



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

## **Pengembangan Alat Ukur Psikometri *Maladaptive Coping Scale (MCS)***

INTAN TIRANA MAHARANI & AZIZAH FAJAR ISLAM\*

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta; Jakarta Selatan, Indonesia

### **ABSTRAK**

Koping maladaptif merupakan strategi penanggulangan stres yang tidak efektif dan berpotensi memperburuk kondisi psikologis individu. Strategi ini mencakup perilaku internalisasi seperti menarik diri dan menyalahkan diri sendiri, serta eksternalisasi seperti impulsivitas dan agresivitas. Penelitian ini bertujuan mengembangkan *Maladaptive Coping Scale (MCS)* yang berbasis pada kerangka *Early Maladaptive Schemas (EMS)*. Pendekatan kuantitatif dengan pengembangan alat ukur, melibatkan 250 partisipan berusia 18 – 40 tahun. Instrumen MCS terdiri dari 36 *item* dengan dua dimensi utama dan empat subdimensi. Uji validitas isi menggunakan CVI menunjukkan bahwa 27 *item* valid ( $I-CVI \geq 0,78$ ). Reliabilitas diuji menggunakan *Cronbach's Alpha* menghasilkan ( $\alpha = 0,875$ ). Uji *chi-square* menunjukkan distribusi respons yang seimbang ( $p = 1,000$ ). Hasil penelitian menyimpulkan bahwa MCS merupakan alat ukur yang valid dan reliabel untuk mengidentifikasi strategi koping maladaptif, dan dapat digunakan dalam asesmen serta intervensi psikologis kontekstual di Indonesia.

**Kata kunci:** *koping maladaptif, early maladaptive schemas, eksternalisasi, internalisasi, pengembangan alat ukur*

### **ABSTRACT**

Maladaptive coping refers to ineffective stress management strategies that have the potential to worsen an individual's psychological condition. These strategies include internalizing behaviors such as withdrawal and self-blame, as well as externalizing behaviors such as impulsivity and aggression. This study aimed to develop the Maladaptive Coping Scale (MCS), based on the framework of Early Maladaptive Schemas (EMS). A quantitative approach was employed for instrument development, involving 250 participants aged 18 – 40 years. It consisted of 36 items covering two dimensions and four subdimensions. Content validity tested using CVI showed that 27 items were valid ( $I-CVI \geq 0.78$ ). Reliability tested using Cronbach's Alpha yielded ( $\alpha = 0.875$ ). A chi-square test showed a balanced distribution of responses ( $p = 1.000$ ). This conclude that the MCS is a valid and reliable instrument for identifying maladaptive coping strategies and can be used in psychological assessment and culturally contextualized interventions in Indonesia.

**Keywords:** *early maladaptive schemas, externalizing, internalizing, instrument development, maladaptive coping*

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2025, Vol. 5(1), 66-82

doi: [10.20473/brpkm.v5i1.72624](https://doi.org/10.20473/brpkm.v5i1.72624)

Editor: Triana Kesuma Dewi

Dikirimkan: 8 Mei 2025; Diterima: 14 Juni 2025; Diterbitkan: 27 Juni 2025

\*Alamat korespondensi: Alamat korespondensi: Jl. Limau II, Kebayoran Baru, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Jakarta 12130 Surel: [azizah@uhamka.ac.id](mailto:azizah@uhamka.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>),

sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, semakin banyak individu yang menunjukkan kesulitan dalam menghadapi tekanan emosional, perubahan hidup, dan tuntutan sosial. Meskipun menggunakan berbagai strategi koping, beberapa individu justru membentuk koping maladaptif yang tidak efektif dan berpotensi menimbulkan masalah lebih lanjut ([Carver dkk., 1989](#)). Koping maladaptif mencakup berbagai strategi disfungsional seperti *avoidance*, *substance use*, *denial*, *self-blame*, *behavioral disengagement*, penggunaan internet kompulsif, ruminasi, disfungsi kognitif, hingga *self-harm* ([Benuto dkk., 2022](#); [Brandtner & Brand, 2021](#); [Grassi dkk., 2021](#); [Pust dkk., 2021](#); [Demuthova & Demuth 2020](#)). Strategi-strategi ini berfungsi sebagai pelarian jangka pendek dari emosi negatif, tetapi berdampak merusak dalam jangka panjang.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa koping maladaptif berkorelasi negatif dengan kesejahteraan psikologis dan fisik, serta meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan PTSD ([Curran dkk., 2021](#); [Smith dkk., 2024](#)). Kondisi ini ditemukan pada berbagai populasi, mulai dari pasien dengan penyakit klinis ([Grassi dkk., 2021](#); [Higuchi, 2020](#)), korban trauma masa kecil ([Watts dkk., 2020](#)), mahasiswa ([Du dkk., 2024](#)), remaja ([Demuthova & Demuth, 2020](#)), hingga kelompok masyarakat yang terdampak pandemi COVID-19 ([Cheng dkk., 2021](#); [Cho dkk., 2021](#); [Grelle dkk., 2023](#)). Hal ini menunjukkan bahwa koping maladaptif dapat memengaruhi berbagai kelompok, baik individu dengan kondisi klinis maupun mereka yang mengalami stres sosial atau situasi kehidupan yang penuh tekanan.

Salah satu faktor psikologis yang mendasari kecenderungan penggunaan koping maladaptif adalah *Early Maladaptive Schemas* (EMS), yaitu pola ingatan, emosi, kognitif, dan sensasi tubuh yang berkembang sejak masa kanak-kanak sebagai respon terhadap pengalaman emosional negatif seperti pengabaian, kritik berlebihan, atau pola asuh yang tidak mendukung ([Young dkk., 2006](#)). Skema ini terbentuk di luar kesadaran individu dan secara mendalam memengaruhi keyakinan, pandangan, serta harapan terhadap diri sendiri, hubungan interpersonal, dan cara individu memahami serta mengelola emosinya ([Cecero dkk., 2004](#); [Pilkington dkk., 2021](#)).

EMS terdiri dari 18 *schema* yang dikelompokkan menjadi 5 (lima) domain utama, yaitu pemutusan dan penolakan (*Disconnection & Rejection*), Otonomi dan Kinerja yang Terganggu (*Impaired Autonomy & Performance*), Batasan yang Terganggu (*Impaired Limits*), Berorientasi pada Orang Lain secara Berlebihan (*Other-Directedness*), Kewaspadaan dan Inhibisi Berlebihan (*Overvigilance & Inhibition*) ([Young dkk., 2006](#)). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa EMS dapat mendorong munculnya koping maladaptif, seperti kecanduan makanan, kecanduan seksual, penggunaan internet yang berlebihan, kecanduan judi, hingga ketergantungan pada aktivitas fisik ([Cudo dkk., 2023](#)).

Beberapa penelitian memperkuat pemahaman bahwa EMS berperan dalam pembentukan strategi koping maladaptif, terutama dalam bentuk perilaku internalisasi dan eksternalisasi. Perilaku internalisasi merupakan bentuk koping yang diarahkan ke dalam diri, ditandai dengan kecenderungan untuk merasa cemas berlebihan, menarik diri dari interaksi sosial, menyalahkan diri sendiri, serta mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi. Kondisi ini dapat menyebabkan depresi, stres berkepanjangan, keluhan somatik, dan rendahnya harga diri ([Babicka-Wirkus dkk., 2023](#); [Yahav, 2007](#)). Sebaliknya, perilaku eksternalisasi merupakan bentuk koping yang diarahkan ke luar, tercermin dalam kemarahan, agresivitas, impulsif, dan perilaku menyimpang yang dapat merusak hubungan sosial

([Nikstat & Riemann, 2020](#); [Yahav, 2007](#); [Zulnida, 2020](#)). Studi oleh [Van Wijk-Herbrink dkk. \(2018\)](#) dan [Sobhani dkk. \(2021\)](#) menunjukkan bahwa EMS berperan sebagai prediktor utama kedua bentuk perilaku ini, dengan strategi koping sebagai mediator. Hal serupa juga ditemukan pada individu dengan ketergantungan zat, yang memiliki skema maladaptif dan koping yang kurang adaptif dibandingkan kelompok kontrol sehat ([Haciömeroğlu dkk., 2018](#); [Mc Donnell dkk., 2018](#))

Berdasarkan kajian literatur peneliti bahwa *Early Maladaptive Schemas* (EMS) di Indonesia masih tergolong terbatas, baik dari segi jumlah penelitian maupun keragaman populasi yang diteliti. Selain itu, konteks budaya lokal yang dapat memengaruhi pembentukan dan manifestasi *Early Maladaptive Schemas* (EMS) belum banyak diperhatikan, padahal faktor budaya memiliki peran penting dalam proses psikologis individu ([Cardoso dkk., 2024](#)). Selain keterbatasan tersebut, pendekatan dalam mengukur EMS dan strategi koping yang terkait juga masih menunjukkan celah. Instrumen yang tersedia saat ini umumnya hanya berfokus pada pengukuran EMS, seperti *Young Schema Questionnaire* atau pada strategi koping secara umum tanpa memperhatikan keterkaitannya secara spesifik dengan skema maladaptif, seperti *COPE Inventory* ([Carver dkk., 1989](#)). Belum ada alat ukur yang secara eksplisit mengkaji koping maladaptif yang berakar pada EMS. Akibatnya, proses identifikasi dini dan penyusunan intervensi psikologis yang lebih tepat sasaran masih belum optimal. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan instrumen dan strategi intervensi yang lebih kontekstual untuk menangani individu dengan EMS.

### *Koping Maladaptif*

Koping adalah proses yang diarahkan pada tujuan di mana seseorang mengarahkan pikiran dan aktivitas mereka untuk mengendalikan respons emosional terhadap stres dan menyelesaikan sumber stres ([Folkman & Lazarus, 1988](#)). Koping terbagi menjadi 2 (dua) jenis, yaitu adaptif dan maladaptif ([Carver dkk., 1989](#)). Koping adaptif adalah kemampuan individu dalam proses aktivitas kognitif yang disertai dengan aktivitas perilaku dalam pemilihan cara untuk menyesuaikan diri secara tepat terhadap situasi hidup yang menekan dan timbul dari hubungan individu dengan lingkungan ([Saptoto, 2015](#)). Sedangkan, koping maladaptif adalah gaya penanganan masalah kurang bermanfaat dan kurang efektif dalam mengelola sumber stres serta dapat menimbulkan masalah lebih lanjut ([Carver dkk., 1989](#)). Hal ini sejalan menurut ([Compas dkk., 2017](#)) bahwa koping maladaptif adalah strategi penanggulangan stres yang tidak efektif dan dapat memperburuk kondisi psikologis atau situasi seseorang.

Salah satu faktor yang memengaruhi munculnya koping maladaptif adalah *early maladaptive schemas* (EMS), yaitu pola pikir negatif yang terbentuk sejak masa kanak-kanak akibat pengalaman emosional yang merugikan ([Young dkk., 2006](#)). EMS dapat membentuk respons negatif terhadap stres, termasuk kecenderungan menggunakan strategi koping yang tidak sehat. Kondisi ini sangat relevan pada masa remaja, di mana individu berada pada tahap pembentukan identitas dan regulasi emosi. Penelitian [Van Wijk-Herbrink dkk. \(2018\)](#) menunjukkan bahwa EMS berkorelasi positif dengan koping maladaptif pada remaja, seperti menarik diri, menyalahkan diri, atau menghindar. Artinya, semakin kuat skema maladaptif yang dimiliki, semakin besar kemungkinan remaja menggunakan strategi penanggulangan stres yang merugikan.

### *Internalisasi dan Eksternalisasi*

Menurut [Compas dkk. \(2017\)](#) koping melibatkan perilaku internalisasi dan eksternalisasi. Koping internalisasi melibatkan perilaku seperti memendam emosi, menyalahkan diri sendiri, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Strategi ini sering kali menyebabkan individu menyimpan tekanan emosional tanpa penyaluran yang sehat, sehingga meningkatkan risiko gangguan psikologis. Sementara itu, koping

eksternalisasi melibatkan dengan perilaku menyangkal kenyataan, menghindari masalah, dan melampiaskan emosi secara agresif kepada orang lain. Koping ini cenderung merugikan karena individu tidak menghadapi sumber stres secara langsung, melainkan mengalihkan melalui tindakan yang dapat memperburuk situasi.

Pandangan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh [Gibson \(2015\)](#) dimana individu merasa bertanggung jawab penuh atas masalah yang dihadapi dan berusaha menyelesaikannya sendiri, sehingga sering kali kebutuhan emosional mereka terabaikan. Dalam hubungan interpersonal, mereka sering menekan perasaan demi menjaga keharmonisan, yang menyebabkan akumulasi emosi dan tekanan batin. Sikap ini dapat menciptakan kesan hubungan yang stabil, tetapi di baliknya individu merasa tertekan secara emosional karena tidak mengekspresikan kebutuhan mereka secara terbuka. Koping internalisasi juga membuat individu menarik diri dari lingkungan sosial dan sulit mengelola emosi, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan kualitas hidup.

Koping eksternalisasi adalah perilaku menghadapi stres dengan cara menyalahkan dunia luar atas masalah yang dihadapi ([Gibson, 2015](#)). Individu dengan gaya ini bersikap impulsif, reaktif, dan mengekspresikan emosi secara langsung, seperti kemarahan dan perilaku agresif. Mereka percaya bahwa kebahagiaan tergantung pada perubahan eksternal dan cenderung tidak mengembangkan kemampuan untuk menyelesaikan masalah secara mandiri. Mereka juga tidak menunjukkan kestabilan emosi, mudah frustrasi jika kenyataan tidak sesuai harapan, serta kurang empati karena kesulitan mengakui kesalahan sendiri. Dalam hubungan, mereka cenderung menciptakan konflik dan bergantung pada orang lain untuk dukungan emosional. Koping internalisasi dan eksternalisasi sama-sama berkaitan dengan kecerdasan emosi yang rendah namun dengan mekanisme yang berbeda dalam menyesuaikan diri secara psikologis.

Menurut [Gibson \(2015\)](#), terdapat empat sub-dimensi yang mencerminkan gaya koping internalisasi dan eksternalisasi. Adapun keempat sub-dimensi tersebut meliputi:

### 1. Pandangan Hidup

Pandangan terhadap kehidupan seseorang secara umum, baik koping internalisasi dan eksternalisasi. Pandangan ini mencakup tentang tujuan hidup, cara menghadapi tantangan, serta nilai-nilai yang dipegang. Pada koping internalisasi mereka cenderung khawatir tentang masa depan karena lebih-lebih kesulitan yang dihadapi dan meyakini bahwa masalah berasal dari dalam diri. Sedangkan koping eksternalisasi cenderung membuat keputusan dengan sangat cepat tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang.

### 2. Respon terhadap masalah

Respon terhadap masalah mencakup cara seseorang baik koping internalisasi dan eksternalisasi dalam menanggapi masalah atau rintangan dalam hidup. Pada koping internalisasi mereka cenderung untuk mencari solusi, melakukan refleksi diri dan berusaha untuk belajar dari kesalahan. Sedangkan koping eksternalisasi mereka cenderung menyalahkan orang lain, mencari alasan, dan menghindari masalah dengan mencari solusi eksternal.

### 3. Respon psikologis

Respon psikologis mencakup pola-pola pikiran, emosi, dan perilaku seseorang. Hal ini mencakup seperti kecenderungan terhadap pemikiran positif atau negatif, tingkat empati, cara mengelola emosi, dan keberanian dalam mengalami risiko. Respon psikologis seseorang dapat memengaruhi bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan mereka dan bagaimana mereka merespon situasi tertentu. Pada koping internalisasi cenderung merasa mudah bersalah, memendam emosi,

dan berpikir sebelum bertindak dalam menghadapi situasi. Sedangkan koping eksternalisasi cenderung bertindak impulsif untuk mengalihkan perhatian dari masalah dan emosi yang tidak stabil berupa perasaan buruk dan kemarahan.

#### 4. Interaksi hubungan

Interaksi seseorang mencakup cara seseorang berinteraksi dengan orang lain dalam hubungan interpersonal. Hal ini mencakup aspek seperti cara berkomunikasi, tingkat keterbukaan emosional, kebutuhan akan pendekatan fisik atau emosional, dan cara menyelesaikan konflik. Pada koping internalisasi cenderung berusaha terhubung secara emosional dengan orang lain dan lebih fokus pada pemahaman perasaan orang lain. Sedangkan koping eksternalisasi cenderung mengandalkan orang lain dalam memenuhi kebutuhan emosional, mengharapkan orang lain untuk menyesuaikan diri dan berkomunikasi lebih banyak tentang diri mereka sendiri.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang menekankan pada pengukuran objektif terhadap fenomena sosial melalui analisis data numerik ([Creswell & Creswell, 2017](#)). Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian pengembangan alat ukur psikometri, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menyusun dan menguji alat ukur psikologis agar memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas ([Azwar, 2015](#)).

### *Penyusunan Instrumen Penelitian*

Pengembangan instrumen MCS dilakukan secara sistematis mengacu pada panduan penyusunan alat ukur menurut ([Coaley, 2010](#)), yang mencakup 5 (lima) tahapan, yaitu:

- Tahap 1: Tahap Awal

Peneliti memulai pengembangan alat ukur dengan mengamati fenomena bahwa koping maladaptif, yakni strategi menghadapi stres atau tekanan psikologis yang justru berdampak negatif bagi individu. Dalam pengamatan awal, ditemukan bahwa bentuk koping maladaptif sering kali muncul dalam dua pola perilaku utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi. Saat ini, belum terdapat alat ukur yang secara spesifik dan komprehensif mengukur kedua pola tersebut. Oleh karena itu, pengembangan instrumen ini diperlukan untuk menyediakan alat ukur yang valid dan reliabel.

- Tahap 2: Kajian Literatur

Berdasarkan tahap awal, peneliti melakukan kajian literatur untuk memahami koping maladaptif sebagai strategi menghadapi stres yang justru berdampak negatif pada individu ([Folkman & Lazarus, 1988](#)). Kajian lebih lanjut menurut [Compas dkk. \(2017\)](#) menunjukkan bahwa koping maladaptif sering muncul dalam dua pola perilaku utama, yaitu internalisasi, yang melibatkan perilaku seperti memendam emosi, menyalahkan diri sendiri, dan menarik diri dari lingkungan sosial serta eksternalisasi, yang melibatkan dengan perilaku menyangkal kenyataan, menghindari masalah, dan melampiaskan emosi secara agresif kepada orang lain. Kedua pola ini berakar pada *Early Maladaptive Schemas* (EMS), yaitu struktur kognitif disfungsional yang terbentuk sejak masa kanak-kanak akibat pengalaman emosional ([Young dkk, 2006](#)).

Berdasarkan pemahaman tersebut, koping maladaptif dalam penelitian ini dioperasionalkan ke dalam 2 (dua) dimensi utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi, yang masing-masing

direpresentasikan dalam empat subdimensi menurut [Gibson \(2015\)](#), yaitu: (1) pandangan hidup (pandangan terhadap kehidupan seseorang secara umum), (2) Interaksi hubungan (cara seseorang berinteraksi dengan orang lain dalam hubungan interpersonal), (3) Respon terhadap masalah (cara seseorang dalam menanggapi masalah atau rintangan dalam hidup), (4) Respon Psikologi (respon pada pola-pola pikiran, emosi, dan perilaku seseorang).

Berdasarkan hal tersebut, berikut adalah *blueprint* yang menjadi dasar penyusunan *item* instrumen *Maladaptive Coping Scale* (MCS):

Tabel 1. *Blueprint* MCS

Dimensi	Sub Dimensi	Nomor Item	Jumlah Item
Internalisasi	Pandangan terhadap hidup	1-5	5
	Respon psikologis	6-10	5
	Respon terhadap masalah	11-14	4
	Interaksi hubungan	15-18	4
Eksternalisasi	Pandangan terhadap hidup	19-23	5
	Respon psikologis	24-28	5
	Respon terhadap masalah	29-32	4
	Interaksi hubungan	33-36	4
Total			36

- Tahap 3: Menulis *Item* Tes

Instrumen ini terdiri atas 36 *item*, dengan masing-masing 18 *item* untuk koping internalisasi dan 18 *item* untuk koping eksternalisasi. Format skala yang digunakan adalah skala *paired comparison* berbasis *forced choice*, dimana pernyataan dipasangkan dengan pernyataan lain dari dimensi berbeda dan partisipan diharuskan memilih salah satu pernyataan yang paling sesuai dengan dirinya ([Brown & Maydeu-Olivares, 2011](#); [Cattelan, 2012](#)). Cara pengerjaan instrumen ini adalah dengan membaca setiap pasangan pernyataan, kemudian memilih salah satu pernyataan, yang paling menggambarkan diri partisipan.

Contoh pernyataan pasangan dalam instrumen:

- Saya menikmati hidup dimasa sekarang dan tidak memikirkan konsekuensi dimasa depan.
- Saya mengkhawatirkan masa depan.

- Tahap 4: Mengevaluasi *Item* Alat Tes

Tahap selanjutnya adalah uji keterbacaan yang melibatkan partisipan berusia 18–40 tahun di Indonesia. Proses selanjutnya adalah *expert judgment* oleh tiga pakar di bidang psikologi klinis dan pengukuran, menggunakan skala penilaian 1–4 (1 = tidak relevan, 4 = sangat relevan). Setelah revisi berdasarkan

masukannya, peneliti memperoleh persetujuan etik dari KEP Universitas Negeri Malang dengan No.22.04.03/UN32.14.2.8/LT/2025.

- Tahap 5: Uji Validitas dan Reliabilitas

Tahapan terakhir, adalah uji validitas dan uji reliabilitas. Analisis uji validitas isi dilakukan menggunakan metode *Content Validity Index* (CVI) yang melibatkan 3 (tiga) orang ahli (*expert judgment*). Masing-masing ahli memberikan penilaian terhadap setiap *item* menggunakan skala 4 (empat) poin, di mana skor 1 dan 2 dikategorikan sebagai tidak relevan, sedangkan skor 3 dan 4 dikategorikan sebagai relevan. Skor tersebut dikonversi menjadi nilai biner (0 dan 1), kemudian dihitung nilai *Item-Level CVI* (I-CVI) untuk setiap butir dengan membagi jumlah penilai yang memberikan skor relevan terhadap jumlah total penilai. Berdasarkan kriteria dari [Zamanzadeh dkk. \(2015\)](#), suatu *item* dianggap valid apabila memiliki nilai I-CVI  $\geq 0,78$ .

Untuk menilai validitas isi skala secara keseluruhan, digunakan pula *Scale-Level Content Validity Index* (S-CVI) melalui dua pendekatan, yaitu S-CVI/Ave dan S-CVI/UA. Nilai S-CVI/Ave, yang merupakan rata-rata dari semua nilai I-CVI, adalah sebesar 0,75. Sedangkan nilai S-CVI/UA, yang menunjukkan proporsi butir yang memperoleh kesepakatan penuh (I-CVI = 1,0) dari seluruh ahli, juga sebesar 0,75. Menurut [Polit & Beck \(2006\)](#), nilai S-CVI/Ave  $\geq 0,90$  dianggap menunjukkan validitas isi yang sangat baik.

Langkah selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan melalui *Cronbach's Alpha* untuk menilai konsistensi item internal. Uji validitas konstruk menggunakan *Chi-Square* dilakukan dengan bantuan perangkat lunak Jamovi, yang juga digunakan dalam seluruh proses analisis data.

### *Partisipan*

Penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Mengacu pada teori Santrock (dalam [Putri, 2018](#)) usia 18-21 tahun memasuki fase remaja akhir, sedangkan 18-40 tahun memasuki dewasa awal. Pada fase ini, individu umumnya sedang belajar mengenali, memahami, dan mengelola emosinya, meskipun belum sepenuhnya stabil. Adapun Kriteria partisipan di penelitian ini adalah remaja akhir hingga dewasa awal dengan usia 18-40 tahun yang tinggal di Indonesia.

### *Analisis Data*

Penelitian ini melakukan serangkaian analisis data dengan beberapa tahapan, yaitu:

1. Uji keterbacaan dan *expert judgment*

Pada uji keterbacaan dilakukan dengan meminta partisipan dari populasi sasaran untuk membaca dan memberikan umpan balik terhadap *item-item* yang telah disusun. Uji ini tidak dianalisis menggunakan aplikasi khusus, namun seluruh masukan yang diperoleh dijadikan dasar untuk memperbaiki cara penulisan *item* agar lebih mudah dipahami oleh partisipan.

2. Uji validitas dan reliabilitas

Uji validitas isi dilakukan melalui penilaian ahli (*expert judgment*) dengan menggunakan aplikasi Microsoft Excel untuk menghitung *Item-level Content Validity Index* (I-CVI) dan *Scale-level Content Validity Index* (S-CVI) ([Polit & Beck, 2006](#); [Zamanzadeh dkk, 2015](#)). Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan menggunakan aplikasi Jamovi untuk mendapatkan nilai *Cronbach's alpha* berdasarkan

kriteria yang dikemukakan oleh [Coaley \(2010\)](#), yaitu suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila nilai *Cronbach's alpha* berada pada kisaran 0,70 atau lebih.

### 3. Uji *chi-square*

Selanjutnya, uji *chi-square* dilakukan menggunakan aplikasi Jamovi untuk mengevaluasi kesetaraan distribusi jawaban responden antara dua pilihan (A dan B) pada setiap *item* dalam skala MCS. Jika nilai ( $p > 0.05$ ) maka menunjukkan kesesuaian antara distribusi yang diamati dan distribusi yang diharapkan ([Field, 2018](#); [Kassambara, 2018](#)).

## HASIL PENELITIAN

Gambaran karakteristik partisipan dikategorikan dalam dua tahap pengumpulan data, yaitu:

1. Pada tahap uji keterbacaan, penelitian melibatkan 30 orang berusia 18–40 tahun di Indonesia.
2. Pada tahap uji reliabilitas, data diperoleh dari 250 partisipan ( $N = 250$ ) yang memenuhi kriteria penelitian. Partisipan terdiri dari 67,2% perempuan ( $N = 168$ ) dan 32,8% laki-laki ( $N = 82$ ), dengan rentang usia 18 hingga 40 tahun di Indonesia. Seluruh partisipan telah memberikan persetujuan melalui *informed consent* sebelum mengisi kuesioner.

Hasil penelitian berdasarkan pada beberapa tahapan, yaitu:

- Tahap 1:

Penelitian ini diawali dengan observasi terhadap remaja di Indonesia dan ditemukan hasil bahwa bentuk koping maladaptif sering kali muncul pada remaja akhir dan dewasa awal dalam bentuk dua pola perilaku utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi.

- Tahap 2:

Tahap berikutnya melakukan telaah pustaka yang mengungkap teori dan penelitian yang membahas koping maladaptif, perilaku internalisasi dan eksternalisasi, serta peran *early maladaptive schema* sebagai faktor yang mendorong munculnya koping maladaptif. Carver dkk. (1989) membahas konsep koping maladaptif, [Compas dkk. \(2017\)](#) menyoroti perilaku internalisasi dan eksternalisasi, [Young dkk. \(2006\)](#) menjelaskan kerangka *early maladaptive schema*, serta [Van Wijk-Herbrink dkk. \(2018\)](#) mengkaji keterkaitan antara ketiganya.

- Tahap 3:

Selanjutnya tahap penyusunan *item* alat tes menggunakan dimensi dari teori [Compas dkk. \(2017\)](#), yaitu internalisasi dan eksternalisasi, serta teori dari [Gibson \(2015\)](#) yang dijadikan sebagai subdimensi dengan 36 *item*.

- Tahap 4

Setelah tahap penyusunan *item*, *item-item* tersebut kemudian diuji melalui proses validasi awal berupa uji keterbacaan dan penilaian ahli (*expert judgment*). Uji keterbacaan melibatkan 30 partisipan berusia 18–40 tahun di Indonesia, yang diambil menggunakan *Google Form*. Dalam uji ini, partisipan diminta untuk membaca beberapa *item* dan memberikan umpan balik terkait kejelasan dan keterpahaman *item-item* yang disusun. Berdasarkan masukan yang diperoleh, beberapa *item* diperbaiki karena dinilai kurang jelas atau sulit dipahami. Misalnya, *item 17* yang semula berbunyi “*Meminta adanya dialog tentang suatu masalah*” diubah menjadi “*Saya meminta adanya dialog tentang suatu masalah*” agar lebih eksplisit dan mudah dipahami oleh partisipan. Demikian pula, *item 8* yang sebelumnya berbunyi “*Melakukan refleksi diri dan bertanggung jawab*” diubah menjadi “*Saya mengoreksi kesalahan dan bertanggung jawab*”.

Selanjutnya, penilaian ahli (*expert judgment*) dilakukan oleh tiga pakar di bidang psikologi klinis dan psikometri (pengukuran psikologis). Para ahli diminta menilai relevansi setiap *item* menggunakan skala 1–4 (1 = tidak relevan, 4 = sangat relevan). Penilaian ini bertujuan untuk mengevaluasi kesesuaian item dengan konstruk yang diukur. Berikut adalah hasil evaluasi para ahli yang telah dimasukkan ke dalam tabel *expert judgment*:

Tabel 2. Hasil evaluasi *expert judgment* MCS

Dimensi	No. Item	Skor			
		Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3	
Eksternalisasi	EP1	4	3	3	
	EP2	4	3	2	
	EP3	4	2	2	
	EP4	4	4	3	
	EP5	4	3	3	
	EM1	3	3	3	
	EM2	4	4	4	
	EM3	4	4	4	
	EM4	3	4	4	
	EM5	4	4	3	
	ER1	4	4	3	
	ER2	3	2	2	
	ER3	4	3	3	
	ER4	3	3	2	
	EI1	4	4	4	
	EI2	4	4	3	
	EI3	3	3	4	
	EI4	4	3	3	
	Internalisasi	IP1	4	4	3
		IP2	4	4	3
IP3		4	3	3	
IP4		3	4	3	
IP5		4	3	2	
IM1		4	4	4	
IM2		3	3	2	
IM3		4	4	3	
IM4		4	4	3	
IM5		4	4	4	
IR1		4	3	4	
IR2		4	3	3	
IR3		4	4	4	
IR4		3	2	2	
II1		4	4	3	
II2		4	4	2	
II3	3	3	2		
II4	4	3	3		

- Tahap 5

Pada tahap terakhir dilakukan uji validitas dan reliabilitas, serta uji *chi-square* sebagai bagian dari analisis lanjutan.

#### *Uji Validitas*

Tabel 3. Hasil validitas MCS

Dimensi	No. Item	Skor			i-CVI	
		Ahli 1	Ahli 2	Ahli 3		
Eksternalisasi	EP1	1	1	1	1,00	
	EP2	1	1	0	0,67	
	EP3	1	0	0	0,33	
	EP4	1	1	1	1,00	
	EP5	1	1	1	1,00	
	EM1	1	1	1	1,00	
	EM2	1	1	1	1,00	
	EM3	1	1	1	1,00	
	EM4	1	1	1	1,00	
	EM5	1	1	1	1,00	
	ER1	1	1	1	1,00	
	ER2	1	0	0	0,33	
	ER3	1	1	1	1,00	
	ER4	1	1	0	0,67	
	EI1	1	1	1	1,00	
	EI2	1	1	1	1,00	
	EI3	1	1	1	1,00	
	EI4	1	1	1	1,00	
	Internalisasi	IP1	1	1	1	1,00
		IP2	1	1	1	1,00
IP3		1	1	1	1,00	
IP4		1	1	1	1,00	
IP5		1	1	0	0,67	
IM1		1	1	1	1,00	
IM2		1	1	0	0,67	
IM3		1	1	1	1,00	
IM4		1	1	1	1,00	
IM5		1	1	1	1,00	
IR1		1	1	1	1,00	
IR2		1	1	1	1,00	
IR3		1	1	1	1,00	
IR4		1	0	0	0,33	
II1		1	1	1	1,00	
II2		1	1	0	0,67	
II3		1	1	0	0,67	
II4		1	1	1	1,00	

Hasil uji validitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa dari 36 *item* instrumen dianalisis, sebanyak 27 *item* memiliki nilai I-CVI  $\geq 0,78$  dan dinyatakan valid, yang berarti bahwa ketiga ahli menyepakati bahwa *item-item* tersebut relevan dengan konstruk yang dimaksud. Hal ini sejalan menurut ([Zamanzadeh dkk., 2015](#)) bahwa *item* dianggap valid apabila memiliki nilai I-CVI  $\geq 0,78$ . Namun demikian, terdapat 9 *item* yang memiliki nilai  $< 0,78$ , yaitu EP2, EP3, ER2, ER4, IP5, IM2, IR4, II2, dan II3. Nilai I-CVI pada *item-item* tersebut berkisar antara 0,33 hingga 0,67, yang menunjukkan bahwa hanya satu atau dua dari tiga ahli yang menilai butir tersebut sebagai relevan.

Hasil analisis, nilai S-CVI/Ave pada penelitian ini memperoleh sebesar 0,89 dan nilai S-CVI/UA sebesar 0,75. Menurut [Polit & Beck \(2006\)](#), nilai S-CVI/Ave  $\geq 0,90$  menunjukkan validitas isi yang sangat baik. Dengan demikian, nilai S-CVI/Ave sebesar 0,89 menunjukkan bahwa validitas isi skala sudah berada pada kategori cukup baik, meskipun masih sedikit di bawah batas ideal. Sementara itu, nilai S-CVI/UA sebesar 0,75 menunjukkan bahwa 75% dari butir instrumen telah mendapatkan kesepakatan penuh dari para ahli. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar *item* sudah sesuai dengan konstruk, namun masih diperlukan penyempurnaan pada beberapa butir agar kualitas keseluruhan skala dapat ditingkatkan.

#### Uji Reliabilitas

Tabel 4. Uji Reliabilitas MCS

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
0,875	36

Hasil uji reliabilitas untuk alat ukur *Maladaptive Coping Style* menunjukkan nilai ( $\alpha = 0,875$ ). Menurut [Coaley \(2010\)](#) suatu alat ukur dikatakan reliabel pada kategori baik apabila nilai koefisien *Cronbach's Alpha* berkisar 0,7. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa alat ukur MCS memiliki reliabilitas yang baik atau konsisten dalam mengukur coping maladaptif karena memiliki nilai *Cronbach's Alpha*  $> 0,7$ .

#### Uji Chi-Square

Tabel 5. Uji *Chi-Square* MCS

	<b>Value</b>	<b>df</b>	<b>Sig.</b>
$\chi^2$	0,00	35	1,000
N	72		

Hasil uji *chi-square* dilakukan untuk mengevaluasi kesetaraan distribusi jawaban responden antara dua pilihan (A dan B) pada setiap *item* dalam skala MCS yang terdiri dari 36 *item*. Hasil pengujian pada penelitian ini menunjukkan nilai  $\chi^2(35; N = 36) = 0; p = 1,000$ . Nilai  $p$  yang sangat tinggi ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara data observasi dan data yang diharapkan. Dengan kata lain, jumlah respon pada pilihan A dan B menunjukkan distribusi yang benar-benar seimbang.

Hasil ini memberikan indikasi bahwa format pilihan jawaban yang digunakan tidak menimbulkan kecenderungan atau bias terhadap salah satu pilihan tertentu, sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi respons dalam instrumen *Maladaptive Coping Scale* (MCS) layak dan tidak menunjukkan ketidakseimbangan struktural dalam respons *item*. Penelitian ini sesuai dengan prinsip dasar uji *chi-*

*square*, yaitu jika nilai ( $p > 0.05$ ) maka menunjukkan kesesuaian antara distribusi yang diamati dan distribusi yang diharapkan (Field, 2018; Kassambara, 2018). Hasil ini menunjukkan bahwa instrumen MCS tidak terpengaruh oleh bias format dan dapat diandalkan untuk analisis dan intervensi lebih lanjut.

## DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa instrumen *Maladaptive Coping Scale* (MCS) yang dikembangkan memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dalam mengukur koping maladaptif, yang terdiri dari dua dimensi utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi. Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan *Item-Level Content Validity Index* (I-CVI), sebanyak 27 dari 36 *item* dinyatakan valid dengan nilai I-CVI  $\geq 0,78$ , sedangkan 9 *item* lainnya menunjukkan nilai di bawah ambang batas tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar butir instrumen sudah merepresentasikan konsep koping maladaptif yang diukur, namun perlu adanya revisi terhadap *item* yang memiliki I-CVI rendah agar kualitas pengukuran dapat ditingkatkan.

Pada uji reliabilitas, hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,875, yang mengindikasikan tingkat konsistensi internal yang baik (Coaley, 2010). Nilai ini melebihi batas minimum 0,7 yang disyaratkan untuk reliabilitas yang baik, sehingga MCS dinyatakan konsisten dalam mengukur konsep koping maladaptif pada populasi penelitian. Selain itu, uji *chi-square* mengonfirmasi bahwa distribusi respons antara dua pilihan (A dan B) pada setiap *item* dalam skala MCS tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan ( $p > 0,05$ ). Hal ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat bias pada format pilihan jawaban yang disajikan, sehingga instrumen ini dapat dianggap adil dan tidak memengaruhi kecenderungan respons peserta secara struktural.

Temuan ini memperkuat bahwa pengelompokan koping maladaptif dapat dibagi menjadi 2 (dua) kategori utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi, sebagaimana dijelaskan oleh Compas dkk. (2017). Koping internalisasi melibatkan mekanisme menghadapi stres dengan mengarahkan emosi negatif ke dalam diri, seperti menarik diri, menyalahkan diri sendiri, dan memendam emosi, yang sering dikaitkan dengan risiko gangguan kecemasan dan depresi. Di sisi lain, koping eksternalisasi mencakup perilaku agresif, impulsif, dan menyalahkan faktor eksternal atas masalah yang dihadapi. Kedua strategi ini dianggap maladaptif karena tidak efektif dalam mereduksi stres secara konstruktif dan justru dapat memperburuk kondisi psikologis (Gibson, 2015).

Pengelompokan koping maladaptif pada MCS juga didasarkan pada teori *Early Maladaptive Schemas* (EMS) oleh Young dkk. (2006) yang menjelaskan bahwa EMS merupakan pola pikir negatif yang terbentuk dari pengalaman emosional buruk di masa kanak-kanak dan memengaruhi cara seseorang merespons stres. Penelitian sebelumnya mengonfirmasi bahwa EMS dapat membentuk koping maladaptif dalam bentuk internalisasi maupun eksternalisasi (Sobhani dkk., 2021; Van Wijk-Herbrink dkk., 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan teori tersebut, di mana MCS mampu mengidentifikasi kedua kategori koping maladaptif tersebut secara psikometrik.

Selain itu, instrumen MCS dapat menjadi alat ukur yang relevan dan kontekstual dalam mengidentifikasi strategi koping maladaptif di Indonesia. Sebelumnya, instrumen seperti *Young Schema Questionnaire* lebih berfokus pada pengukuran EMS tanpa mengaitkannya secara spesifik dengan strategi koping maladaptif. Dengan hadirnya MCS, proses asesmen dapat dilakukan lebih komprehensif dan terfokus pada manifestasi perilaku koping yang disfungsi dalam menghadapi stres.

Implikasi praktis penelitian ini mencakup penggunaan instrumen MCS dalam mengidentifikasi koping maladaptif, yang dapat membantu asesmen psikologis dan intervensi yang lebih tepat sasaran dalam mengatasi koping maladaptif yang berakar pada *Early Maladaptive Schemas*. Selain itu, instrumen ini

juga mendukung pengembangan kebijakan intervensi yang lebih efisien untuk individu dengan kecenderungan koping maladaptif.

Namun demikian, masih terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, khususnya terkait *item-item* dengan nilai I-CVI rendah yang memerlukan revisi. Selain itu, penelitian lanjutan disarankan untuk memperluas populasi uji coba agar generalisasi hasil dapat diperluas. Pengujian lebih lanjut juga diperlukan untuk mengkaji validitas konstruk dan validitas eksternal dari instrumen ini pada kelompok usia dan konteks budaya yang berbeda.

Secara keseluruhan, MCS merupakan langkah awal yang signifikan dalam pengembangan instrumen yang dapat mengidentifikasi Koping maladaptif secara spesifik di Indonesia. Penggunaan MCS diharapkan dapat membantu proses asesmen psikologis dan intervensi yang lebih tepat sasaran dalam mengatasi permasalahan koping maladaptif yang berakar pada *Early Maladaptive Schemas*.

### SIMPULAN

Penelitian ini merupakan Langkah awal dalam upaya mengembangkan instrumen *Maladaptive Coping Scale* (MCS) sebagai alat ukur psikologis untuk mengidentifikasi strategi koping maladaptif, yang terdiri dari dua dimensi utama, yaitu internalisasi dan eksternalisasi. Instrumen ini dirancang berdasarkan teori *Early Maladaptive Schemas* (EMS) serta pendekatan psikometrik yang mencakup uji keterbacaan, penilaian ahli, uji reliabilitas, dan *chi-square*. Dengan demikian, MCS dinilai layak digunakan untuk asesmen psikologis dan pengembangan intervensi yang lebih tepat sasaran dalam menangani individu yang menunjukkan pola koping maladaptif, khususnya dalam konteks budaya Indonesia. Namun, beberapa *item* masih perlu disempurnakan. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk meningkatkan kualitas item dan memperluas perluasan instrumen ini pada berbagai kelompok populasi dan konteks budaya yang berbeda.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada kolega yang telah membantu dalam proses pengumpulan data serta kepada seluruh partisipan yang telah bersedia berkontribusi dalam studi ini. Peneliti juga menyampaikan apresiasi kepada rekan-rekan sejawat dan para ahli atas masukan yang berharga selama proses pengembangan instrumen. Dukungan dan kerja sama dari semua pihak sangat berarti bagi keberhasilan penelitian ini.

### DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Intan Tirana Maharani & Azizah Fajar Islam tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

### PUSTAKA ACUAN

Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi Kedua). Pustaka Pelajar.

Babicka-Wirkus, A., Kozłowski, P., Wirkus, Ł., & Stasiak, K. (2023). Internalizing and Externalizing Disorder Levels among Adolescents: Data from Poland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2752. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032752>

- Benuto, L. T., Yang, Y., Bennett, N., & Lancaster, C. (2022). Distress Tolerance and Emotion Regulation as Potential Mediators Between Secondary Traumatic Stress and Maladaptive Coping. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(13–14), NP11557–NP11581. <https://doi.org/10.1177/0886260520967136>
- Brandtner, A., & Brand, M. (2021). Fleeing through the mind's eye: Desire thinking as a maladaptive coping mechanism among specific online activities. *Addictive Behaviors*, 120, 106957. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106957>
- Brown, A., & Maydeu-Olivares, A. (2011). Item Response Modeling of Forced-Choice Questionnaires. *Educational and Psychological Measurement*, 71(3), 460–502. <https://doi.org/10.1177/0013164410375112>
- Cardoso, B. L. A., Lima, A. F. A., Costa, F. R. M., Loose, C., Liu, X., & Fabris, M. A. (2024). Sociocultural Implications in the Development of Early Maladaptive Schemas in Adolescents Belonging to Sexual and Gender Minorities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), 971. <https://doi.org/10.3390/ijerph21080971>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cattelan, M. (2012). Models for Paired Comparison Data: A Review with Emphasis on Dependent Data. *Statistical Science*, 27(3). <https://doi.org/10.1214/12-STS396>
- Cecero, J. J., Nelson, J. D., & Gillie, J. M. (2004). Tools and tenets of schema therapy: Toward the construct validity of the early maladaptive schema questionnaire–research version (EMSQ-R). *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 11(5), 344–357. <https://doi.org/10.1002/cpp.401>
- Cheng, C., Ebrahimi, O. V., & Lau, Y. (2021). Maladaptive coping with the infodemic and sleep disturbance in the COVID-19 pandemic. *Journal of Sleep Research*, 30(4), e13235. <https://doi.org/10.1111/jsr.13235>
- Cho, H., Li, W., Cannon, J., Lopez, R., & Song, C. (Chuck). (2021). Testing three explanations for stigmatization of people of Asian descent during COVID-19: Maladaptive coping, biased media use, or racial prejudice? *Ethnicity & Health*, 26(1), 94–109. <https://doi.org/10.1080/13557858.2020.1830035>
- Coaley, K. (2010). *An Introduction to Psychological Assessment and Psychometrics*. SAGE Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781446221556>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939–991. <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE Publications.

- Cudo, A., Maçik, D., & Griffiths, M. D. (2023). The relationship between early maladaptive schemas and problematic facebook use: The indirect effects of perceived stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2969. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042969>
- Curran, E., Perra, O., Rosato, M., Ferry, F., & Leavey, G. (2021). Complex childhood trauma, gender and depression: Patterns and correlates of help-seeking and maladaptive coping. *Journal of Affective Disorders*, 292, 603–613. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.011>
- Demuthova, S., & Demuth, A. (2020). Self-Harm in Adolescence as Maladaptive Coping. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 11(2sup1), 37–47. <https://doi.org/10.18662/brain/11.2Sup1/92>
- Du, X., Ding, C., Xiang, G., Li, Q., Liu, X., Xiao, M., Song, S., & Chen, H. (2024). Rejection Sensitivity and Reactive Aggression in Early Adults: The Mediating Role of Loneliness and Maladaptive Coping. *Psychological Reports*, 127(2), 786–806. <https://doi.org/10.1177/00332941221125771>
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a Mediator of Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 466–475. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.3.466>
- Gibson, L. C. (2015). *Adult Children of Emotionally Immature Parents: How to heal from distant, rejecting, or self-involved parents*. New Harbinger Publications, Inc.
- Grassi, L., Caruso, R., Murri, M. B., Fielding, R., Lam, W., Sabato, S., De Padova, S., Nanni, M. G., Bertelli, T., Palagini, L., & Zerbinati, L. (2021). Association between Type-D Personality and Affective (Anxiety, Depression, Post-traumatic Stress) Symptoms and Maladaptive Coping in Breast Cancer Patients: A Longitudinal Study. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 17(1), 271–279. <https://doi.org/10.2174/1745017902117010271>
- Grelle, K., Shrestha, N., Ximenes, M., Perrotte, J., Cordaro, M., Deason, R. G., & Howard, K. (2023). The Generation Gap Revisited: Generational Differences in Mental Health, Maladaptive Coping Behaviors, and Pandemic-Related Concerns During the Initial COVID-19 Pandemic. *Journal of Adult Development*, 30(4), 381–392. <https://doi.org/10.1007/s10804-023-09442-x>
- Hacıömeroğlu, B., Ak, M., Garip, B., Çınar, A., & Congoloğlu, E. (2014). The role of early maladaptive schemas and coping strategies in substance dependence. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 162–170.
- Higuchi, D. (2020). Adaptive and maladaptive coping strategies in older adults with chronic pain after lumbar surgery. *International Journal of Rehabilitation Research*, 43(2), 116–122. <https://doi.org/10.1097/MRR.0000000000000389>
- Kassambara, A. (2018). *Machine learning essentials: Practical guide in R*. CreateSpace Independent Publishing Platform.
- Kusumastuti, A., & Khoiron, A. M. (2019). *Metode penelitian kualitatif*. Lembaga Pendidikan Sukarno Pressindo (LPSP).

- Mc Donnell, E., Hevey, D., McCauley, M., & Ducray, K. N. (2018). Exploration of Associations Between Early Maladaptive Schemas, Impaired Emotional Regulation, Coping Strategies and Resilience in Opioid Dependent Poly-Drug Users. *Substance Use & Misuse*, 53(14), 2320–2329. <https://doi.org/10.1080/10826084.2018.1473438>
- Nikstat, A., & Riemann, R. (2020). On the etiology of internalizing and externalizing problem behavior: A twin-family study. *PLOS ONE*, 15(3), e0230626. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230626>
- Pilkington, P. D., Bishop, A., & Younan, R. (2021). Adverse childhood experiences and early maladaptive schemas in adulthood: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 28(3), 569–584. <https://doi.org/10.1002/cpp.2533>
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The content validity index: Are you sure you know what's being reported? critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 29(5), 489–497. <https://doi.org/10.1002/nur.20147>
- Pust, G. E. A., Randerath, J., Goetzmann, L., Weierstall, R., Korzinski, M., Gold, S. M., Dettmers, C., Ruettnner, B., & Schmidt, R. (2021). Association of Fatigue Severity With Maladaptive Coping in Multiple Sclerosis: A Data-Driven Psychodynamic Perspective. *Frontiers in Neurology*, 12, 652177. <https://doi.org/10.3389/fneur.2021.652177>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Saptoto, R. (2015). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan Coping Adaptif. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 13–22.
- Smith, K. V., Wild, J., & Ehlers, A. (2024). From loss to disorder: The influence of maladaptive coping on prolonged grief. *Psychiatry Research*, 339, 116060. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116060>
- Sobhani, M., Haji Alizadeh, K., Zarei, E., & Amirfakhraei, A. (2021). Designing the Internalizing and Externalizing Behavior Model of Adolescents Based on Early Maladaptive Schemas with the Mediating Role of Coping Responses. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*, 2(1), 96–107. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.2.1.10>
- Van Wijk-Herbrink, M. F., Bernstein, D. P., Broers, N. J., Roelofs, J., Rijkeboer, M. M., & Arntz, A. (2018). Internalizing and Externalizing Behaviors Share a Common Predictor: The Effects of Early Maladaptive Schemas Are Mediated by Coping Responses and Schema Modes. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46(5), 907–920. <https://doi.org/10.1007/s10802-017-0386-2>
- Watts, J. R., O'Sullivan, D., Panlilio, C., & Daniels, A. D. (2020). Childhood Emotional Abuse and Maladaptive Coping in Adults Seeking Treatment for Substance Use Disorder. *Journal of Addictions & Offender Counseling*, 41(1), 18–34. <https://doi.org/10.1002/jaoc.12073>

- Yahav, R. (2007). The relationship between children's and adolescents' perceptions of parenting style and internal and external symptoms. *Child: Care, Health and Development*, 33(4), 460–471. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2006.00708.x>
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2006). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Zamanzadeh, V., Ghahramanian, A., Rassouli, M., Abbaszadeh, A., Alavi-Majd, H., & Nikanfar, A.-R. (2015). Design and Implementation Content Validity Study: Development of an instrument for measuring Patient-Centered Communication. *Journal of Caring Sciences*, 4(2), 165–178. <https://doi.org/10.15171/jcs.2015.017>
- Zulnida, E. F. (2020). Hubungan Masalah Perilaku Internalisasi dan Eksternalisasi Dengan Tingkat Kecerdasan Pada Remaja Di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(2), 119. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i2.12735>