kuat dapat mengurangi dampak negatif itu, bertindak sebagai mekanisme perlindungan.Maka dari itu, intervensi yang menumbuhkan *coping* positif dan *resilience* bisa menjadi strategi efektif untuk meningkatkan stabilitas mental di kalangan mahasiswa yang pernah mengalami *maltreatment.*
24.	(Salma et al., 2025)	*Mental Health of University Students Who Are Victims of Domestic Violence: The Role of Past Trauma*	1. Jenis penelitian: Kuantitatif kausal (untuk mengetahui pengaruh satu variabel terhadap variabel lain). 2. Populasi dan sampel: 100 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Purworejo yang pernah menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. 3. Teknik sampling: *Non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling* (dipilih berdasarkan kriteria tertentu). 4. Alat ukur dan analisis: Kuesioner dengan uji statistik untuk melihat hubungan antara trauma	1. Hasil analisis menunjukkan bahwa trauma masa lalu berpengaruh negatif terhadap kesehatan mental mahasiswa yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. 2. Nilai koefisien menunjukkan bahwa semakin tinggi trauma masa lalu, semakin rendah tingkat kesehatan mental mahasiswa yang menjadi korban.	Penelitian ini menyimpulkan bahwa trauma masa lalu memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap tingkat kesehatan mental mahasiswa korban kekerasan dalam rumah tangga. Artinya, pengalaman traumatis dari kekerasan domestik dapat menurunkan kondisi kesehatan mental individu di kemudian hari, sehingga perlu diperhatikan dalam upaya dukungan psikologis dan intervensi.

			masa lalu dan kesehatan mental.		
25.	(Deliviana, 2021)	*Resiliensi* dan *Post Traumatic Growth* Mahasiswa Korban Kekerasan dalam Pacaran	1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. 2. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan *post traumatic growth* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran. 3. Subjek penelitian berjumlah 120 mahasiswa yang memiliki pengalaman kekerasan dalam hubungan pacaran. 4. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan kriteria responden merupakan penyintas kekerasan dalam pacaran. 5. Instrumen penelitian terdiri dari Skala Resiliensi dan *Post Traumatic Growth Inventory* (PTGI). 6. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk melihat kekuatan dan arah hubungan antar variabel.	1. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara resiliensi dan *post traumatic growth* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran. 2. Mahasiswa dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung memiliki *post traumatic growth* yang lebih baik setelah mengalami kekerasan. 3. Resiliensi berfungsi sebagai *coping* mechanism adaptif dalam menghadapi tekanan psikologis akibat pengalaman traumatis. 4. Penyintas yang mampu menerapkan *coping* adaptif menunjukkan stabilitas kesehatan mental yang lebih baik, seperti penerimaan diri dan pandangan hidup yang lebih positif. 5. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengelola stres dan emosi berperan penting dalam proses pemulihan psikologis penyintas kekerasan.	Penelitian ini menyimpulkan bahwa resiliensi memiliki peran penting dalam mendorong post *traumatic growth* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran. Resiliensi berfungsi sebagai bentuk *coping mechanism* adaptif yang memungkinkan penyintas bangkit dari pengalaman traumatis dan mencapai kestabilan kesehatan mental. Dengan demikian, penguatan resiliensi dan strategi *coping* positif menjadi faktor krusial dalam intervensi psikologis bagi penyintas kekerasan fisik maupun emosional.

Berdasarkan kajian berbagai penelitian, kekerasan yang meliputi aspek fisik, verbal, maupun emosional memberikan pengaruh besar terhadap kondisi kesehatan mental mahasiswa. Paparan terhadap kekerasan berkaitan erat dengan meningkatnya tingkat kecemasan, depresi, stres pascatrauma, somatisasi, serta menurunnya kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Hasil penelitian Assari & Lankarani, (2018) turut memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki pengalaman kekerasan cenderung lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan mereka yang tidak pernah mengalaminya. Dengan demikian, kekerasan dapat dipahami sebagai salah satu faktor risiko utama yang mengancam stabilitas kesehatan mental di lingkungan perkuliahan.

Berdasarkan temuan kajian, mahasiswa yang menjadi korban kekerasan fisik memiliki kemungkinan besar mengalami gangguan kejiwaan, antara lain kecemasan, depresi, serta dorongan untuk menyakiti diri sendiri. Guna mengurangi risiko tersebut, penyintas kekerasan memerlukan bantuan psikologis dan penanganan yang tepat sasaran. Mengingat dampaknya dapat mengganggu kelancaran proses belajar mengajar, perguruan tinggi perlu menyediakan layanan kesehatan mental bagi mahasiswanya. Layanan tersebut bertujuan menjaga kestabilan kondisi kejiwaan mahasiswa penyintas kekerasan fisik agar mereka dapat menjalani kegiatan akademik secara normal dan aman.

Penelitian Rismelina (2020) dilakukan untuk menganalisis pengaruh strategi koping dan dukungan sosial terhadap kemampuan bertahan (resiliensi) mahasiswi yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya angka kekerasan dalam rumah tangga yang menimbulkan dampak psikologis berupa ketakutan, hilangnya kepercayaan diri, dan perasaan tidak berdaya, sehingga kemampuan resiliensi menjadi sangat

penting untuk kelangsungan hidup dan penyesuaian diri. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* terhadap 90 mahasiswi dari total populasi 2.799 orang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan tiga instrumen berskala Likert, yaitu skala resiliensi, skala strategi koping (*problem-focused coping* dan *emotion-focused copin*), serta skala dukungan sosial. Data kemudian dianalisis menggunakan regresi berganda melalui aplikasi SPSS 25.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara bersamaan strategi koping dan dukungan sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi dengan nilai F = 24,865 dan p = 0,000, serta memberikan kontribusi sebesar 36,4% (R^2 = 0,364). Secara terpisah, strategi koping berpengaruh signifikan (β = 0,188; p = 0,037), sementara dukungan sosial memiliki pengaruh yang lebih besar (β = 0,525; p = 0,000). Selain itu, ditemukan bahwa mahasiswi cenderung lebih sering menggunakan *emotion-focused coping* dibandingkan *problem-focused coping*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor internal berupa strategi koping dan faktor eksternal berupa dukungan sosial keduanya berperan penting dalam meningkatkan resiliensi korban KDRT. Berdasarkan temuan tersebut, direkomendasikan kepada mahasiswa, fakultas, lembaga terkait, serta peneliti berikutnya untuk memperkuat penggunaan koping yang efektif, menyediakan layanan konseling, mengembangkan program edukasi, serta melakukan penelitian lanjutan mengenai resiliensi, strategi koping, dan dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Meida & Ariana (2021) dari Universitas Airlanga bertujuan menganalisis hubungan antara harga diri dan strategi koping pada remaja yang mengalami kekerasan emosional pada masa kanak-kanak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh dampak negatif kekerasan emosional terhadap kesehatan mental, pembentukan harga diri, serta kecenderungan penggunaan koping yang tidak adaptif. Metode yang digunakan

adalah pendekatan kuantitatif survei terhadap 76 remaja berusia 12 hingga 21 tahun yang dipilih secara *purposive*. Pengukuran data dilakukan menggunakan instrumen BRIEF *Cope* yang terdiri dari 28 aitem dengan reliabilitas α=0,830 dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang terdiri dari 10 aitem dengan reliabilitas α=0,892. Analisis data menggunakan korelasi Spearman's rho mengingat data tidak berdistribusi normal, serta uji *Mann-Whitney* tambahan untuk mengetahui perbedaan harga diri berdasarkan durasi kekerasan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara harga diri dan strategi koping dengan nilai r=0,257 dan p=0,025, meskipun kekuatan hubungannya tergolong lemah; hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi harga diri remaja, semakin efektif pula strategi koping yang digunakan. Penelitian tidak menemukan perbedaan signifikan pada tingkat harga diri berdasarkan lamanya pengalaman kekerasan emosional. Pembahasan hasil dikaitkan dengan teori Lazarus dan Folkman mengenai *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*, temuan penelitian sebelumnya tentang kecenderungan koping maladaptif pada korban kekerasan emosional, serta peran dukungan sosial sebagai faktor penghubung. Simpulan penelitian menyatakan bahwa harga diri berperan penting dalam efektivitas koping remaja korban kekerasan emosional, dan direkomendasikan kepada remaja, keluarga, serta peneliti berikutnya untuk memperluas cakupan variabel dan pendekatan dalam penelitian serupa.

Penelitian yang dilakukan oleh Assari & Lankarani, (2018) bertujuan menganalisis hubungan antara pengalaman kekerasan dan kondisi kesehatan mental mahasiswa di Amerika Serikat dengan mempertimbangkan perbedaan ras dan etnis. Penelitian ini menggunakan data survei nasional mengenai kesehatan mahasiswa *(National College Health Assessment)* dengan desain potong lintang serta analisis statistik multivariat untuk menguji keterkaitan antara pengalaman

kekerasan, meliputi kekerasan fisik, kekerasan seksual, atau ancaman, dengan indikator kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, stres psikologis, serta pikiran bunuh diri. Dalam proses analisis, peneliti mengendalikan variabel demografis meliputi usia, jenis kelamin, dan latar belakang ras atau etnis.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa paparan kekerasan secara signifikan berkaitan dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental dan pikiran bunuh diri pada mahasiswa. Selain itu, terdapat variasi kekuatan keterkaitan antar kelompok ras dan etnis, yang mengindikasikan adanya ketidaksamaan dalam dampak psikologis akibat kekerasan. Pembahasan hasil penelitian menekankan pentingnya intervensi kampus yang sensitif terhadap konteks sosial dan rasial, upaya pencegahan kekerasan, serta ketersediaan layanan kesehatan mental yang menyeluruh. Simpulan yang diperoleh menegaskan bahwa paparan kekerasan merupakan faktor penentu penting bagi kesehatan mental mahasiswa di Amerika Serikat, sehingga memerlukan respons kebijakan dan dukungan dari institusi yang lebih efektif.

Penelitian yang dilakukan oleh Afriyanti et al., (2025) bertujuan mengidentifikasi strategi koping yang digunakan mahasiswa dalam menghadapi kekerasan dalam pacaran serta mengkaji hubungan antara jenis kekerasan yang dialami dengan respons koping yang dipilih. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif survei terhadap mahasiswa yang memiliki pengalaman kekerasan dalam hubungan pacaran, dengan instrumen yang mengukur berbagai bentuk kekerasan meliputi kekerasan fisik, psikologis, dan seksual, serta berbagai strategi koping seperti *problem-focused coping, emotion-focused coping,* pencarian dukungan sosial, penghindaran, dan respons pasif lainnya. Analisis data dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif dan analisis hubungan untuk melihat perbedaan berdasarkan karakteristik responden

dan tingkat keparahan kekerasan yang dialami.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan kombinasi strategi koping, dengan pencarian dukungan sosial dan *emotion-focused coping* sebagai strategi yang paling sering digunakan, namun sebagian mahasiswa juga menggunakan strategi yang tidak adaptif seperti penghindaran dan menyalahkan diri sendiri. Selain itu, ditemukan adanya perbedaan penggunaan koping berdasarkan jenis kelamin dan bentuk kekerasan yang dialami. Pembahasan hasil penelitian menekankan bahwa efektivitas koping dipengaruhi oleh konteks hubungan, persepsi terhadap kekerasan, serta ketersediaan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Simpulan penelitian menegaskan pentingnya intervensi dari pihak kampus melalui edukasi mengenai hubungan yang sehat, peningkatan koping adaptif, serta penyediaan layanan konseling untuk mengurangi dampak psikologis jangka panjang pada korban kekerasan dalam pacaran.Penelitian yang dilakukan oleh Perry & Cuellar (2022) bertujuan mengidentifikasi secara induktif strategi koping yang digunakan mahasiswa sarjana dan pascasarjana dalam menghadapi trauma dan kesulitan masa kanak-kanak, meliputi kekerasan fisik, verbal, seksual, disfungsi keluarga, paparan penyalahgunaan zat, kematian orang terdekat, perceraian, hingga kekerasan domestik. Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed-method* dengan survei anonim terhadap 146 mahasiswa di sebuah universitas negeri di wilayah timur laut Amerika Serikat, yang mencakup pertanyaan demografis, paparan pengalaman traumatis berdasarkan konsep *Adverse Childhood Experiences* atau ACE, serta satu pertanyaan terbuka mengenai alat koping yang digunakan. Data kuantitatif dianalisis menggunakan SPSS 26, sedangkan data kualitatif dianalisis menggunakan teknik thematic coding yang meliputi *open coding, axial coding*, dan *selective coding*, kemudian dikategorikan menjadi dua tema besar yaitu *problem-focused*

coping dan *emotion-focused coping*, dengan subtema regulasi emosi, ekspresi emosi, dan penghindaran emosi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas partisipan mengalami setidaknya satu bentuk kesulitan atau trauma masa kanak-kanak, dengan 50% melaporkan kekerasan fisik dan 62,4% kekerasan verbal. Sekitar 61% partisipan menggunakan *emotion-focused coping* terutama melalui ekspresi emosi seperti musik, seni pertunjukan, olahraga, membaca, dan menulis, sementara 7,5% hanya menggunakan *problem-focused coping* seperti terapi dan pencarian dukungan sosial, dan 31,5% menggunakan kombinasi keduanya. Sebagian kecil partisipan menunjukkan penghindaran atau isolasi, dengan musik dan seni pertunjukan muncul sebagai strategi paling dominan diikuti terapi sebagai bentuk koping terfokus pada masalah. Pembahasan menekankan pentingnya penerapan pendekatan yang sadar trauma di sekolah dan perguruan tinggi, integrasi kurikulum pembelajaran sosial-emosional, serta peran pekerja sosial sekolah dalam membangun koping yang adaptif. Keterbatasan penelitian meliputi desain non-eksperimental, sampel yang terbatas pada satu universitas, serta data yang bersifat retrospektif. Penelitian diakhiri dengan rekomendasi untuk melakukan penelitian lanjutan menggunakan metode kualitatif mendalam serta mengembangkan program intervensi berbasis data guna mendukung anak dan remaja yang mengalami trauma.

Penelitian yang dilakukan oleh Imayah et al., (2025) bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk kekerasan fisik dan verbal dalam hubungan pacaran, dampak psikologis yang ditimbulkan, serta strategi koping yang digunakan oleh remaja perempuan di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode wawancara mendalam terhadap informan yang dipilih secara purposive, meliputi korban, pelaku, anggota keluarga korban, serta tenaga profesional dari UPTD PPA. Analisis data dilakukan

melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan dengan uji kredibilitas untuk memastikan keabsahan temuan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran dipicu oleh beberapa faktor seperti kecemburuan, larangan untuk bersosialisasi dengan orang lain, komunikasi yang tidak baik, ketimpangan dalam relasi kekuasaan, serta pengalaman emosional di masa lalu. Bentuk kekerasan yang paling sering terjadi adalah kekerasan verbal berupa makian, hinaan, bentakan, dan ancaman, yang seringkali berkembang menjadi kekerasan fisik seperti memukul, menampar, mendorong, menendang, dan mencakar. Dampak psikologis yang dialami korban meliputi kecemasan, trauma, depresi, isolasi sosial, gangguan tidur, kepekaan emosional yang berlebihan, serta penurunan harga diri. Untuk mengatasi dampak tersebut, korban menerapkan berbagai strategi koping *meliputi emotion focused coping* yang mencakup *accepting responsibility, escape-avoidance,* dan *positive reappraisal,* serta *problem focused coping* yang meliputi *seeking social support* dan *confrontive coping,* dengan dukungan dari keluarga, teman, dan profesional sebagai faktor pelindung yang penting. Simpulan penelitian menegaskan bahwa kekerasan dalam pacaran menimbulkan konsekuensi psikologis yang serius bagi remaja perempuan, sehingga diperlukan intervensi menyeluruh berupa konseling psikologis, penguatan dukungan sosial, serta pendekatan pencegahan berbasis pendidikan dan layanan perlindungan korban untuk meningkatkan kemampuan koping yang adaptif.

Pemilihan strategi koping yang tepat merupakan hal yang sangat penting dalam proses pemulihan psikologis bagi korban kekerasan, karena hal tersebut memengaruhi cara seseorang menangani dampak emosional dan psikologis dari trauma yang dialaminya. Hasil penelitian survei terhadap perempuan korban kekerasan domestik di Meksiko menunjukkan bahwa kekerasan

dalam rumah tangga memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental korban, antara lain berupa depresi, kecemasan, dan stres pascatrauma. Untuk menghadapi tekanan tersebut, para korban menggunakan berbagai strategi koping seperti mencari dukungan sosial, merencanakan keselamatan, serta memanfaatkan layanan bantuan yang tersedia. Hal ini menunjukkan bahwa strategi koping merupakan bagian penting dalam upaya mengurangi dampak kekerasan dan mempercepat proses pemulihan kesehatan mental. (Liu, 2024). Selain itu, kajian literatur mengenai strategi koping pada perempuan korban kekerasan domestik menunjukkan bahwa penggunaan koping yang adaptif seperti dukungan sosial dan pemecahan masalah dapat meningkatkan kemampuan bertahan dalam jangka panjang. Sebaliknya, koping yang tidak adaptif seperti penghindaran atau menyalahkan diri sendiri justru dapat memperburuk kondisi kesehatan mental dan menghalangi proses penyembuhan (Kusumawaty et al., 2024)

Penelitian Assari & Lankarani, (2018) yang dipublikasikan dalam jurnal *Behavioral Sciences* menunjukkan bahwa paparan kekerasan fisik, seksual, maupun psikologis secara signifikan meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan pikiran bunuh diri pada mahasiswa dengan nilai $p < 0,05$, bahkan setelah mengendalikan variabel demografis. Kedua peneliti menegaskan bahwa riwayat kekerasan merupakan faktor risiko yang kuat terhadap ketidakstabilan kondisi mental mahasiswa. Hasil penelitian ini semakin memperkuat bukti bahwa pengalaman kekerasan merupakan faktor risiko utama terhadap ketidakstabilan kesehatan mental di lingkungan perguruan tinggi. Namun demikian, dampak psikologis kekerasan tidak selalu bersifat mutlak dan tidak dapat diubah.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mekanisme koping berperan sebagai variabel penghubung antara pengalaman kekerasan dan kondisi kesehatan mental. Penelitian Viana et al., (2020)

menemukan bahwa koping disfungsional memiliki hubungan positif yang signifikan dengan gejala PTSD pada mahasiswa, sebaliknya koping *emotion-focused* yang adaptif memiliki hubungan negatif dengan gejala PTSD. Dengan demikian, semakin sering mahasiswa menggunakan koping yang tidak adaptif, semakin tinggi tingkat stres pascatrauma yang mereka alami.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa tidak semua strategi koping bersifat adaptif. Dalam konteks kekerasan, koping *emotion-focused* dapat bersifat pelindung apabila berupa regulasi emosi positif dan pencarian makna, namun dapat menjadi tidak adaptif apabila berbentuk penghindaran dan penyangkalan. Penelitian Nagoshi et al., (2025) menunjukkan bahwa koping menghindar menjadi perantara hubungan antara kekerasan dalam pacar dan ketidaksesuaian psikologis pada mahasiswa. Mahasiswa yang menggunakan koping menghindar menunjukkan tingkat depresi dan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menggunakan koping adaptif. Temuan ini menegaskan bahwa efektivitas koping sangat bergantung pada jenis strategi yang digunakan serta persepsi individu terhadap tingkat kendali mereka atas situasi kekerasan.

Selain itu, hasil kajian menunjukkan bahwa koping yang efektif memiliki hubungan erat dengan resiliensi. Penelitian Deliviana, (2021) menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara resiliensi dan pertumbuhan pascatrauma pada mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran. Mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang tinggi menunjukkan kemampuan penerimaan diri, pemaknaan positif terhadap pengalaman traumatis, serta kestabilan emosi yang lebih baik. Dalam konteks ini, resiliensi berfungsi sebagai bentuk koping adaptif yang memungkinkan individu untuk bangkit dari pengalaman traumatis dan menjaga fungsi sosial-akademik mereka.

Lebih lanjut, penelitian lain menunjukkan bahwa koping positif

dan resiliensi menjadi perantara hubungan antara pengalaman kekerasan masa kecil dan gejala gangguan mental. Dengan kata lain, meskipun pengalaman kekerasan meningkatkan risiko gangguan psikologis, penguatan koping positif dan resiliensi dapat mengurangi dampak negatif tersebut. Hal ini semakin memperjelas bahwa stabilitas kesehatan mental mahasiswa penyintas kekerasan tidak hanya ditentukan oleh tingkat keparahan trauma yang dialami, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengelola stres secara adaptif (Cao et al., 2022). Oleh karena itu, pengembangan koping adaptif dan peningkatan resiliensi menjadi komponen penting dalam intervensi kesehatan mental bagi penyintas kekerasan.

Dalam konteks implementasi, temuan ini menunjukkan bahwa perguruan tinggi perlu menerapkan pendekatan kesadaran trauma dalam layanan kesehatan mental mahasiswa. Intervensi tidak hanya sebaiknya berfokus pada penanganan gejala, tetapi juga pada penguatan koping adaptif seperti pengaturan emosi, keterampilan pemecahan masalah, dan dukungan sosial. Penelitian Imayah et al., (2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman sebaya, dan konselor profesional berperan penting dalam membantu korban kekerasan mengurangi kecemasan, trauma, dan depresi.. Oleh karena itu, penguatan jejaring sosial dan penyediaan layanan konseling berbasis trauma menjadi faktor penting dalam menjaga stabilitas kesehatan mental mahasiswa penyintas kekerasan.

Secara keseluruhan, kajian literatur ini menunjukkan bahwa pola mekanisme koping memiliki peran penting dalam menentukan stabilitas kesehatan mental korban kekerasan fisik. Koping adaptif berfungsi sebagai faktor pelindung yang mengurangi risiko gangguan psikologis dan meningkatkan kemampuan bertahan, sedangkan koping yang tidak adaptif meningkatkan kemungkinan terjadinya tekanan berkepanjangan. Dengan demikian, intervensi yang berfokus pada penguatan koping

adaptif dan resiliensi merupakan strategi yang terbukti efektif dalam mendukung pemulihan psikologis mahasiswa penyintas kekerasan di lingkungan perguruan tinggi. Implementasi program pelatihan koping, layanan konseling berbasis trauma, serta penguatan dukungan sosial di kampus perlu dilakukan secara sistematis untuk memastikan mahasiswa penyintas kekerasan mendapatkan penanganan yang komprehensif dan berkelanjutan.

SIMPULAN

Tinjauan literatur sistematis menunjukkan bahwa kekerasan fisik, verbal, dan emosional secara nyata memengaruhi kestabilan kesehatan mental mahasiswa. Mereka yang mengalami kekerasan cenderung menghadapi gejala kecemasan, depresi, stres pascatrauma, hingga somatisasi yang berujung pada penurunan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh. Mahasiswa dengan riwayat kekerasan memiliki probabilitas lebih tinggi untuk mengalami gangguan mental dibandingkan mereka yang tidak memiliki pengalaman serupa. Dampak negatif ini tidak hanya memengaruhi kondisi emosional, tetapi juga berpotensi mengganggu fungsi sosial dan akademik di lingkungan perguruan tinggi. Dengan demikian, kekerasan dapat dipahami sebagai faktor risiko utama yang mengancam kesehatan mental dalam dunia pendidikan tinggi.

Mekanisme penyesuaian terbukti berperan sebagai faktor pelindung yang menentukan tingkat stabilitas mental bagi penyintas kekerasan. Strategi adaptif seperti regulasi emosi dan dukungan sosial berkorelasi dengan peningkatan resiliensi, sedangkan strategi maladaptif seperti penarikan diri justru berisiko memicu depresi, kecemasan, hingga stres pascatrauma. Dukungan sosial dari keluarga maupun profesional juga berkontribusi dalam memperkuat efektivitas strategi penyesuaian yang adaptif tersebut. Dengan demikian, pola penyesuaian memiliki keterkaitan signifikan dengan kesehatan mental mahasiswa penyintas dan menjadi komponen vital dalam pemulihan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

Afriyanti, E., Mulyanes, O., & Refnandes, R. (2025). College Students ' Coping Strategies for Dating Violence : A Case Study in Padang City. *NERS Jurnal Keperawatan*, *21*(1), 68–75. https://doi.org/https://doi.org/10.25077/njk.v21i1.249

An, S., Welch-brewer, C., & Tadese, H. (2024). Scoping Review of Intimate Partner Violence Prevention Programs for Undergraduate College Students. *Trauma, Violence, & Abuse*. https://doi.org/10.1177/15248380241237201

Aprianti, R. E., Dewi, E. M. P., & Fakhri, N. (2023). Coping pada Bullying Survivors. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, *2*(3). https://doi.org/https://doi.org/10.26858/jtm.v2i3.45811

Assari, S., & Lankarani, M. M. (2018). Violence Exposure and Mental Health of College Students in the United States. *Behavioral Sciences*. https://doi.org/10.3390/bs8060053

Bakkarang, A. I., & Razak, A. (2025). Religiusitas dan Perilaku Kekerasan pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, *5*(1). https://doi.org/https://doi.org/10.26858/jtm.v5i1.75043

Borualogo, I. S., & Casas, F. (2022). Understanding Bullying Cases in Indonesia. In *International Handbooks of Quality-of-Life* (pp. 187–199). Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-031-01783-4_12

Cao, H., Zhang, R., & Yang, L. L. and L. (2022). Coping Style and Resilience Mediate the Effect of Childhood Maltreatment on Mental Health Symptomology. *Children*, *9*. https://doi.org/https://doi.org/10.3390/

Deliviana, E. (2021). Resiliensi dan Post Traumatic Growth Mahasiswa Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Jurnal Inada: Kajian Perempuan Indonesia Di Daerah Tertinggal, Terdepan, Dan Terluar*, *4*(2), 46–61.

https://doi.org/https://doi.org/10.33541/ji.v4i2.6089

Dissanayake, G. R. K. (2025). Coping as a Mediator and Moderator in the Relationship Between Intimate Partner Violence and Mental Health Outcomes Among Women. *International Journal of Research and Innovation In Social Science (IJRISS)*, *IX*(2454), 449–463. https://doi.org/10.47772/IJRISS

Ghiffari, M., & Adriyansyah, M. A. (2022). Studi Resiliensi Pada Mahasiswi Penyintas Kekerasan. *Psikoborneo : Jurnal Imiah Psikologi*, *10*(3), 507–518. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3 p-ISSN

Imayah, H., Nasir, S., Riskiyani, S., & Maria, I. L. (2025). Application of Coping Strategy on Victims of Physical and Verbal Violence in Dating Relationships to Overcome Psychological Disorders in Adolescent Females in Makassar City. *Journal of Neonatal Surgery*, *14*(32), 7600–7611.

Kartika Sari, M., & Arik Susmiatin, E. (2023). Deteksi Dini Kesehatan Mental Emosional Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, *13*(1), 10–17. https://doi.org/https://doi.org/10.57267/jisym.v13i1.226

Kusumawaty, I., Virgonita, M., Winta, I., Maria, M., & Pratiwi, S. (2024). Coping Strategies of Females as Victims of Domestic Violence : A Literature Review. *Science Midwifery*, *12*(2). https://doi.org/https://doi.org/10.35335/midwifery.v12i2.1542

Liu, H. (2024). Impact of Domestic Violence on Women ' s Mental Health and Coping Strategies : A Survey Study in Mexico. *Journal of Research in Social Science and Humanities*, *3*(2). https://doi.org/10.56397/JRSSH.2024.02.04

Meida, G. Z., & Ariana, A. D. (2021). Hubungan antara Self-Esteem dengan Strategi Coping Remaja yang mengalami Kekerasan Emosional masa Kanak. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, *1*(2), 1132–1140. https://doi.org/https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28548

Monica, E. P., & Tumilaar, M. (2024). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kecemasan Mahasiswa dalam Melaksanakan Praktik Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Klabat. *Klabat Journal of Nursing*, *6*(2), 130–136. https://doi.org/https://doi.org/10.37771/kjn.v6i2.1194

Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Scientific Journal of Psychology*, *20*(2), 74. https://doi.org/https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240

Nagoshi, J. L., Nagoshi, C., Akter, F., & Pillai, V. K. (2025). *Experienced Versus Perpetrated Intimate Partner Violence and Psychological Maladjustment : The Role of Adaptive and Avoidant Coping*. https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph22010036

Oktoji, T. P., & Indrijati, H. (2021). Hubungan Strategi Koping dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, *1*(1), 560–568. https://doi.org/https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26725

Perry, Y. M. U. by C. U. and G. S. while E. C. A. and T., & Cuellar, M. J. (2022). Coping Methods Used by College Undergraduate and Graduate Students while Experiencing Childhood Adversities and Traumas. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 451–459. https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s40653-021-00371-z

Puente-martinez, A., Ubillos-Landa, S., & Páez-rovira, D. (2022). Problem-Focused Coping Strategies Used by Victims of Gender Violence Across the Stages of Change. *Violence Against Women*, *28*. https://doi.org/10.1177/10778012211054866

Putriana, A. (2018). Kecemasan dan Strategi Coping Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Psikoborneo*, *6*(3), 453–461.

https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i3.4663

Ravelo, Y., Alegre, O. M., Marrero, H., & Gonzalez-Mendez, R. (2022). Motivational Mediation Between Coping and Post-Traumatic Growth in Previously Bullied College Students. *Frontiers in Psychology*, *December*, 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1048270

Rismelina, D. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Psikoborneo*, *8*(2), 195–201. https://doi.org/https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4902

Salma, N. N., Harianto, E., & Hapsari, W. (2025). Mental Health of University Students Who Are Victims of Domestic Violence : The Role of Past Trauma. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, *6*(2), 110–117. https://doi.org/10.38156/psikowipa.v6i2.421

Viana, A., Id, M., Volchan, E., Figueira, I., Aguiar, C., Xavier, M., Souza, G. G. L., Sobral, A. P., Oliveira, L. De, & Mocaiber, I. (2020). Association Between Habitual Use of Coping Strategies and Posttraumatic Stress Symptoms in A Non-Clinical Sample of College Students : A Bayesian Approach. *Plos One*, 1–17. https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0228661

Yoviana, I., Solehati, T., & Setyorini, D. (2023). Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan Cope Strategies For Victims of Sexual Violence in Adolescents : Scoping Review. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, *8*(2), 1123–1132. https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.2062

Yunan, Z. Y. (2018). Strategi Coping Anak Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Sosial*, *7*(2), 157–177. https://doi.org/10.15408/empati.v7i2.11452