

# Artikel Fangirling

*by* Firdawsyi Nuzula

---

**Submission date:** 19-Dec-2022 01:37PM (UTC+0900)

**Submission ID:** 1941053751

**File name:** Artikel\_Submit\_TIJOH\_2022-2023\_cek\_turnitin.docx (53.99K)

**Word count:** 2307

**Character count:** 14718

## Hubungan Strategi Koping *Fangirling* terhadap Tingkat Stres Mahasiswi

Silviana<sup>1</sup>, Firdawsyi Nuzula<sup>1</sup>, Nantiya Pupuh Satiti<sup>1</sup>

5  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida, Program Studi DIII Keperawatan, Jl. RSU Bakti  
Husada Krikilan Glenmore, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur  
Email: nuzulafirdawsyi@gmail.com

Diterima: xxxxxxxxxx | Disetujui: xxxxxxxxxx | Dipublikasikan: xxxxxxxxxx

### Abstrak

**Latar Belakang dan Tujuan:** Seseorang yang memiliki ketertarikan terhadap video, musik, ataupun artis-artis disebut sebagai penggemar atau *fans*. Tidak jarang mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk mencari informasi mengenai idol yang mereka sukai, terkadang mereka menganggap kegiatan tersebut dapat membantu mereka untuk menghadapi berbagai masalah seperti masalah waktu, masalah keuangan, *deadline* tugas, dan turunnya nilai akademik yang memicu terjadinya stres. Stres menimbulkan usaha ekstra dan penyesuaian baru, namun dapat melemahkan pertahanan individu jika stres dirasakan dalam kurun waktu yang cukup lama. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis tentang bagaimana hubungan strategi koping *fangirling* terhadap tingkat stres mahasiswi Stikes Rustida.

**Metode:** Metode penelitian yang digunakan adalah desain korelasional. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 182 mahasiswi Stikes Rustida dengan teknik pengambilan *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner tentang strategi koping *fangirling* dan *Depression Anxiety Stress Scales*. Uji statistik menggunakan uji *spearman rank* untuk mengetahui hubungan antara dua variabel.

**Hasil:** Hasil dari uji analisis bivariat  $p\text{-values} = <0,003$  dengan koefisiensi korelasi 0,219 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres. Dengan hasil sebagian kecil mahasiswi yang mengalami stress berat menggunakan strategi koping *fangirling* tinggi, jenis strategi yang sering digunakan adalah mendengarkan musik dengan rerata waktu sekitar 1-2 jam dalam sehari.

**Simpulan dan Saran:** Mahasiswi harus mampu membagi waktu yang tepat ketika melakukan kegiatan *fangirling* agar setiap pekerjaan atau tugas tidak tertunda sehingga tugas dapat terselesaikan tepat waktu.

**Kata kunci:** *Fangirling*; Strategi Koping; Tingkat Stres

### Abstract

**Background and aim:** Students are vulnerable to stress because they are required to achieve learning competency standards. Someone interested in videos, music, or artists is called a fan. Not infrequently, they will spend a lot of time looking for information about the idols they like. They think these activities can help them to

deal with various problems such as time problems, financial problems, task deadlines, and declining academic grades that trigger stress. This study aims to analyze the correlation between fangirling as a coping strategy and the stress level in Stikes Rustida students.

**Methods:** This paper was a correlational study. Participants were 182 students of Stikes Rustida with total sampling. In addition, the instrument used Depression Anxiety Stress Scales and fangirling coping questionnaire. The data analysis used the Spearman rank test.

**Results:** The results showed that 63.2% of respondents used fangirling as a coping strategy in the medium category. In addition, 52.2% did not experience stress. The statistical tests obtained  $p=0.003$  with a correlation coefficient of 0.219, indicating an association between fangirling as a coping strategy and stress levels. Thus, when the fangirling coping strategy increases, the stress level also increases.

**Conclusion:** Students must be able to allocate the right time when doing fangirling activities so that each job or task can be completed on time.

**Keyword: Coping Strategy; Fangirling; Stress Level**

## PENDAHULUAN

Seseorang yang memiliki ketertarikan terhadap video, musik, ataupun artis-artis disebut sebagai penggemar atau *fans*. Kecintaan mereka pada idolanya melahirkan istilah *fangirl* atau disebut penggemar wanita (Cahyani & Purnamasari, 2019). *Fans* biasanya memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap idolanya (Langit, 2021). Tidak jarang mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk mencari informasi mengenai idol yang mereka sukai, terkadang mereka menganggap kegiatan tersebut dapat membantu mereka untuk menghadapi berbagai masalah seperti masalah waktu, masalah keuangan, *deadline* tugas, dan turunnya nilai akademik yang memicu terjadinya stres (Mayasari, 2021). Stres dapat diartikan sebagai respon dari tubuh yang non spesifik terhadap setiap tuntutan (Fanani, 2019). Keadaan stres menimbulkan usaha ekstra dan penyesuaian baru, namun dapat melemahkan pertahanan individu jika stres dirasakan dalam

kurun waktu yang cukup lama (Pascoe et al., 2020). Stres dapat muncul di kehidupan seseorang, salah satunya mahasiswa. Mahasiswa rentan mengalami stres karena mereka dituntut untuk mencapai standart kompetensi belajar (Muliani, Pragholapati, & Lestari, 2020).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa orang yang mengalami stres di dunia sekitar 450 juta orang. Riske pada tahun 2018 menyebutkan bahwa lebih dari 19 juta penduduk yang berusia 15 tahun keatas mengalami gangguan mental emosional dan depresi berkisar 12 juta orang (Widyawati, 2021). Berdasarkan Kemenkes RI, Estimasi gangguan mental emosional pada usia >15 tahun (6,8%). Dan prevalensi depresi (4,5%) pada usia >15 tahun (Nurlaila, 2019). Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2018 mengatakan wilayah Banyuwangi memiliki jumlah keseluruhan penduduk yang mengalami gangguan mental emosional pada usia >15 tahun (11,77%) atau sekitar 3.042 jiwa dari

total penduduk banyuwangi (Khoirunisa & Dwiyantri, 2021).

Munurut Fink (2003) yang dikutip dalam Afifah, generasi muda sekarang lebih dihadapi oleh tantangan-tantangan yang besar dari pada generasi sebelumnya (Afifah, 2021). Idealnya mahasiswa dituntut untuk menghadapi berbagai permasalahan dengan teguh dan bijak. Permasalahan yang sering terjadi pada mahasiswa salah satunya mereka menghadapi persaingan ketat dalam berprestasi sesama teman, lingkungan baru kampus dan tugas-tugas perkuliahan yang memberatkannya (Supradewi, 2019). Faktor tersebut memunculkan stres pada mahasiswa, yang akibatnya mereka dapat mengalami gangguan tidur, nafsu makan menurun, sakit fisik, dan dapat mengganggu kejiwaan (Saranda, 2020).

Perlu dilakukan penatalaksanaan untuk menghindari terjadinya stres berkepanjangan. Dalam mengatasi stres, seseorang akan menggunakan sejumlah strategi koping untuk mengatasinya (Lombu, 2016). Koping dibutuhkan untuk menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, respon terhadap situasi yang beragam (Zumaidah, 2012). Cara seorang *fangirling* dalam mengatasi stresnya, mereka akan mengekspresikan rasa cinta mereka terhadap idolanya, yang dapat menjadi metode mencari hiburan untuk *fangirling* sendiri dan merupakan kegiatan yang asik dilakukan setelah melakukan aktivitas sehari-hari (Afifah, 2021).

Penelitian terkait yang pernah dilakukan sebelumnya oleh (Zumaidah, 2012) dengan judul "Gambaran Strategi Koping *Fangirling* Mahasiswa Regular

Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia" prosedur dalam penelitian ini menggunakan *consecutive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan kuesioner dengan menggunakan skala likert akan tetapi penelitian tersebut hanya deskriptif dan penelitian oleh (Sinaga, 2019) tentang "Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stress pada Siswi di Asrama santa Theresia Medan Tahun 2019" dengan desain *Cross sectional* dengan teknik *total sampling* dimana penelitian tersebut menggunakan mekanisme koping secara umum sehingga peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang hubungan strategi koping *fangirling* terhadap tingkat stres mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida.

#### 24 METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian yaitu korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yakni seluruh mahasiswa Stikes Rustida yang berjenis kelamin perempuan. Instrument penelitian ini adalah kuesioner yang berisi strategi koping *fangirling* dan tingkat stress, dimana kuesioner untuk strategi *fangirling* berdasarkan dari penelitian sebelumnya dan telah dilakukan uji validitas dengan hasil  $>0,279$  dan reliabilitas  $\alpha= 0,883$  sedangkan untuk kuesioner tingkat stress menggunakan kuesioner baku dari DAS (*Depression Anxiety Scale*). Penelitian ini telah dinyatakan lulus uji kelayakan etik dari Stikes Banyuwangi dengan nomor 176/03/KEPK-STIKESBWI/VI/2022.

Pengambilan data dilakukan pada bulan juni 2022 yang dibagikan secara langsung dan menggunakan *google form*. Uji statistic pada penelitian ini menggunakan uji *spearman rank* untuk mengetahui hubungan strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres mahasiswa. Dikatakan berhubungan jika hasil uji dengan *p-values* <0,005

## HASIL

strategi koping *fangirling* mahasiswa stikes rustida dengan pengkategorian dibagi dalam tiga kategori.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Strategi Koping *Fangirling*

<i>Fangirling</i>	Frekuensi	Persen (%)
Kategori Rendah	33	18,1
Kategori Sedang	115	63,2
Kategori Tinggi	34	18,7
Total	182	100,0

Berdasarkan tabel 1. dari 182 responden, mahasiswa yang menggunakan strategi koping *fangirling* tinggi sebanyak 34 responden (18,7%), kategori sedang sebanyak 115 responden (63,2%), sedangkan kategori rendah sebanyak 33 responden (18,1%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden yang Menggunakan Strategi Koping *Fangirling*

	Frekuensi	Persentase (%)	Dilaksanakan pada saat	F	Rerata Waktu (Jam/Hari)	F
Menonton Video	134	73,6	Pagi	12	1-2	65
			Siang	14	3-4	54
			Sore	17	5-6	9
			Malam	91	>7	6
Mendengarkan Musik	151	82,9	Pagi	21	1-2	80
			Siang	30	3-4	46
			Sore	28	5-6	18
			Malam	72	>7	7
Menonton Film, Drama, Reality Show	125	68,6	Pagi	7	1-2	61
			Siang	15	3-4	37
			Sore	27	5-6	14
			Malam	76	>7	13
Mencari Update Berita	121	66,4	Pagi	11	1-2	68
			Siang	23	3-4	38
			Sore	23	5-6	9
			Malam	64	>7	6

Tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida dikelompokkan dalam enam kategori berdasarkan DAS Scale (Depression Anxiety Scale).

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Mahasiswa		
Tingkat Stres	Frekuensi	Persen (%)

Normal	95	52,2
Ringan	37	20,3
Sedang	38	20,9
Berat	12	6,6
Sangat Berat	0	0
Total	182	100,0

Berdasarkan tabel 3. dari 182 mahasiswa yang menjadi responden, 95 responden mengalami stres normal dengan persentase (52,2%), responden yang mengalami stres ringan sebanyak 37 responden

(20,3%), responden yang mengalami stres sedang 38 responden (20,9%), sedangkan stres berat 12 responden dengan persentase (6,6%) dan tidak ada responden yang mengalami stres sangat berat.

Hubungan strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida dengan uji Spearman Rank.

Tabel 4. Hubungan Strategi Koping Fangirling Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Beserta Hasil Dari Uji Spearman Rank

		Strategi Koping <i>Fangirling</i>						Total
		Rendah		Sedang		Tinggi		
		F	%	F	%	F	%	
Tingkat Stres	Normal	22	67	58	51	15	44	95
	Ringan	4	12	28	24	5	15	37
	Sedang	5	15	23	20	10	29	38
	Berat	2	6	6	5	4	12	15
	Sangat Berat	0	0	0	0	0	0	0
Total		33		115		34		182

Uji Spearman Rank  
p=0,003  
r= 0,219

Berdasarkan tabel 4. hasil dari uji statistik spearman rank didapatkan nilai  $p= 0,003$  berarti  $< 0,05$ , Koefisien korelasi sebesar 0,219 yang artinya  $H_a$  diterima karena kedua variabel berhubungan namun hubungannya sangat lemah dan  $H_0$  ditolak. Melihat arah hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat searah (jenis hubungan searah).

## PEMBAHASAN

Strategi koping *fangirling* mahasiswa Stikes Rustida dijelaskan dalam tabel 1. Dimana sebagian besar

responden menggunakan strategi koping *fangirling* sedang dan strategi koping *fangirling* yang paling banyak digunakan oleh mahasiswa secara berurutan adalah mendengarkan musik sebanyak 151 responden (82,9%), menonton video sebanyak 134 responden (73,6%), menonton film, drama, dan reality show 125 responden (68,6%), mencari update berita 121 responden (66,4%). Menurut penelitian yang telah dilakukan (Zumaidah, 2012), responden yang mencari update berita



sebanyak 62 (58,5%), responden yang menonton drama dan reality show 58 (54,7%), responden yang menonton video saat sedang stres 55 (51,9%), responden yang mendengarkan musik sebanyak 50 (42,2%).

Minat seseorang dianggap sebuah kesukaan terhadap berbagai kegiatan yang membuat seseorang itu mempunyai sebuah pilihan dalam hidupnya (Nursanti, 2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat menurut (Malihah, 2018) antara lain faktor kebutuhan yang berasal dari jasmani dan rohani tubuh, faktor kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan dan pengakuan dari lingkungan, faktor emosional terhadap suatu kegiatan tertentu.

Melalui minat tersebut membuat mereka memilih bagaimana strategi yang akan mereka ambil Dalam menghadapi setiap masalah mereka. Begitu pula dengan strategi koping fangirling banyak dari mereka yang menggunakan strategi koping tersebut namun banyak juga dari mereka yang lebih menggunakan strategi koping lain yang dianggap lebih menghibur mereka (Kandowanko & Siantari, 2021).

Tingkat stres mahasiswa Stikes Rustida dipaparkan dalam tabel 2. menjelaskan Sebagian besar responden yang mengalami stres normal, dan sangat sedikit responden yang mengalami stres ringan, sedang dan berat, serta tidak seorangpun responden mengalami stres sangat berat.

Lazarud mengungkapkan bahwa stres ialah suatu kondisi psikologi

yang sedang menghadapi situasi yang berasal dari luar maupun dari dalam tubuh yang dapat mempengaruhi individu (Nurlaila, 2019). Stres menimbulkan reaksi yang tidak diinginkan seseorang sehingga timbul perubahan-perubahan tertentu Dalam kehidupan dan dapat mengurangi kemampuan berpikir seseorang, juga mampu meningkatkan emosi, serta mengganggu dalam pengambilan keputusan (Hidayati & Harsono, 2021).

Stres sering dirasakan mahasiswa dikarenakan mereka banyak diberatkan oleh tugas-tugas yang harus mereka kerjakan, dan hal baru yang mereka hadapi terkesan asing sehingga memicu munculnya stres. Selain itu keseluruhan responden pada penelitian ini berada pada periode dewasa awal. Dewasa awal merupakan suatu peralihan antara masa remaja ke dewasa sehingga tuntutan mereka akan lebih berat dan memicu stres lebih tinggi lagi. Sehingga timbul berbagai permasalahan yang memicu stres. Untuk mengatasi masalah tersebut secara otomatis responden akan berusaha menghilangkan perasaan tersebut dengan mencari berbagai hiburan.

Penelitian ini dilakukan pada saat tingkat 1 dan tingkat 2 sedang melaksanakan Ujian Akhir Semester (UAS) dan tingkat 3 mengerjakan Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI). Sebagian besar responden mengalami stres normal (Tabel 2.) dikarenakan tingkat 1 dan 2 sudah pernah mengalami Ujian Akhir Semester

(UAS) sedangkan tingkat 3 baru pertama kali Menyusun Proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI). Mereka memiliki adaptasi psikologi yang dibutuhkan sebagai proses penyesuaian akibat dari stresor untuk memberikan <sup>14</sup> pertahanan dan perlindungan diri dari serangan atau hal-hal yang tidak menyenangkan yang dapat menjadi alasan mengapa Sebagian besar responden tidak mengalami stres.

Hubungan strategi koping *fangirling* dengan tingkat stres mahasiswa memiliki hubungan yang searah, yang artinya ketika strategi koping *fangirling* meningkat maka semakin meningkat pula tingkat stresnya.

Hal tersebut diakibatkan karena responden sering menggunakan strategi koping *fangirling* pada saat malam hari. (Geografia, 2022). Ketika kegiatan tersebut dilakukan malam hari otomatis jam untuk istirahat akan semakin berkurang dikarenakan ketika mata menerima cahaya maka produksi hormone melatonin akan terhambat sehingga hormon tersebut akan membuat individu terjaga terus menerus (Geografia, 2022). Apabila kualitas tidur buruk maka stres, kecemasan, serta depresi juga akan meningkat (Dwi, 2014).

Selain itu, sebagian besar responden menghabiskan waktu sekitar 1-2 jam untuk melakukan strategi koping *fangirling*. Menurut (Agustamania, 2017) mahasiswa yang berhasil adalah mereka yang mampu mengatur waktu serta

memiliki batas waktu disetiap pekerjaannya. Namun masih banyak mereka yang belum mampu mengatur waktu mereka dengan baik dan lebih memilih menunda mengerjakannya sehingga pekerjaan akan semakin menumpuk dan dapat menyebabkan kecemasan Ketika pekerjaan tersebut belum terselesaikan (Maulida, 2021). Strategi koping *fangirling* mampu menjadi strategi yang cocok untuk menghilangkan stres akan tetapi juga harus menyesuaikan waktu karena dapat membuat seseorang kecanduan dan tidak dapat berhenti melakukan kegiatan tersebut.

## SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil hubungan kedua variabel sangat lemah dan arah hubungan kedua variabel searah ketika responden menggunakan strategi koping *fangirling* tinggi maka tingkat stres akan semakin tinggi.

## SARAN

Dari hasil penelitian ketika mahasiswa menggunakan strategi koping *fangirling* tingkat stres akan semakin tinggi, oleh karena itu untuk mencegah stres semakin tinggi mahasiswa harus mampu membagi waktu yang tepat ketika akan melakukan kegiatan *fangirling* agar setiap pekerjaan ataupun tugas tidak tertunda sehingga tugas dapat terselesaikan tepat waktu dan masalah tidak menumpuk sehingga kemungkinan untuk terjadi stres semakin kecil.





# Artikel Fangirling

---

## ORIGINALITY REPORT

---

15%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

1	Submitted to Universitas Muhammadiyah Ponorogo Student Paper	3%
2	<a href="http://digilib.unisayogya.ac.id">digilib.unisayogya.ac.id</a> Internet Source	1%
3	<a href="http://repositori.uin-alauddin.ac.id">repositori.uin-alauddin.ac.id</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://repository.ub.ac.id">repository.ub.ac.id</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://jurnal.unmuhjember.ac.id">jurnal.unmuhjember.ac.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://dspace.umkt.ac.id">dspace.umkt.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://id.berita.yahoo.com">id.berita.yahoo.com</a> Internet Source	1%
8	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	1%
9	Vira Sandayanti, Ade Utia Detty, Je Mino. "HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN	1%

KEJADIAN DISMINOREA PADA MAHASISWI  
KEDOKTERAN di UNIVERSITAS MALAHAYATI  
BANDAR LAMPUNG", Jurnal Psikologi  
Malahayati, 2019

Publication

10

[123dok.com](https://www.123dok.com)

Internet Source

<1 %

11

Desy Syswianti, Tri Wahyuni, Dina Mardiana.  
"PENGARUH HYPNOBIRTHING TERHADAP  
LAMA PERSALINAN KALA II PADA IBU  
BERSALIN PRIMIGRAVIDA", Jurnal Kebidanan  
Malahayati, 2020

Publication

<1 %

12

[garuda.kemdikbud.go.id](http://garuda.kemdikbud.go.id)

Internet Source

<1 %

13

[nusantarahasanajournal.com](http://nusantarahasanajournal.com)

Internet Source

<1 %

14

[repository.unmuhjember.ac.id](http://repository.unmuhjember.ac.id)

Internet Source

<1 %

15

[anastasiarenepuspita.wordpress.com](http://anastasiarenepuspita.wordpress.com)

Internet Source

<1 %

16

[core.ac.uk](http://core.ac.uk)

Internet Source

<1 %

17

[repositori.usu.ac.id](http://repositori.usu.ac.id)

Internet Source

<1 %

[repositorio.upch.edu.pe](http://repositorio.upch.edu.pe)

18

Internet Source

&lt;1 %

19

Ihsan 'Abdul Jaliil, Yulia Irvana Dewi, Sri Wahyuni. "MEKANISME KOPING DAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA YANG IKUT DAN YANG TIDAK IKUT ORGANISASI", Jurnal Ilmiah Ners Indonesia, 2020

Publication

&lt;1 %

20

Lucia Andi Chrismilasari, Septi Machelia C.N, Ferra Handieni. "HUBUNGAN KEPEMIMPINAN KEPALA RUANGAN DENGAN PELAKSANAAN TIMBANG TERIMA OLEH PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKIT UMUM DAERAH TAMIANG LAYANG", JURNAL KEPERAWATAN SUKA INSAN (JKSI), 2021

Publication

&lt;1 %

21

[eprints.unm.ac.id](https://eprints.unm.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

22

[id.123dok.com](https://id.123dok.com)

Internet Source

&lt;1 %

23

[repository.stikeselisabethmedan.ac.id](https://repository.stikeselisabethmedan.ac.id)

Internet Source

&lt;1 %

24

[www.scribd.com](https://www.scribd.com)

Internet Source

&lt;1 %

25

Falerisiska Yunere, Yuli Permata Sari, Halimah Tusadiah. "HUBUNGAN MEKANISME KOPING

&lt;1 %

DENGAN RESIKO TERJADINYA DEPRESI PADA  
KORBAN PASCA BENCANA KEBAKARAN TOKO  
DI PASAR ATAS KOTA BUKITTINGGI TAHUN  
2018", JURNAL KESEHATAN PERINTIS  
(Perintis's Health Journal), 2018

Publication

---

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off



# Artikel Fangirling

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---

PAGE 5

---

PAGE 6

---

PAGE 7

---

PAGE 8

---