

GAMBARAN *COPING STRATEGIES* PADA REMAJA DI SMK BHAKTI KENCANA CILEUNYI

Koresponding Author: Noviyanti
Email: noviyantiherman97@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Coping stress strategies* adalah suatu bentuk penerapan untuk mengurangi stress dan meningkatkan skill coping melalui proses kognitif dan tingkah laku. Di Indonesia tercatat bahwa total penduduk yang mengalami gangguan mental emosional pada usia di atas 15 tahun sekitar 706.688 orang. Remaja dengan rentang usia 15 – 24 tahun tercatat sebesar 157.695 penduduk tercatat mengalami gangguan mental emosional. **Tujuan:** Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui gambaran *coping strategies* pada remaja di SMK Bhakti Kencana Cileunyi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan tehnik *Total Sampling* untuk mendapat 287 responden. Penggunaan data menggunakan instrument *Brief Cope* sebanyak 14 dimensi dan 28 items pertanyaan. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat. **Hasil:** Hasil dari penelitian ini untuk jenis coping *Problem Focused Coping* dimensi yang sering digunakan adalah *Positive Reframing* yaitu 137 responden (47,7%) dan yang paling jarang digunakan adalah *Behavioral Disengagement* yaitu 61 responden (21,3%). Sedangkan untuk jenis coping *Emotional Focused Coping* dimensi yang sering digunakan adalah *Religion* yaitu 155 responden (54%) dan yang paling jarang digunakan adalah *Self Blame* yaitu 221 responden (77%). **Kesimpulan:** Dari 287 responden mayoritas siswa SMK Bhakti Kencana Cileunyi menggunakan jenis coping *Problem Focused Coping* yaitu 146 responden (52,4%). **Saran:** Untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *coping strategies* pada remaja

Kata kunci: *Coping Strategies, Stress, Problem Focused Coping, Emotional Focused Coping, Remaja.*