

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Rumah Sakit adalah suatu lembaga yang bergerak dalam bidang jasa kesehatan untuk melayani masyarakat. Setiap kegiatan yang dilakukan oleh Rumah Sakit harus sesuai dengan harapan dan kebutuhan masyarakat. Agar Rumah Sakit dapat menjalankan fungsinya yaitu sebagai lembaga yang melayani, merawat dengan memberi rasa aman, nyaman kepada pasiennya, maka salah satunya diperlukan sumber daya manusia yang handal. Oleh karena itu, sangat penting menciptakan suasana yang mendukung aktivitas sumber daya manusia agar dapat meningkatkan mutu pelayanan bagi masyarakat. Salah satu sumber daya manusia yang terdapat di Rumah Sakit adalah dokter. Dokter adalah seseorang yang karena keilmuannya berusaha menyembuhkan orang-orang sakit. Tidak semua orang yang dapat menyembuhkan penyakit disebut sebagai dokter, karena untuk menjadi seorang dokter biasanya diperlukan pendidikan dan pelatihan khusus, serta memiliki gelar dalam bidang kedokteran. (www.wikipedia.org/wiki/dokter)

Ilmu kedokteran memiliki banyak cabang ilmu, salah satunya adalah kedokteran gigi. Kedokteran gigi sendiri adalah ilmu mengenai pencegahan dan perawatan penyakit atau kelainan pada gigi dan mulut melalui tindakan tanpa atau dengan pembedahan. Praktek kedokteran gigi umum mencakup sebagian besar pemeriksaan, diagnosa, perencanaan perawatan, perawatan, dan pencegahan

penyakit. Seseorang yang mempraktekkan ilmu kedokteran gigi disebut sebagai dokter gigi. Dokter gigi sering menggunakan sinar-x atau peralatan lainnya untuk membantu penegakkan diagnosis. Perawatan dapat mencakup pencabutan gigi, pencabutan saraf gigi, penggantian gigi. Dokter gigi juga sering melakukan anastesi untuk meringankan nyeri. (<http://www.ada.org.au/doktergigi>)

Untuk dapat melakukan tugas-tugasnya tersebut, seorang dokter gigi harus menempuh pendidikan untuk mendapat gelar Sarjana Kedokteran Gigi yang harus ditempuh selama 4 hingga 5 tahun, kemudian melanjutkan pendidikannya dengan mengambil program profesi. Salah satu Universitas di Bandung yang memiliki program pendidikan Kedokteran Gigi yaitu Universitas “X”. Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X” merupakan Fakultas kedokteran Gigi tertua di Kota Bandung dan memiliki jumlah mahasiswa untuk seluruh jenjang (sarjana, profesi, spesialis) mencapai 1170-an untuk tahun akademik 2009/2010. Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X” menyelenggarakan pendidikan yang bertujuan menyiapkan peserta didik untuk menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan akademik dalam menerapkan, mengembangkan, dan memperkaya khazanah ilmu pengetahuan, serta menyebarluaskan dan mengupayakan penggunaannya untuk meningkatkan taraf kehidupan masyarakat. (www.unpad.ac.id/fakultas/kedokteran-gigi)

Setelah mendapat gelar Sarjana Kedokteran Gigi, para calon dokter gigi harus mengikuti masa magang/kepaniteraan (ko-ass) di rumah sakit atau sarana kesehatan lainnya selama kurang lebih 2 tahun sebelum menyandang gelar dokter gigi (drg). Ko-ass adalah orang yang belajar secara praktek atas materi yang telah

dipelajari pada program pendidikan sebelumnya, mengambil izin praktek agar dapat praktek dan bekerja di Rumah Sakit. Pekerjaan seorang ko-ass dokter gigi berkaitan dengan kesejahteraan manusia dalam bentuk mengobati dan melayani bidang kesehatan gigi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu ko-ass Fakultas Kedokteran Gigi di Universitas “X”, dapat diketahui bahwa banyak hal yang di dapat ketika ko-ass, diantaranya belajar bagaimana memulai anamnesa, pemeriksaan visual dan pemeriksaan klinis, pemeriksaan penunjang, status lokasi, dan penentuan diagnosa. Ko-ass kedokteran gigi juga harus mencari pasien sendiri untuk melakukan pemeriksaan, pembedahan, dan pelayanan lainnya. Hal tersebut bukanlah tugas yang mudah karena para mahasiswa program profesi (ko-ass) harus mencari pasien yang sesuai dengan tuntutan tugas yang tengah dijalani pada semester tersebut. Mahasiswa ko-ass akan melaksanakan praktek di bagian-bagian perawatan yang telah ditentukan secara bertahap. Mereka sering mendapat pasien yang kurang kooperatif dalam menjalankan praktek di setiap bagian tersebut, misalnya pasien memutuskan untuk tidak melanjutkan perawatan pada saat perawatan yang dilakukan belum selesai. Apabila hal ini terjadi, maka mereka harus mencari pasien kembali dan mengulang perawatan kembali dari awal. Hal tersebut mengakibatkan tugas dan pekerjaan mereka tidak dapat selesai tepat waktu dan masa ko-ass yang harus ditempuh lebih lama.

Selama menjadi ko-ass, tuntutan-tuntutan yang muncul juga tidak hanya berkaitan dengan beban pekerjaan dan pendidikan sebagai ko-ass. Bertambahnya usia seseorang memasuki tahapan dewasa awal membuat mahasiswi program

profesi memiliki tugas perkembangan untuk bisa berusaha mandiri secara ekonomi dan memiliki peran baru dalam kehidupan mereka (Santrock, 2002). Usia mahasiswi Program Profesi (ko-ass) berada pada kisaran 20 hingga 40 tahun, mereka berada pada tahap perkembangan dewasa awal (Santrock, 2002). Hal tersebut menjadi salah satu alasan bagi sejumlah mahasiswi program profesi (ko-ass) yang memutuskan untuk menikah pada saat mereka menempuh pendidikan untuk menjadi seorang dokter gigi.

Menurut Santrock (2002), menikah dan memiliki keturunan merupakan salah satu tugas perkembangan yang ada pada masa dewasa awal. Setiap manusia berhak untuk bahagia dan menikah tidak terkecuali bagi mereka yang masih berstatus mahasiswi. Bagi mereka menikah dapat menjadi penyemangat untuk bisa tetap dan terus menuntut ilmu. Sudah banyak yang membuktikan bisa tetap sukses walaupun menikah saat masih kuliah. Mereka itulah yang bisa membagi waktu sebaik-baiknya, antara kuliah dan keluarganya. Mereka dapat menjalani kedua peran tersebut dengan baik. (www.google.com/2009/03/14/Menikah-sambil-study)

Menurut informasi yang diterima dari salah satu karyawan di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas “X” Bandung, banyak mahasiswi ko-ass yang telah menikah dan memiliki anak telah menempuh lebih dari tiga tahun masa ko-ass belum dapat menyelesaikan pendidikannya. Namun, cukup banyak pula mahasiswi ko-ass yang telah menikah dan memiliki anak dapat menyelesaikan kuliah dan masa ko-ass nya kurang lebih selama dua sampai tiga tahun. Mereka yang berhasil menjalankan kedua peran tersebut secara bersamaan menjadikan

suami dan anak sebagai semangat untuk segera menyelesaikan pendidikannya. Mahasiswi ko-ass yang memiliki anak balita menghayati tuntutan-tuntutan yang harus dijalani saat menjalankan kedua perannya tersebut sebagai hal positif dan bukan merupakan suatu situasi yang merugikan atau ancaman bagi dirinya. Mahasiswi ko-ass tersebut dapat membagi waktu dengan baik antara mengurus suami dan anak, dan juga menjalankan tugas-tugasnya sebagai ko-ass.

Disisi lain, memutuskan untuk menikah disaat masih berstatus mahasiswi bukan suatu hal yang mudah, banyak yang harus dipertimbangkan. Pada saat memutuskan untuk menikah, mereka seharusnya sudah mengantisipasi dan siap dengan konsekuensi yang akan diterima. Mahasiswi yang memutuskan untuk menikah harus mempersiapkan diri dengan tanggungjawab yang lebih besar ketika dirinya hamil dan memiliki anak. Di Universitas “X” Bandung terdapat 22 mahasiswi Program Profesi (ko-ass) yang telah menikah dan memiliki anak balita untuk tahun akademik 2010/2011. Ini artinya mereka harus menjalani kedua peran sebagai seorang ko-ass dan juga sebagai ibu rumah tangga secara bersamaan. Mahasiswi ko-ass akan menghadapi masalah dan tuntutan yang lebih kompleks jika dibandingkan saat belum menikah. Mahasiswi ko-ass yang memutuskan untuk memiliki anak harus dapat membagi waktu antara kuliah, mengurus suami, mengurus anak, serta keluarga besarnya.

Ketika mahasiswi ko-ass menjalani kedua perannya tersebut, ada saatnya mereka dihadapkan pada situasi-situasi yang menuntut. Tuntutan-tuntutan yang harus mereka jalani diantaranya adalah tuntutan pekerjaan yang tinggi, banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu singkat, menanggapi sikap pasien,

pasien yang kurang kooperatif, tuntutan profesionalisme dari pasien, menghadapi sikap dokter, mengerjakan tugas-tugas kuliah, melewati masa ujian. Selain itu, setelah mereka lelah menjalani aktivitasnya di kampus dan di Rumah Sakit, mereka harus menjalani perannya sebagai ibu rumah tangga, mengurus rumah, suami dan juga anak, dan lain sebagainya. Situasi tersebut dapat menyebabkan individu merasa terancam kesejahteraannya karena merasa tuntutan yang harus dijalani melebihi kemampuannya, menurut Lazarus kondisi tersebut dinamakan sebagai stress (1984:19). Adapun peristiwa yang menyebabkan stress tersebut dinamakan stressor.

Pada saat mengalami stress, mahasiswi program profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan merasa terancam, baik secara psikis maupun fisik. Stress ini yang akan berdampak dalam penyelesaian praktek untuk menjadi seorang dokter maupun dalam menjalani perannya sebagai ibu rumah tangga. Tom Cox (1978: 92) mengemukakan dampak dari stres, yakni dampak subyektif (ditandai oleh kecemasan, agresi, kejenuhan, kehilangan kesabaran, kelelahan, frustrasi, gugup, merasa takut), dampak tingkah laku (ditandai oleh meningkatnya luapan emosi, salah tingkah, makan berlebihan, dan perilaku impulsif). Ada pula dampak kognitif (ditandai oleh sulit mengambil keputusan, sulit berkonsentrasi, sensitif terhadap kritik), dampak fisiologis (ditandai oleh meningkatnya kadar gula darah, meningkatnya tekanan darah dan denyut jantung, demam dan berkeringat berlebihan), serta dampak kesehatan (ditandai oleh insomnia, sakit kepala, mimpi buruk, migren, gangguan pada

kulit), serta dampak organisasi (ditandai oleh meningkatnya absensi, produktivitas rendah, ketidakpuasan dalam bekerja)

Adapun ketika individu dihadapkan pada kondisi stress, maka mereka akan melakukan langkah mengurangi bahkan menghilangkan kondisi stres yang dialaminya itu dengan melakukan berbagai macam cara dalam istilah psikologi disebut *coping stress*. Istilah *coping* disini adalah segala usaha atau proses yang dilakukan oleh seseorang untuk menguasai kondisi stres yang dialaminya dengan cara mengolah adanya tuntutan-tuntutan atau mengurangi dan bertoleransi dengan tuntutan-tuntutan tersebut.

Menurut Richard Lazarus penanganan stress atau *coping* terdiri dari dua bentuk. *Coping* yang berfokus pada masalah (*problem focus coping*), dan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focus coping*). *Problem focus coping* adalah istilah Lazarus untuk strategi kognitif untuk penanganan stress atau *coping* yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Sedangkan *emotion focus coping* adalah istilah Lazarus untuk strategi penanganan stress dimana individu memberikan respon terhadap situasi stress dengan cara emosional.

Berdasarkan wawancara mengenai beban tugas dan tanggungjawab yang dilakukan kepada 5 mahasiswi ko-ass, sebanyak 80 % menghayati tugas dan tanggungjawabnya ketika menjalani peran ganda sebagai hal yang tidak mudah. Bagi mereka tugas dan tuntutan pendidikan selama menjalani ko-ass terkadang membuat lelah dan tertekan, misalnya ketika mereka kesulitan mencari pasien sesuai dengan *requirement* yang ditetapkan pada masing-masing bagian yang

bermacam-macam. Selain itu, tugas sebagai ko-ass yang harus diselesaikan dan anak yang masih membutuhkan perhatian dan bimbingan yang cukup besar dalam waktu yang bersamaan dapat menimbulkan konflik. Sebanyak 20% mengatakan tuntutan tugas dan kewajiban selama menjalani kedua peran tersebut sebagai konsekuensi yang harus mereka terima dan jalani, walaupun berat dirinya tetap menjalani dengan senang hati. Suami dan anak dijadikan sebagai motivator agar dapat segera menyelesaikan pendidikannya dengan baik.

Sebanyak 100% dari 5 mahasiswi yang diwawancarai menghayati adanya hal positif dan negatif yang dirasakan ketika menjalani kedua perannya. Hal positif yang dirasakan antara lain menjadi lebih dewasa dalam menjalani kehidupan, lebih sabar, belajar untuk mengatur waktu dan keuangan, menemukan solusi masalah, anak dan suami menjadi penyemangat untuk menyelesaikan pendidikan. Hal negatif yang dirasakan antara lain menjadi mudah marah, mudah panik, absensi meningkat, sulit berkonsentrasi, kurang maksimal dalam menjalani tugas sebagai ko-ass, mengerjakan tugas-tugas kuliah. Hal lain yang dirasakan adalah kurang maksimal dalam menjalani kewajibannya sebagai seorang ibu rumah tangga, waktu istirahat berkurang, mudah lelah, dan sulit tidur. Hal-hal negatif yang dirasakan tersebut merupakan dampak dari stres yang dialaminya saat menjalani kedua perannya secara bersamaan.

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui *coping stress* yang digunakan oleh mahasiswi program profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan yang telah diuraikan dalam latar belakang masalah, maka penelitian ini ingin mengetahui seperti apakah *coping stress* yang digunakan oleh mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung.

1.3. Maksud Dan Tujuan

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *coping stress* pada mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran yang lebih rinci mengenai *coping stress* yang digunakan oleh mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung, beserta faktor-faktor yang mempengaruhi.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoritis

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi ilmu Psikologi khususnya dalam bidang Psikologi Klinis, mengenai gambaran *coping stress* pada mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas “X” Bandung.

2. Memberikan masukan berupa informasi bagi peneliti lain yang berminat meneliti lebih lanjut mengenai *coping stress*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi dan gambaran kepada Dekan beserta staf, dan pengajar di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas "X" mengenai *coping stress* yang digunakan mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dalam menanggulangi stressnya. Informasi ini dapat digunakan sebagai bahan tinjauan, serta pertimbangan untuk meningkatkan mutu pendidikan bagi para ko-ass dan juga mutu pelayanan bagi pasien.
2. Memberikan informasi dan gambaran kepada mahasiswi program profesi Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita di Universitas "X" mengenai *coping stress* yang digunakan. Informasi ini dapat digunakan untuk membantu mahasiswi program profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita agar dapat lebih memahami bentuk *coping stress* yang digunakan dalam upaya menanggulangi stres yang dirasakan ketika menjalankan peran sebagai seorang mahasiswi dan juga sebagai seorang ibu rumah tangga secara bersamaan.

1.5. Kerangka Pikir

Mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita mempunyai tanggungjawab yang lebih besar jika dibandingkan dengan mahasiswi lain yang belum berkeluarga. Mereka tidak hanya bertanggungjawab menyelesaikan kuliah, tetapi mereka juga memiliki tanggungjawab kepada keluarganya.

Pada saat mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita menjalani kedua perannya seringkali mereka menghadapi tuntutan. Tuntutan-tuntutan yang muncul juga tidak hanya berkaitan dengan beban tugas sebagai ko-ass, tetapi juga bertambahnya usia memasuki tahapan dewasa awal membuat mahasiswi tersebut memiliki tugas perkembangan untuk bisa berusaha mandiri secara ekonomi dan memiliki peran baru dalam kehidupan mereka yaitu sebagai ibu rumah tangga yang memiliki anak balita (Santrock, 2002). Dalam menghadapi tuntutan dan tanggung jawab yang besar saat menjalani peran ganda sebagai ko-ass dan juga ibu rumah tangga mereka diharapkan dapat menyesuaikan diri, namun hal tersebut tidak selamanya berhasil. Pada saat mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita tidak dapat menyesuaikan diri dengan tuntutan dan tanggung jawab ketika menjalani peran ganda tersebut dan menilainya sebagai suatu beban yang berat serta melebihi kemampuan yang ada untuk bisa menyelesaikannya, maka para mahasiswi tersebut akan mengalami stres. Menurut Lazarus dan Folkman (1984:19), stres adalah hubungan spesifik antara individu dengan

lingkungan yang dinilai individu sebagai tuntutan yang melebihi sumber dayanya dan membahayakan keberadaannya atau kesejahteraannya.

Tuntutan-tuntutan yang dapat menyebabkan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita mengalami stres disebut sebagai *stressor*. Hal-hal yang dapat menjadi *stressor* bagi para mahasiswi tersebut, antara lain adalah tuntutan pendidikan seperti tugas dan tanggungjawab sebagai ko-ass, mencari pasien sesuai prosedur yang ditentukan, mengerjakan tugas-tugas kuliah, masalah relasi baik dengan rekan, pasien ataupun dokter, melewati masa ujian, dan lain sebagainya. Disamping itu, mereka juga mendapat tuntutan dari keluarga untuk dapat menjalani perannya sebagai seorang ibu rumah tangga di saat yang bersamaan, seperti mengurus suami dan anak balita mereka yang membutuhkan perhatian lebih, juga mengerjakan pekerjaan rumah.

Dalam menghadapi *stressor* tersebut para mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan menghayati stres secara berbeda antara satu dengan yang lainnya walaupun *stressor* yang dihadapi sama. Hal tersebut bergantung pada penilaian subjektif yang dilakukan oleh mereka terhadap *stressor*. Penilaian tersebut oleh Lazarus disebut sebagai penilaian kognitif (*cognitive appraisal*).

Menurut Lazarus (1984:19) penilaian kognitif adalah suatu proses evaluatif yang menentukan mengapa suatu interaksi antara manusia dan lingkungannya bisa menimbulkan stress. Penilaian kognitif terdiri dari beberapa tahap, tahap pertama yaitu penilaian primer (*primary appraisal*) adalah proses mental yang berhubungan dengan aktifitas evaluasi terhadap situasi yang

dihadapai. Stress yang dialami mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita memiliki derajat yang bervariasi, semua itu tergantung dari bagaimana mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita tersebut memaknakan situasi atau tuntutan-tuntutan yang dihadapinya.

Ketika berada dalam kondisi stress, mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita tersebut akan masuk dalam tahap kedua yaitu proses penilaian sekunder (*secondary appraisal*) yaitu proses yang dapat digunakan untuk menentukan apa yang dapat atau harus dilakukan untuk meredakan keadaan stress. Pada tahap inilah mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan memilih cara apa yang baik dan bisa dilakukan untuk meredakan stress yang mereka alami. Mereka memiliki cara yang berbeda untuk mengatasi situasi stress tersebut yang disebut sebagai strategi penanggulangan stress atau *coping stress* (Lazarus & Folkman, 1984: 141).

Penilaian kognitif primer dan sekunder yang dilakukan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan menentukan strategi penanggulangan stress yang akan digunakan. Apabila strategi yang digunakan tersebut dirasa tidak sesuai atau mengalami kegagalan, maka mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan melakukan tahap ketiga, yaitu penilaian kembali (*reappraisal*) terhadap *stressor* dan menentukan penggunaan strategi yang dianggap lebih sesuai dan lebih tepat.

Strategi penanggulangan stress atau *coping stress* dikemukakan oleh Lazarus sebagai perubahan kognitif dan tingkah laku yang berlangsung secara terus-menerus, untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal yang dinilai sebagai beban atau melampaui sumber daya individu atau membahayakan keberadaannya atau kesejahteraannya (Lazarus & Folkman, 1984:141). *Coping stress* dipandang sebagai faktor penyeimbang yang membantu mahasiswa program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita untuk menyesuaikan diri terhadap tekanan yang dialami. Pada dasarnya *coping stress* ditujukan untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang ditimbulkan oleh *stressor* yang dihadapi. Menurut Lazarus dan Folkman (1986) terdapat 2 bentuk *coping stress* yaitu *coping stress* dapat berpusat pada masalah (*problem focused form of coping*) dan berpusat pada emosi (*emotion focused form of coping*).

Coping stress yang berpusat pada masalah diarahkan pada usaha aktif untuk memecahkan masalah yang ada, mencari berbagai alternatif yang digunakan sebagai cara untuk mengatasi atau menghadapi stress. *Coping stress* yang berpusat pada masalah di bagi menjadi 2 bentuk. Pertama, *confrontatif coping* yaitu mahasiswa program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita aktif berusaha untuk mengatasi keadaan yang menekan dirinya. Usaha yang dilakukan mahasiswa program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita adalah mereka akan berusaha melakukan berbagai cara untuk mengatasi masalah yang dihadapi meskipun hal tersebut beresiko. Kedua, *planful problem solving* yaitu mahasiswa program Profesi (ko-ass) Fakultas

Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita berusaha mengubah keadaan yang dianggap menekan dirinya dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan disertai analisis. Usaha yang dilakukan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita adalah menganalisis situasi, memikirkan jalan terbaik dan konsekuensinya yang mungkin terjadi, menyusun rencana agar dapat menjalani kedua perannya dengan baik dan seimbang.

Apabila mahasiswi ko-ass menggunakan *coping stress* yang berpusat pada masalah maka para mahasiswi tersebut dapat merumuskan masalah ketika menjalani tugas-tugasnya secara objektif. Mahasiswi ko-ass juga memikirkan beberapa alternatif solusi dan memutuskan solusi terbaik untuk menyelesaikan masalah yang dialami ketika menjalani kedua perannya. Strategi ini digunakan untuk mengubah tekanan lingkungan agar bisa menyelesaikan masalah juga lebih memahami masalah secara objektif, mengurangi keterlibatan emosi serta mengembangkan keterampilan diri untuk menyelesaikan masalah (Lazarus & Folkman, 1984:152).

Coping stress yang berpusat pada emosi diarahkan untuk mengatur respon emosi yang ditimbulkan oleh stres. Yang termasuk pada *coping stress* yang berpusat pada emosi : pertama, *distancing* yaitu mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita berusaha tidak melibatkan diri dalam permasalahan, seperti menciptakan pandangan-pandangan positif seolah-olah tidak terjadi apa-apa. Kedua, *self control* adalah usaha untuk meregulasi perasaan maupun tindakan tanpa melebih-lebihkan sesuatu terhadap masalah. Usaha yang dilakukan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas

Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita lebih mengintrospeksi terhadap diri sendiri tentang apa yang dilakukannya benar atau tidak dalam merespon suatu masalah. Ketiga, *seeking social support* yaitu mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain, seperti berbagi cerita, mencurahkan isi hati kepada orang lain.

Mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita juga dapat menggunakan *coping stress* berpusat pada emosi yang keempat yaitu *Accepting responsibility*. Dalam hal ini, mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita berusaha untuk menyadari tanggungjawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Kelima, *Escape avoidance* yaitu mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita berusaha untuk mengatasi situasi yang menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti membolos, makan, minum, atau menggunakan obat-obatan. Keenam, *Positive reappraisal* yaitu mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita berusaha untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan fokus pada pengembangan diri, seperti melibatkan diri pada hal-hal yang bersifat religius.

Lazarus dan Folkman (1984) mengemukakan *coping stress* yang berpusat pada emosi digunakan untuk memelihara harapan dan optimisme, menyangkal fakta dan akibat yang mungkin dihadapi, menolak untuk mengakui hal terburuk

dan bereaksi seolah-olah apa yang terjadi tidak menimbulkan masalah dan sebagainya. Mahasiswi ko-ass menggunakan *coping stress* yang berpusat pada emosi ketika menghadapi suatu masalah ditujukan untuk mengurangi tekanan emosional yang timbul akibat masalah yang dihadapi, tanpa menyelesaikan masalah yang menjadi sumber stres secara tuntas. Perubahan yang terjadi dalam diri mereka apabila mereka dapat mengatasi stressnya adalah akibat perubahan kondisi perasaan mereka terhadap masalah yang dihadapi. Perlakuan secara terus menerus terhadap sumber masalah dengan memusatkan diri pada perubahan perasaan menjadi lebih menyenangkan untuk menyelesaikan sumber masalah melalui tindakan nyata, akan menyebabkan penumpukan masalah sekaligus penumpukan emosi (Lazarus & Folkman, 1984: 151).

Dalam kenyataannya, mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dapat menggunakan *coping stress* yang berpusat pada masalah dan *coping stress* yang berpusat pada emosi dalam menghadapi tuntutan internal dan eksternal dalam kehidupan nyata (Lazarus & Folkman, 1984: 157). Apabila mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi saat menjalani kedua peran secara bersamaan tidak memperhatikan perasaan yang dirasakan maka dikatakan tidak efektif, demikian juga dengan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita yang berhasil meredakan ketegangan emosinya namun tidak menyelesaikan sumber permasalahannya. Untuk mencapai strategi

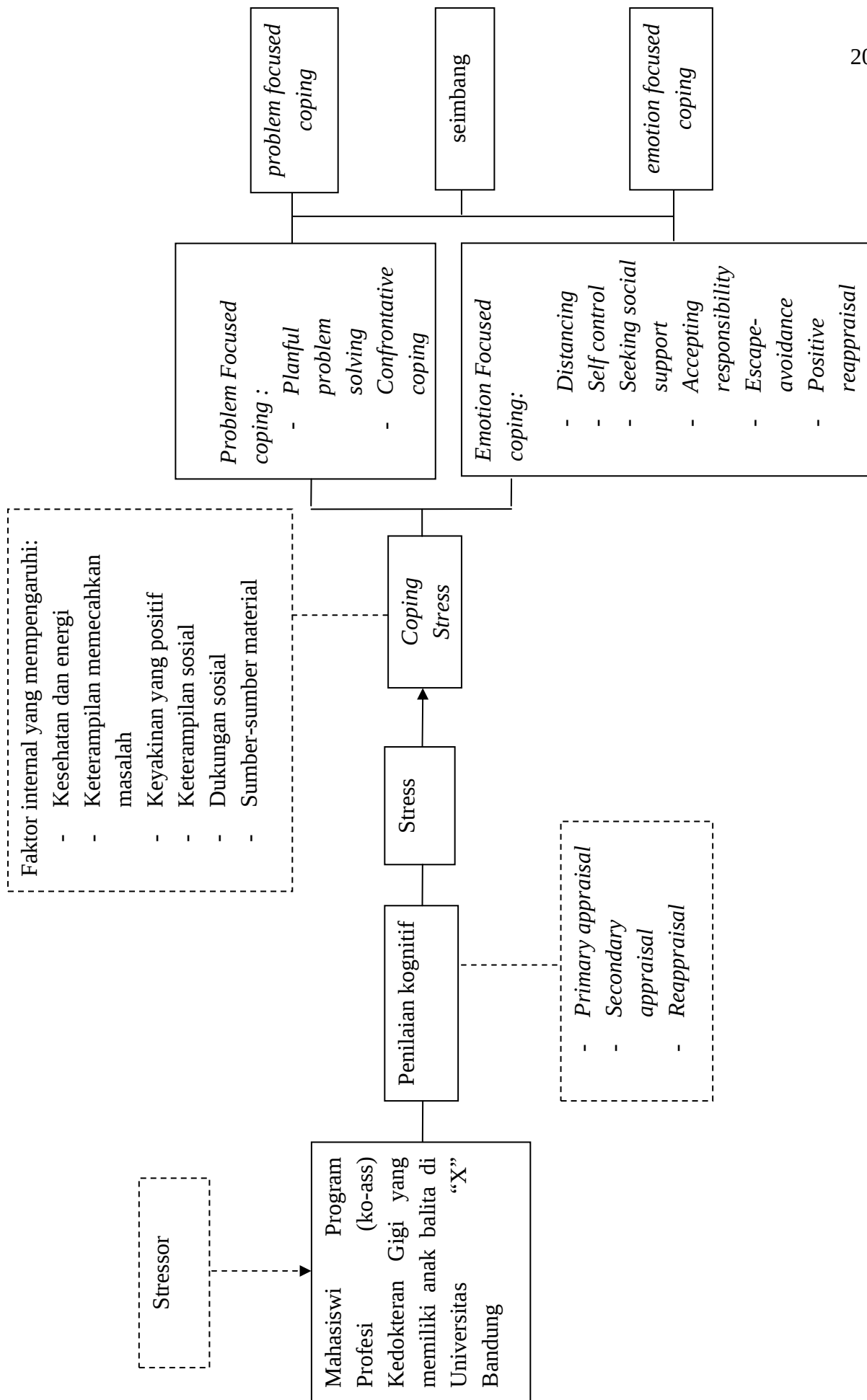
penanggulangan yang efektif diperlukan penggunaan kedua fungsi strategi penanggulangan tersebut (Lazarus & Folkman, 1984: 188).

Strategi penanggulangan stres yang digunakan mahasiswi Program profesi (ko-ass) yang memiliki anak balita dapat berhasil mengurangi atau bahkan menghilangkan stres yang dialami, namun strategi tersebut bisa saja tidak berhasil digunakan untuk mengatasi stres. Menurut Lazarus, keberhasilan penggunaan strategi penanggulangan stres dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut, yaitu kesehatan dan energi, keyakinan diri yang positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan sumber-sumber material. Faktor kesehatan dan energi, yaitu kondisi fisik mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita saat menghadapi stres, mereka akan lebih mudah menanggulangi masalah secara efektif jika dalam keadaan sehat. Keyakinan diri yang positif yaitu sikap optimis, pandangan positif terhadap kemampuan diri dalam menanggulangi masalah ketika menjalani peran ganda sebagai mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi dan juga sebagai ibu rumah tangga yang memiliki anak balita.

Faktor lainnya yang mempengaruhi adalah keterampilan untuk memecahkan masalah, kemampuan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita untuk mencari informasi, mengidentifikasi masalah dan mencari pemecahan yang efektif. Faktor keterampilan sosial, yaitu kemampuan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita untuk mencari pemecahan masalah bersama dengan orang lain dan kemungkinan untuk bekerja sama dengan

orang lain. Faktor dukungan sosial, yaitu bantuan atau dukungan yang diperoleh mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dari orang lain baik berupa informasi maupun dukungan emosional. Selain itu, adanya sumber-sumber material yang dapat berupa uang, barang atau fasilitas lain yang dapat mendukung mahasiswi tersebut untuk menyelesaikan kuliahnya dan juga mengurus dan membesarkan anaknya secara lebih efektif (Lazarus & Folkman, 1984; 156-164).

Mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita akan menggunakan kedua jenis strategi penganggulangan stress untuk mencapai strategi penanggulangan yang efektif, yang membedakan adalah frekuensi penggunaan dari kedua jenis *coping stress* tersebut. *Coping stress* yang digunakan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dikategorikan berpusat pada masalah (*problem-focused coping*) apabila frekuensi penggunaan *coping stress* yang berpusat pada masalah lebih tinggi dibanding penggunaan *coping stress* yang berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*). Apabila mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita menunjukkan frekuensi penggunaan *coping stress* yang sama pada kedua jenis strategi tersebut maka akan dikategorikan seimbang. Sedangkan apabila frekuensi penggunaan *coping stress* yang berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*) dalam mengatasi stres yang lebih tinggi maka akan dikategorikan berpusat pada emosi.



1.1 Skema Bagan Kerangka Pikir

1.6. Asumsi Penelitian

- Mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita mengalami stress ketika menjalani peran sebagai seorang mahasiswi Program Profesi (ko-ass) dan juga sebagai seorang ibu yang memiliki anak balita secara bersamaan.
- Mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita melakukan penilaian kognitif terhadap situasi yang dihadapinya.
- Kedua strategi tersebut akan digunakan untuk mencapai strategi penanggulangan yang efektif, yang membedakan adalah frekuensi penggunaan dari kedua jenis *coping stress* tersebut.
- *Coping Stress* yang digunakan mahasiswi program Profesi (ko-ass) Fakultas Kedokteran Gigi yang memiliki anak balita dapat berpusat pada masalah (*problem focused form of coping*), berpusat pada emosi (*emotion focused form of coping*), atau seimbang.