

Abstrak

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui mengenai gambaran strategi coping stress yang digunakan oleh eks-pasukan perdamaian garuda pasca bertugas di Negara Kongo. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuesioner. Penelitian ini melibatkan 80 responden yang ditarik dari populasi yang berjumlah 180 orang.

Alat ukur yang digunakan adalah Ways of Coping Questionnaire (WCQ) yang disusun oleh Lazarus dan Folkman (1984) yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Kuesioner ini terdiri atas 43 item dengan nilai validitas item antara 0,303 – 0,640 dan derajat reliabilitas sebesar 0,790.

Dari hasil penelitian, didapat bahwa 46.25 % Pasukan Perdamaian Garuda pasca bertugas di negara Kongomenggunakan kedua jenis strategi coping stress. Sebanyak 28,75% menggunakan strategi coping stress yang terfokus pada masalah dan sebanyak 25% menggunakan strategi coping yang terfokus pada emosi.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dilakukan penelitian mengenai keefektifan dari strategi coping stress sehingga diperoleh gambaran mengenai strategi coping stress yang efektif bagi Prajurit terutama pasca bertugas dari negara Kongo. Selain itu juga dapat dilakukan penelitian mengenai seberapa kuat kontribusi derajat stress, pengalaman bekerja dalam pengaruhnya terhadap penggunaan strategi coping stress.

Abstract

This research was conducted with the aim to find a description of the coping stress strategies used by the ex-post duty of Garuda Peacekeepers in the Democratic Republic of The Congo. The design used in this study is a descriptive research design using a questionnaire. The study involved 80 respondents were drawn from a population of 180 peoples.

Measuring instruments used are the Ways of Coping Questionnaire (WCQ) developed by Lazarus and Folkman (1984) which has been modified by the researcher. The questionnaire consists of 43 items with item validity between 0.303 to 0.640 and the degree of reliability of 0.790.

From the research, found that 46.25% of Garuda peacekeepers post duty in the Democratic Republic of The Congo used both types of stress coping strategies. A total of 28.75% using stress coping strategies that focused on problem and as much as 25% using coping strategies focused on emotion

Suggestions for further research is conducted research on the effectiveness of coping stress strategies in order to obtain an idea of the effective stress coping strategies for the soldier in charge of the country, especially after duty of the Congo. It also can do research on how strong the contribution degree of stress, work experience in their influence on the use of stress coping strategies.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN JUDUL	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS PENELITIAN.....	.iii
PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENELITIAN.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian.....	8
1.3.1 Maksud Penelitian.....	8
1.3.2 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Kegunaan Penelitian	9
1.4.1 Kegunaan Ilmiah	9
1.4.2 Kegunaan Praktis	9
1.5 Kerangka Pemikiran.....	10
1.6 Asumsi Penelitian	25

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stress	26
2.1.1 Pengertian Stress	26
2.1.2 Teori Stress dari Lazarus.....	32
2.1.3 Stressor.....	34
2.2 Penilaian Kognitif	35
2.2.1 Teori tentang Penilaian Kognitif.....	35
2.2.2 Proses Penilaian Kognitif.....	36
2.2.2.1 Proses Penilaian Primer (<i>Primary Apraisal</i>).....	36
2.2.2.2 Proses Penilaian Sekunder (<i>Secondary Appraisal</i>).....	39
2.2.2.3 Penilaian Kembali (<i>Reappraisal</i>).....	39
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Penilaian Kognitif.....	41
2.2.3.1 Faktor Individual.....	41
2.2.3.2 Faktor Situasional	44
2.2.4 Efek dan Kerugian yang Diakibatkan oleh Stress.....	45
2.3 Coping Stress	46
2.3.1 Definisi Coping Stress	46
2.3.2 Konsep Dasar <i>Coping Stress</i>	47
2.3.3 Jenis Coping Stress	47
2.3.3.1 Emotion-focused form of coping	47
2.3.3.2 Problem-focused form of coping	48
2.3.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Coping stress</i>	49
2.4 Hubungan Stress dengan <i>Coping stress</i>	51

2.5 Masa Dewasa	53
2.5.1 Masa Dewasa Awal.....	53
2.5.1.1 Perkembangan Kognitif Dewasa Awal	54
2.5.2 Masa Dewasa Madya	55
2.5.2.1 Perkembangan Kognitif Dewasa Madya.....	55
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian.....	56
3.2 Bagan Rancangan Penelitian.....	56
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	57
3.3.1 Variabel Penelitian.....	57
3.3.2 Definisi Konseptual.....	57
3.3.3 Definisi Operasional.....	57
3.4 Alat Ukur.....	59
3.4.1 Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	59
3.4.2 Sistem Penilaian.....	61
3.4.3 Data Pribadi dan Data Penunjang	62
3.4.4 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	63
3.4.4.1 Validitas Alat Ukur	63
3.4.4.2 Reliabilitas Alat Ukur	65
3.5 Populasi dan Teknik Penarikan Sampel.....	67
3.5.1 Populasi Sasaran.....	67
3.5.2 Karakteristik Populasi	67
3.5.3 Teknik Penarikan Sampel	67

3.6 Teknik Analisis Data.....	67
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Gambaran Responden	69
4.2 Hasil Penelitian	70
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	75
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	89
5.2 Saran.....	91
5.2.1 Saran Bagi Penelitian Lanjutan.....	91
5.2.2 Saran Bagi Kegunaan Praktis.....	91
DAFTAR PUSTAKA	95
DAFTAR RUJUKAN	96
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 : Kisi-Kisi Alat Ukur <i>Coping Stress</i>	59
Tabel 3.2 : Rumus Pengukuran Validitas.....	65
Tabel 3.3 : Rumus Pengukuran Reliabilitas.....	66
Tabel 4.1 : Usia Responden	69
Tabel 4.2 : Strategi <i>Coping Stress</i>	70
Tabel 4.3 : Bentuk Strategi Penanggulangan <i>Stress</i> Pada Responden Yang Menggunakan Strategi Penanggulangan <i>Stress</i> Cenderung Terfokus Pada Masalah.....	71
Tabel 4.4 : Bentuk Strategi Penanggulangan <i>Stress</i> Pada Responden Yang Menggunakan Strategi Penanggulangan <i>Stress</i> Cenderung Terfokus Pada Emosi	72
Tabel 4.5 : Bentuk Strategi Penanggulangan <i>Stress</i> Pada Responden Yang Menggunakan Kedua Jenis Strategi Penanggulangan <i>Stress</i>	73
Tabel 4.6 : Tabulasi Silang Strategi <i>Coping Stress</i> dengan Derajat <i>Stress</i>	74

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1 Bagan Kerangka Pikir.....	24
Bagan 3.1 Bagan Rancangan Penelitian	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01 Kata Pengantar Pengambilan DataL1

Lampiran 02 *Informed Consent* PenelitianL2

Lampiran 03 Identitas dan Data PenunjangL4

Lampiran 04 Alat Ukur Strategi Penanggulangan *Stress*.....L8

Lampiran 05 Validitas Alat Ukur Strategi *Coping Stress*L12

Lampiran 06 Data Mentah Strategi *Coping Stress*.....L16

Lampiran 07 Data Bentuk Strategi *Coping Stress* Dalam Tiap AspekL18

Lampiran 08 Perbandingan Aspek *Problem Focused &Emotion Focused*L21

Lampiran 09 Data Mentah & Kategori Derajat *Stress*L22

Lampiran 10 Data Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping Stress*L24

Lampiran 11 Tabel Persentase Dampak *Stress*L26

Lampiran 12 Tabulasi Silang Kesehatan dengan Strategi *Coping Stress*.....L26

Lampiran 13 Tabulasi Silang Pengalaman dengan Strategi *Coping Stress*L27

Lampiran 14 Tabulasi Silang Keterampilan dengan Strategi *Coping Stress*.....L27

Lampiran 15 Tabulasi Silang Dukungan Sos. dengan Strategi *Coping Stress*.....L28

Lampiran 16 Tabulasi Silang Material dengan Strategi *Coping Stress*L28

Lampiran 17 Tabulasi Silang Keyakinan dengan Strategi *Coping Stress*L29

Lampiran 18 Tabulasi Silang Pengalaman dengan Strategi *Coping Stress*L29

Lampiran 19 Tabulasi Silang Fasilitas dengan Strategi *Coping Stress*L30

Lampiran 20 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Behavioral Effect*.....L30

Lampiran 21 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Cognitive Effect*L31

Lampiran 22 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Health Effect*L31

Lampiran 23 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Organizational Effect*.....L32

Lampiran 24 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Subjective Effect*.....L32

Lampiran 25 Tabulasi Silang Derajat *Stress* dengan *Physiological Effect*.....L33

Lampiran 26 Tabulasi Silang Usia dengan *Coping Stress*.....L33

Lampiran 27 Definisi dan Penjelasan Pasukan Perdamaian Garuda.....L34