

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi penanggulangan stres pada istri prajurit batalyon “X” yang sedang ditinggal bertugas pertama kali. Pemilihan sampel menggunakan metode purposive sampling dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 84 istri prajurit.

Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner Ways of Coping dari Lazarus dan Folkman (1986) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Berdasarkan hasil uji validitas dengan menggunakan Construct Validity dan uji realibilitas dengan menggunakan Alpha Cronbach, 49 dari 63 buah item diterima dengan validitas keseluruhan item berkisar antara 0,300 – 0,635 dan reliabilitas aspek strategi penanggulangan stres berfokus pada masalah sebesar 0,855, serta reliabilitas aspek strategi penanggulangan stres berfokus pada emosi sebesar 0,825. Data hasil penelitian diolah dengan menggunakan teknik analisis frekuensi dan presentase dengan program SPSS 20. Berdasarkan pengolahan data secara statistik, maka diperoleh hasil strategi penanggulangan stres yang paling banyak digunakan istri prajurit batalyon “X” yang sedang ditinggal bertugas pertama kali adalah strategi penanggulangan stres yang berfokus pada masalah dengan dipengaruhi oleh sumber daya yang dimiliki.

Berdasarkan penelitian ini, maka peneliti memberikan saran bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti seberapa kuat hubungan sumber daya terhadap penggunaan strategi penanggulangan stres berfokus pada masalah. Selain itu, peneliti menyarankan sebelum suaminya berangkat untuk bertugas, pengurus Persit dan Staf Psikologi AD bekerja sama untuk memberikan education pada seluruh istri prajurit mengenai perubahan dan gambaran permasalahan yang biasanya akan terjadi, agar para istri dapat mempersiapkan mental dan mempersiapkan dengan cermat langkah-langkah yang harus dilakukan nantinya.

ABSTRACT

This research would like to reveal the coping strategies from soldier's wife in the battalion "X" being left in charge for the first time. The selection of the sample using purposive sampling method and the sample in this study amounted to 84 wives of soldiers.

The measuring instruments are used the Ways of Coping questionnaire of Lazarus and Folkman (1986) which has been modified by the researcher. Based on the validity of the test results by using the Construct Validity and reliability test using Cronbach Alpha, 49 of the 63 items, the overall validity of the items received items ranged from .300 to .635 and reliability aspects of problem focused coping 0.855, and reliability aspects of emotion focused coping 0.825. The data were analyzed using frequency and percentage analysis techniques using SPSS 20. Based on the statistical data processing, the final results from stress coping strategies most widely used by battalion soldier's wife "X" that being left in charge for the first time is problem focused coping with the resources affected by the form of social skills, social support, problem-solving skills, health and energy, positive beliefs and material resources are adequate and had by the soldier's wife.

Based on this study, the researchers gave suggestions for further research to examine how strong the relationship of resources to use problem focused coping strategy. In addition, researchers suggest before her husband left for duty, Persit and staff of Military Psychology cooperation to provide education to all of the soldier's wife on the amendments an the problem that would normally happen, in order that the wives can prepare mentally and prepare carefully steps what to do in the future.

DAFTAR ISI

Pernyataan Orisinalitas Laporan penelitian.....	iii
Pernyataan Publikasi Laporan Penelitian.....	iv
Abstrak.....	v
<i>Abstract</i>	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Bagan.....	xv
Daftar Lampiran.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	12
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian.....	12
1.3.1. Maksud Penelitian.....	12
1.3.2. Tujuan Penelitian.....	12
1.4. Kegunaan Penelitian.....	12
1.4.1. Kegunaan Teoretis.....	12
1.4.2. Kegunaan Praktis.....	13
1.5 Kerangka Pemikiran.....	14

1.6 Asumsi.....	22
-----------------	----

BAB II TINJAUAN TEORI.....23

2.1. Stres.....	23
2.1.1. Teori Stres.....	24
2.1.2. Teori Stres dari Lazarus.....	24
2.1.3. Sumber Stres.....	28
2.1.4. Penilaian Kognitif.....	30
2.1.5. Strategi Penanggulangan Stres (<i>Coping Strategy</i>).....	34
2.1.6. Fungsi dan Bentuk Strategi Penanggulangan Stres.....	37
2.1.7. Strategi Penanggulangan yang Berpusat pada Masalah (<i>problem focused coping</i>).....	39
2.1.8. Strategi Penanggulangan yang Berpusat pada Emosi (<i>emotional focused coping</i>).....	42
2.1.9. Hambatan dalam Menggunakan Strategi Penanggulangan Stres.....	44
2.1.10. Hubungan Penilaian Kognitif, Stres, dan Strategi Penanggulangan Stres.....	45
2.1.11. Faktor yang Mempengaruhi Strategi Penanggulangan Stres.....	45
2.1.12. Hubungan Strategi Penanggulangan Stres yang Berpusat pada Masalah dan yang Berpusat pada Emosi.....	47

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	49
3.1. Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	49
3.2. Bagan Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	49
3.3. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	50
3.3.1. Variabel Penelitian.....	50
3.3.2. Definisi Operasional.....	50
3.4. Alat Ukur.....	52
3.4.1. Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres.....	52
3.4.2. <i>Item</i> alat ukur.....	53
3.4.3. Sistem Penilaian.....	54
3.4.4. Data Pribadi dan Data Penunjang.....	55
3.4.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	56
3.4.5.1. Validitas Alat Ukur.....	56
3.4.5.2. Reliabilitas Alat Ukur.....	58
3.5. Populasi Sasaran dan Teknik Penarikan Sampel.....	59
3.5.1. Populasi Sasaran.....	59
3.5.2. Karakteristik Populasi.....	59
3.5.3. Teknik Penarikan Sampel.....	59
3.6. Teknik Analisis.....	60
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 61
4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	61

4.1.1 Gambaran Subjek berdasarkan Usia.....	61
4.1.2 Gambaran Subjek berdasarkan Lama Menikah.....	62
4.1.3 Gambaran Subjek berdasarkan Jumlah Anak.....	63
4.1.4 Gambaran Subjek berdasarkan Pekerjaan.....	63
4.2 Hasil Penelitian.....	64
4.2.1 Strategi Penanggulangan Stres.....	64
4.2.2 Persentase Responden berdasarkan Dimensi Strategi penanggulangan Stres Fokus Masalah.....	65
4.2.3Persentase Responden berdasarkan Dimensi Strategi penanggulangan Stres Fokus Emosi	66
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	67
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	73
5.1 Simpulan.....	73
5.2 Saran.....	74
5.2.1 Saran Teoritis.....	74
5.2.2 Saran Praktis.....	75
 DAFTAR PUSTAKA.....	76
DAFTAR RUJUKAN.....	77
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel <i>Item</i> Alat Ukur.....	53
Tabel 4.1 Gambaran Subjek Berdasarkan Usia.....	61
Tabel 4.2 Gambaran Subjek Berdasarkan Lama Menikah.....	62
Tabel 4.3 Gambaran Subjek Berdasarkan Jumlah Anak.....	63
Tabel 4.4 Gambaran Subjek Berdasarkan Pekerjaan.....	63
Tabel 4.5 Strategi Penanggulangan Stres.....	64
Tabel 4.6 Jumlah Responden Berdasarkan Dimensi Strategi Penanggulangan Stres Fokus Masalah.....	65
Tabel 4.7 Jumlah Responden Berdasarkan Dimensi Strategi Penanggulangan Stres Fokus Emosi.....	66

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran.....	21
Bagan 3.1 Rancangan dan Prosedur Penelitian.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Istri Prajurit TNI-AD
- Lampiran 2 : Kuesioner Strategi Penanggulangan Stres
- Lampiran 3 : Kuesioner Data Penunjang
- Lampiran 4 : Kisi-Kisi Alat Ukur
- Lampiran 5 : Gambaran Sampel
- Lampiran 6 : Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 : Olah Data Strategi Penanggulangan Stres
- Lampiran 8 : Data Kategori Strategi Penanggulangan Stres
- Lampiran 9 : *Crosstabulation* Data Penunjang