

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana strategi penanggulangan stres yang digunakan pendeta-pendeta GKI di kota Bandung.

Sesuai dengan maksud, tujuan, dan kegunaan penelitian, maka rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif, dengan memakai satu kelompok subyek penelitian. Yang menjadi subyek penelitian adalah total populasi pendeta di gereja-gereja GKI di kota Bandung dengan karakteristik tertentu.

Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner Ways of Coping yang disusun oleh Lazarus dan Folkman; kuesioner stress diagnostic survey yang mengacu pada konsep stres Lazarus (1984).

Berdasarkan hasil diketahui bahwa terdapat dominasi penggunaan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah dari pada strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi. Pendeta yang menggunakan strategi penanggulangan yang berpusat pada masalah lebih memfokuskan pada penyelesaian secara obyektif yang terencana untuk mengubah lingkungan dan sumber-sumbernya. Keterampilan memecahkan masalah dan energy resource yang dimiliki pendeta juga menjadi dasar dominasi penggunaan strategi penanggulangan yang berpusat pada masalah. Panggilan hidup sebagai pendeta secara tidak langsung menuntut pendeta untuk bisa mengubah lingkungan.

Saran dari penelitian ini adalah mengadakan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang berbeda, meneliti strategi penanggulangan secara longitudinal agar diperoleh perkembangan dari strategi penanggulangan stres yang lebih lengkap, perlu diadakan komunikasi terbuka antara pendeta dengan para penatua dan perlu diadakan pelatihan-pelatihan mengenai bagaimana menghadapi permasalahan-permasalahan seputar pelayanan.

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Maksud dan Tujuan.....	7
1.3.1 Maksud Penelitian.....	7
1.3.2 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Kegunaan Penelitian.....	7
1.4.1 Kegunaan Ilmiah.....	7
1.4.2 Kegunaan Praktis.....	7
1.5 Kerangka Pikir.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
2.1 Teori Tentang Stres.....	17
2.1.1 Pengertian Stres.....	17
2.1.2 Pendekatan Tentang Stres.....	18
2.1.3 Teori Stres Dari Lazarus.....	21
2.1.4 Stres Pekerjaan.....	23
2.1.5 Penilaian Kognitif.....	32
2.1.6 Proses Dinamika Stres.....	36
2.1.7 Strategi Penanggulangan Stres.....	37
2.1.7.1 Pengertian Strategi Penanggulangan Stres...37	
2.1.7.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi	
Penggunaan Strategi Penanggulangan Stres..38	

	2.1.7.3 Hambatan Dalam Menggunakan Strategi Penanggulangan Stres.....	40
	2.1.7.4 Fungsi Dan Bentuk Strategi.....	41
	2.1.7.5 Hubungan Strategi Yang Berpusat Pada Masalah Dan Yang Berpusat Pada Emosi....	46
	2.1.7.6 Hubungan Penilaian Kognitif, Stres, Dan Strategi Penanggulangan Stres.....	47
	2.2 Pendeta.....	48
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	51
	3.1 Desain Penelitian.....	51
	3.2 Variabel Penelitian.....	51
	3.3 Definisi Operasional.....	51
	3.4 Alat Ukur.....	52
	3.4.1 Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres.....	52
	3.4.2 Data Penunjang.....	55
	3.4.2.1 Alat Ukur Derajat Stres.....	56
	3.5 Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur.....	57
	3.5.1 Validitas Alat Ukur.....	57
	3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	58
	3.6 Populasi Dan Teknik Penarikan Sampel.....	60
	3.6.1 Populasi.....	60
	3.6.2 Teknik Sampling.....	60
	3.6.3 Karakteristik Sampling.....	60
	3.6.4 Jumlah Sampel Penelitian.....	60
	3.7 Teknik Analisis.....	61
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	62
	4.1 Gambaran Sampel Dan Hasil Penelitian.....	62
	4.1.1 Hasil Penelitian.....	62

4.1.2 Tabel Kecenderungan	
Strategi Penanggulangan Stres.....	62
4.1.3 Tabel Tabulasi Silang Strategi Dan Stres.....	62
4.1.4 Tabel Strategi Dengan Aspek-Aspek Yang	
Menonjol.....	63
4.2 Data Penunjang.....	63
4.2.1 Tabel Penghayatan Terhadap Beban.....	63
4.2.2 Tabel Penghayatan Terhadap Tekanan.....	63
4.2.3 Tabel Penghayatan Akan Keyakinan Yang Positif....	64
4.2.4 Tabel Penghayatan Akan Relasi.....	64
4.3 Hasil Penelitian.....	64
 BAB V	
KESIMPULAN DAN SARAN.....	72
5.1 Kesimpulan.....	72
5.2 Saran.....	73
5.2.1 Saran Teoritis.....	73
5.2.2 Saran Praktis.....	73
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1	Kerangka Pikir.....	16
Bagan 3.1	Skema Rancangan Penelitian.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1.1 Gambaran Sampel.....	62
Tabel 4.1.2 Kecenderungan Strategi Penanggulangan Stres.....	62
Tabel 4.1.3 Tabulasi Silang Strategi Penanggulangan Stres Dan Stres.....	62
Tabel 4.1.4 Aspek-Aspek Strategi Penanggulangan Stres Yang Menonjol...	63
Tabel 4.2.1 Penghayatan Terhadap Beban.....	63
Tabel 4.2.2 Penghayatan Terhadap Tekanan.....	63
Tabel 4.2.3 Keyakinan Yang Positif.....	64
Tabel 4.2.4 Penghayatan Terhadap Relasi.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 0.1 : Data Pribadi
- Lampiran 0.2 : *Stress Diagnostic Survey*
- Lampiran 0.3 : Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres
- Lampiran 0.4 : Hasil Data *Stress Diagnostic Survey*
- Lampiran 0.5 : Hasil Persentase *Stress Diagonistic survey*
- Lampiran 0.6 : Hasil Data Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Masalah
- Lampiran 0.7 : Hasil Data Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Emosi
- Lampiran 0.8 : Hasil Trayout Strategi Penanggulangan stres
- Lampiran 0.9 : Data Pendeta Dengan Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Emosi
- Lampiran 1.0 : Data Pendeta Dengan Strategi Penanggulangan Stres Yang Berpusat Pada Masalah