

## **Abstrak**

*Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui strategi penanggulangan stres pada perawat instalasi bedah sentral/ operasi kamar (OK) di rumah sakit 'X' Bandung. Pemilihan sampel menggunakan metode purposive sampling, dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 14 orang usia 25-37 tahun dengan lama bekerja 2.5-15 tahun. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan teknik survey.*

*Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner Ways of Coping dari **Lazarus & Folkman (1984)** yang telah dimodifikasi oleh peneliti dan terdiri dari 58 item. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji korelasi **Spearman** dengan program SPSS 16.0.*

*Hasil penelitian yang diperoleh adalah sebanyak 64% dari responden menggunakan baik strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah maupun strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi (problem focused coping & emotion focused coping) secara seimbang dalam frekuensi yang rendah, sebanyak 21% dari responden menggunakan kedua strategi penanggulangan stres tersebut secara seimbang dalam frekuensi yang tinggi, dan sebanyak 15% dari responden lebih sering menggunakan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah (problem focused coping) daripada strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi (emotion focused coping).*

*Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa 85% (sebagian besar) dari para perawat OK di rumah sakit "X" Bandung lebih sering menggunakan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah & strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi secara seimbang, dan 15% responden lebih sering menggunakan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah.*

*Saran dari penelitian ini adalah melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel lebih banyak, melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambahkan variabel keterampilan sosial dan atau dukungan sosial, melakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas strategi penanggulangan stres yang digunakan oleh para perawat OK untuk menanggulangi stres dalam melaksanakan tugasnya, dan melakukan penelitian lebih lanjut dengan melihat keterkaitan antara strategi penanggulangan stres dengan usia/ status pernikahan/ lama bekerja.*

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR SKEMA.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii

### BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	9
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	
1.3.1 Maksud penelitian.....	9
1.3.2 Tujuan penelitian.....	9
1.4 Kegunaan Penelitian	
1.4.1 Kegunaan ilmiah.....	9
1.4.2 Kegunaan praktis.....	10
1.5 Kerangka Pemikiran.....	10
1.6 Asumsi Penelitian.....	20

### BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres	
2.1.1 Teori stres dari Lazarus.....	22

2.1.2	Teori tentang penilaian kognitif.....	23
2.1.2.1	Proses penilaian kognitif.....	24
2.1.2.2	Faktor-faktor yang mempengaruhi penilaian.....	28
2.1.3	Strategi penanggulangan stres.....	30
2.1.3.1	Pengertian strategi penanggulangan stres.....	30
2.1.3.2	Fungsi dan bentuk strategi penanggulangan stres.....	31
2.1.3.3	Faktor pendukung strategi penanggulangan stres.....	34
2.1.3.4	Hambatan dalam menggunakan strategi penanggulangan stres.....	36
2.1.3.5	Hubungan antara strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah dengan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi.....	36
2.1.3.6	Hubungan antara penilaian kognitif, stres, dan strategi penanggulangan stres.....	38
2.2	Dewasa Awal	
2.2.1	Pengertian dewasa awal.....	39
2.2.2	Perkembangan kognitif .....	40
2.2.2.1	Fase-fase kognitif.....	40

### BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1	Rancangan Penelitian .....	43
3.2	Variabel Penelitian, dan Definisi Operasional.....	44
3.2.1	Variabel penelitian.....	44
3.2.2	Definisi operasional.....	44
3.3	Alat Ukur	
3.3.1	Alat ukur strategi penanggulangan stres.....	46
3.3.2	Prosedur pengisian.....	47
3.3.3	Sistem penilaian.....	47
3.3.4	Cara penilaian strategi penanggulangan Stres.....	48
3.3.5	Kuesioner data pribadi dan data Penunjang.....	48
3.4	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	
3.4.1	Validitas alat ukur.....	49
3.4.2	Reliabilitas alat ukur.....	49
3.5	Sampel Penelitian	
3.5.1	Populasi sasaran.....	50
3.5.2	Karakteristik populasi.....	50
3.5.3	Teknik sampling.....	50
3.6	Teknik analisa data.....	50

### BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian.....	51
-----	-----------------------	----

4.1.1	Gambaran responden.....	51
4.1.2	Hasil pengolahan data.....	53
4.2	Pembahasan.....	58
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Kesimpulan.....	69
5.2	Saran	
5.2.1	Saran ilmiah.....	70
5.2.2	Saran praktis.....	70
DAFTAR PUSTAKA		
DAFTAR RUJUKAN		
LAMPIRAN		

## **DAFTAR SKEMA**

Skema 1.1 Skema Kerangka Pemikiran

Skema 3.1 Skema Rancangan Penelitian

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pembagian Item-item dalam Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres

Tabel 3.2 Bobot Penilaian

Tabel 3.3 Tingkat Reliabilitas Guilford

Tabel 4.1 Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Persentase Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.3 Persentase Responden Berdasarkan Status Pernikahan

Tabel 4.4 Persentase Responden Berdasarkan Jabatan

Tabel 4.5 Persentase Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tabel 4.6 Persentase Responden Berdasarkan Lama Bekerja

Tabel 4.7 Persentase Strategi Penanggulangan Stres

Tabel 4.8 Persentase Dimensi Problem Focused Coping & Emotion Focused  
Coping Seimbang

Tabel 4.9 Persentase Dimensi Problem Focused Coping & Emotion Focused  
Coping Seimbang dalam Frekuensi Tinggi

Tabel 4.10 Persentase Dimensi Problem Focused Coping & Emotion Focused  
Coping Seimbang dalam Frekuensi Rendah

Tabel 4.11 Persentase Dimensi Problem Focused Coping

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Data Penunjang dan Kuesioner Strategi Penanggulangan Stres

Lampiran 2 : Kisi-kisi Alat Ukur (Pengambilan data)

Lampiran 3 : Kuesioner Strategi Penanggulangan Stres (Pengambilan Data)

Lampiran 4 : Analisa Item (Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur)

Lampiran 5 : Tabel *Crosstabulation*