

# **COPING STRES PADA WARTAWAN**

## **SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Sebagai  
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana

**OLEH :**

**ARMANSYAH**

**NPM. 05. 860. 0006**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2011**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang


1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

**HALAMAN PERSETUJUAN**


**JUDUL SRIPSI** : **COPING STRES PADA WARTAWAN**  
**NAMA MAHASISWA** : **ARMANSYAH**  
**NPM** : **05. 860. 0006**  
**BAGIAN** : **PSIKOLOGI INDUSTRI&ORGANISASI**

Menyetujui,

Komisi Pembimbing

  
Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd

Pembimbing I

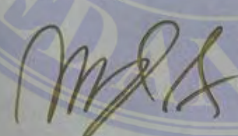
  
Babby Hasmainy, S.Psi, M.Si

Pembimbing II


Mengetahui,

Kepala Bagian Psikologi Industri&Organisasi

Dekan

  
Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi



  
Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd

Tanggal Sidang Meja Hijau

27 Oktober 2011

**HALAMAN PENGESAHAN**

**Dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area dan diterima untuk memenuhi sebagian syarat-  
syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana (S-1) Psikologi**

**Pada tanggal**

**27 Oktober 2011**



**Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area**

**Dekan,**

**Prof. Dr. Abdul Munir, MPd**

**Dewan Penguji**

- 1. Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi**
- 2. Nini Sri Wahyuni, S.Psi, MPd**
- 3. Babby Hasmainy, S.Psi, M.Si**
- 4. Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi**
- 5. Iaili Alfita, S.Psi, MM. M.Psi. Psikolog**

**Tanda Tangan**

*(Handwritten signatures of the five members of the examination board over dotted lines)*

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Armansyah  
NPM : 05.860.0006  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Menyatakan bahwa dalam dokumen ilmiah skripsi ini tidak terdapat bagian karya ilmiah lain yang telah diajukan untuk memperoleh gelar akademik disuatu lembaga Pendidikan Tinggi dan juga tidak terdapat karya akan pendapat yang penuh ditulis atau diterbitkan oleh orang/lembaga lain, kecuali yang secara lengkap dalam daftarpustaka

Dengan demikian saya menyatakan bahwa dokumen ilmiah ini bebas dari unsur- unsur plagiasi dan apabila dokumen ilmiah skripsi ini dikemudian hari terbukti merupakan plagiasi dari hasil karya penulis lain/atau dengan sengaja mngajukan karya atau pendapat yang merupakan hasil karya penulis lain, maka penulis bersedia menerima sanksi akademik dan/atau sanksi hukum yang berlaku.

Medan, 27 Oktober 2011



Armansyah

05.860.0006

iii

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

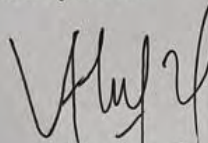
Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Armansyah  
NPM : 05.860.0006  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Coping Stres Pada Wartawan” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan  
Pada Tanggal : 27 Oktober 2011  
Yang Menyatakan

  
Armansyah  
05.860.0006

## ABSTRAK

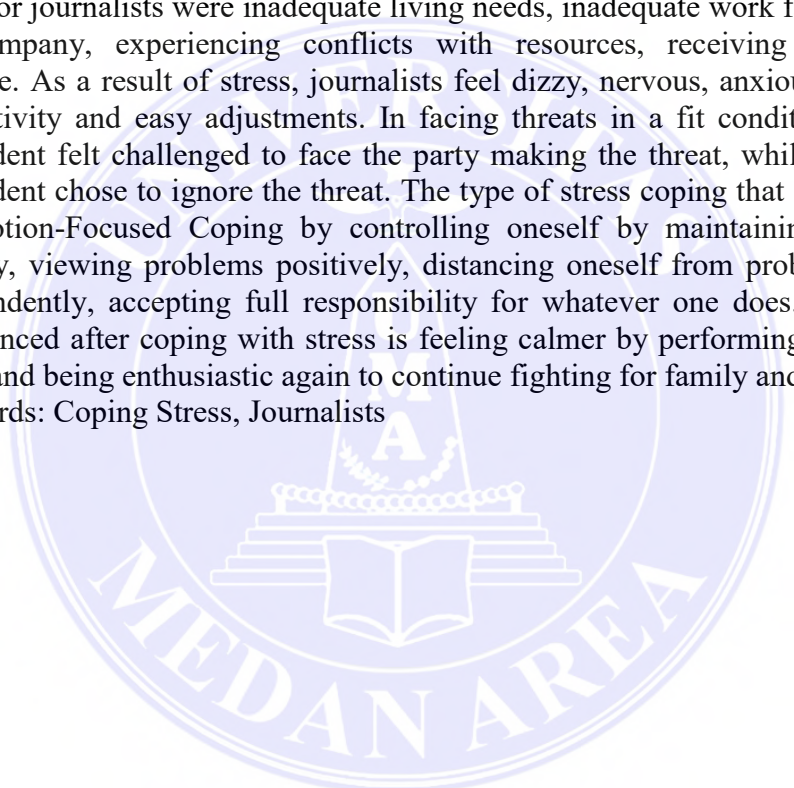
Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi sumber stres pada wartawan, gejala dan akibat stres pada wartawan, jenis coping apa yang dilakukan wartawan ketika stres, dan dampak yang dialami setelah melakukan *coping stress*. Menurut Hartoyo (2004) sepuluh jenis pekerjaan berat yang kemungkinan besar dapat menjadi penyebab stres yaitu: Guru sekolah lanjutan atas dikota besar, Perwira polisi, buruh tambang, pengontrol lalu lintas udara, Dokter spesialis penyakit dalam, Pialang saham, Wartawan, Pelayan, Pelayan pengaduan dan Sekretaris. Penelitian ini dilakukan dikota Medan dengan metode penelitian kualitatif, jumlah responden yang diambil sebanyak 2 orang dengan kriteria tertentu, yaitu Laki-laki, usia 30-40 tahun, wartawan dengan masa kerja minimal 2 tahun dan telah memiliki kartu pers. Berdasarkan analisis dan serangkaian proses penelitian yang dilakukan maka diketahui bahwa sumber stress pada wartawan kebutuhan hidup yang kurang terjamin, fasilitas kerja yang kurang memadai dari perusahaan, mengalami konflik dengan narasumber, mendapat ancaman dan tekanan. Akibat Stress pada wartawan merasa pusing, tegang syaraf, gelisah, penurunan produktivitas dan mudah tersinggung. Dalam menghadapi ancaman dalam kondisi fit responden pertama merasa tertantang untuk menghadapi pihak yang melakukan ancaman sedangkan responden kedua memilih untuk tidak menghiraukan ancaman. Jenis coping stress yang dilakukan adalah *Emotion-Focused Coping* dengan cara mengontrol diri dengan menjaga kestabilan emosi, memandang persoalan secara positif, membuat jarak dengan masalah dengan berlaku independen, menerima tanggungjawab sepenuhnya terhadap apapun yang dilakukan. Dampak yang dialami setelah melakukan *coping stress* adalah merasa lebih tenang dengan mengerjakan shalat dan zikir, kembali bersemangat untuk tetap memperjuangkan keluarga dan pekerjaan.

Kata kunci : *Coping Stress*, Wartawan

## ABSTRACT

This research aims to identify sources of stress in journalists, symptoms and consequences of stress in journalists, what types of coping journalists do when stressed, and the impacts experienced after coping with stress. According to Hartoyo (2004), the ten types of heavy work that are most likely to cause stress are: high school teachers in big cities, police officers, miners, air traffic controllers, internal medicine specialists, stock brokers, journalists, waiters, complaint waiters. and Secretary. This research was conducted in the city of Medan using qualitative research methods, the number of respondents taken was 2 people with certain criteria, namely male, aged 30-40 years, journalists with a minimum of 2 years of service and already had a press card. Based on the analysis and a series of research processes carried out, it was discovered that the sources of stress for journalists were inadequate living needs, inadequate work facilities from the company, experiencing conflicts with resources, receiving threats and pressure. As a result of stress, journalists feel dizzy, nervous, anxious, decreased productivity and easy adjustments. In facing threats in a fit condition, the first respondent felt challenged to face the party making the threat, while the second respondent chose to ignore the threat. The type of stress coping that is carried out is Emotion-Focused Coping by controlling oneself by maintaining emotional stability, viewing problems positively, distancing oneself from problems, acting independently, accepting full responsibility for whatever one does. The impact experienced after coping with stress is feeling calmer by performing prayers and dhikr, and being enthusiastic again to continue fighting for family and work.

Keywords: Coping Stress, Journalists



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam keharibaan junjungan Nabi Besar Muhammad SAW serta para sahabat sesungguhnya dialah sebaik-baik teladan bagi kita semua.

Peneliti menyadari bahwa selesainya skripsi ini ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak yang telah memberikan bahan masukan bagi peneliti. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. "*Mujahidahku*" (Ummi) yang telah berkorban segalanya memperjuangkan putranya untuk tetap meraih cita-cita.
2. Prof. Dr. M. Ya'kub Matondang, MA sebagai Rektor UMA
3. Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd, sebagai Dekan Fakultas Psikologi UMA.
4. Istri tercinta Siti Mardiana, S.PdI dan anak-anakku tersayang Fahmi Idris dan Nabila, yang senantiasa memberikan semangat.
5. Ibu Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing I yang dengan sabar memberikan pengarahan dan bimbingan, serta saran yang sangat berarti bagi peneliti sehingga skripsi ini terselesaikan.
6. Ibu Babby Hasmayni, S.Psi, M.Si sebagai Dosen Pembimbing II yang dengan selalu mengarahkan dan memberi motivasi dengan tiada lelah hingga selesainya skripsi ini.
7. Ibu Rahmi Lubis, S.Psi, M.Psi sebagai Ketua Jurusan Psikologi Industri dan Organisasi yang telah banyak mendukung peneliti.
8. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi yang telah bersedia turut menguji pada sidang meja hijau sebagai Dosen tamu.
9. Ibu laili Alfita, S.Psi, MM selaku Sekretaris sidang meja hijau yang telah meluangkan waktunya.
10. Seluruh dosen di Fakultas Psikologi UMA, terima kasih atas ilmu yang telah Bapak dan Ibu berikan semoga menjadi amal Jariah bagi Bapak/Ibu.



11. Ibu Vida, Bapak Misro, Abangda Dian, Abangda Syamsir dan seluruh staf Administrasi di Fakultas Psikologi UMA yang telah membantu proses administrasi selama kuliah.
12. Ibu Hj. Rayati Syafrin, MBA, MM yang telah mendukung penelitian ini.
13. Abangda dan kakanda yang telah bersedia menjadi responden dan informan penelitian, semoga sukses selalu dalam menjalankan tugas di lapangan.
14. Teman dan rekan-rekan seperjuangan Bapak P. Simatupang, Uning, Hambali, Iswanti dan Azid yang telah turun memberikan motivasi dan mendukung kelancaran proses penelitian ini.

Akhirnya dengan segala kesadaran diri dan kerendahan hati hanya kepada Allah SWT yang memiliki kesempurnaan saya berserah diri. Semoga segala bentuk bantuan yang telah diberikan akan mendapat balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Amin Ya Rabbal 'Alamin.

Medan, 27 Oktober 2011

Peneliti,

Armansyah

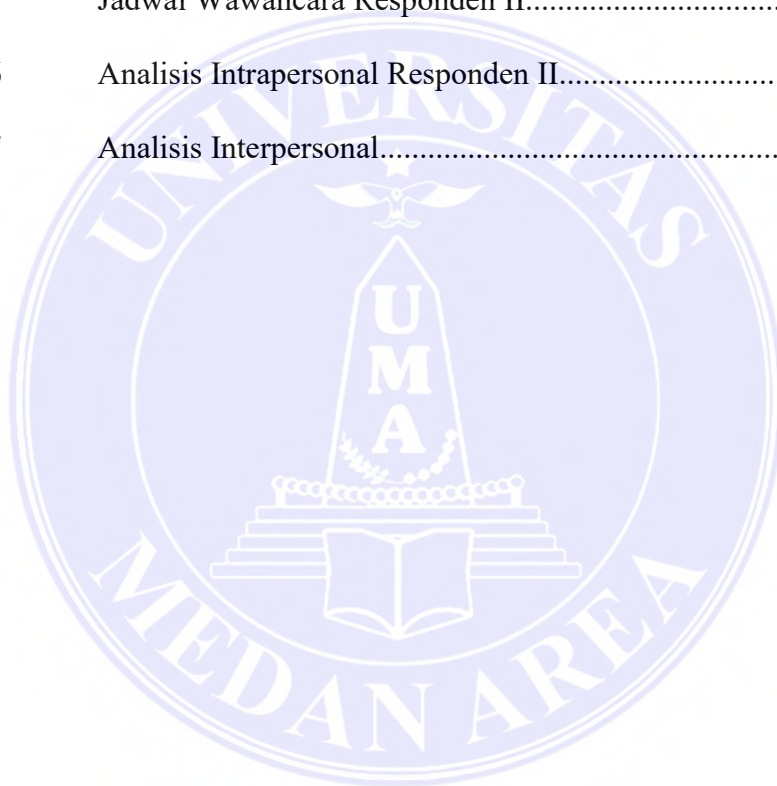
## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR ENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II. LANDASAN TEORITIS .....	7
A. <i>Coping Stress</i> .....	9
1. Pengertian Coping Stres .....	9
2. Sumber Stres .....	11
3. Gejala dan Akibat Stress .....	13
4. Aspek-aspek <i>coping stres</i> .....	14
5. Faktor yang mempengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	17
6. Jenis-jenis <i>Coping Stress</i> .....	18
B. Pengertian Wartawan .....	21

<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	<b>16</b>
A. Pendekatan Kualitatif	24
B. Metode Pengumpulan Data	25
C. Responden Penelitian	27
D. Alat Bantu Pengumpulan Data	29
E. Prosedur Penelitian	31
F. Prosedur Analisis Data	33
<b>BAB IV. PELAKSANAAN, ANALISIS DAN INTERPRETASI DATA</b>	<b>35</b>
A. Orientasi Kanchah Penelitian	35
B. Analisis Data	35
C. Analisis Interpersonal	51
D. Pembahasan	59
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan	62
B. Saran	63
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	<b>65</b>

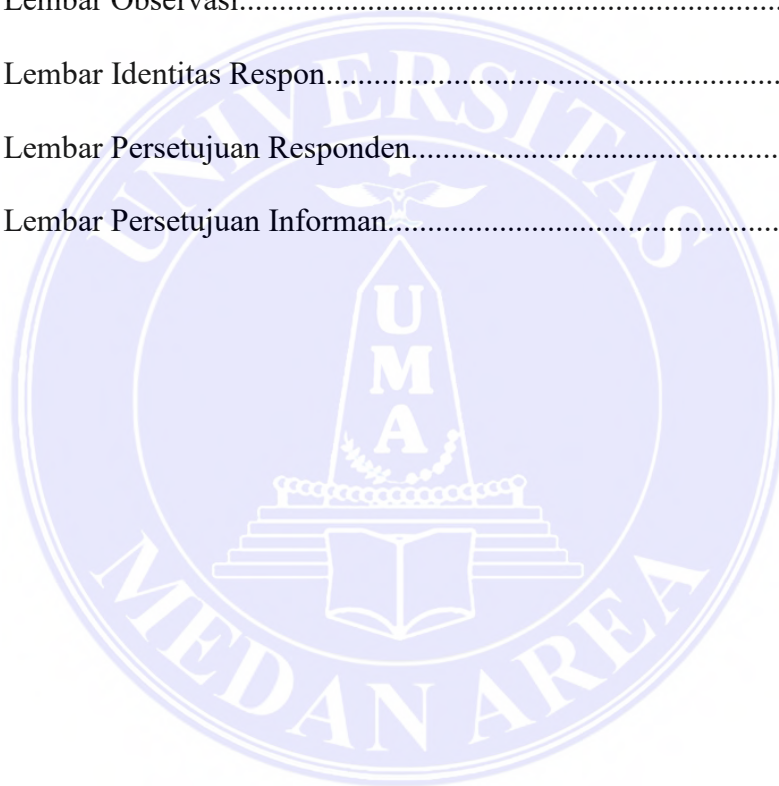
## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Identitas Responden I .....	35
Tabel 2	Jadwal Wawancara Responden I.....	38
Tabel 3	Analisis Intrapersonal Responden I.....	41
Tabel 4	Identitas Responden II.....	44
Tabel 5	Jadwal Wawancara Responden II.....	47
Tabel 6	Analisis Intrapersonal Responden II.....	49
Tabel 7	Analisis Interpersonal.....	53



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Verbatim Data Responden I.....	67
2. Verbatim Data Responden II.....	73
3. Verbatim Informan.....	80
4. Pedoman Wawancara.....	83
5. Lembar Observasi.....	85
6. Lembar Identitas Respon.....	86
7. Lembar Persetujuan Responden.....	87
8. Lembar Persetujuan Informan.....	88



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang Masalah

Media cetak merupakan salah satu jenis media massa yang dapat menjadi sumber informasi. Surat kabar satu dari banyak jenis media cetak yang paling sering dibaca oleh masyarakat. Hal ini disebabkan surat kabar terbit setiap hari sehingga informasi atau berita yang disajikan masih baru. Bahkan kita dapat mengetahui pada pagi hari peristiwa yang terjadi pada malam hari.

Di era globalisasi ini, informasi adalah kebutuhan yang sangat penting bagi semua kalangan. Tidak saja bagi individu, hampir semua kantor dan instansi berlangganan media cetak bahkan lebih dari satu surat kabar hanya untuk mendapatkan ragam informasi terkini tentang politik, ekonomi, kriminal, iklan produk sampai sajian yang berisi hiburan bagi pembacanya.

Dibalik semua berita dan informasi yang disajikan oleh surat kabar tentu peran wartawan amatlah penting, sebagai tulang punggung perolehan berita. Karena itu, wartawan harus bisa berinteraksi dengan narasumber yang berasal dari berbagai golongan. Hal ini disebabkan jenis informasi beragam, misalnya, rumor atau isu, data, dokumen, atau pernyataan seorang narasumber.

Agar berita yang diajukan akurat dan seimbang (*cover both side*), seorang wartawan wajib melakukan klarifikasi atau *check* dan *recheck*. Ini sangat penting agar informasi yang disajikan betul-betul bisa dipertanggungjawabkan kebenarannya, tidak sekedar menyudutkan subjek berita (Komariah, 2007)

Wartawan memiliki kode etik dalam menjalankan tugasnya. Hal ini dimaksudkan agar dalam proses pencarian berita seorang wartawan memiliki perlindungan hukum. Sejak pasca reformasi 1998 wartawan memperjuangkan kebebasan pers dan baru menuai hasil pada tahun 1999 dengan keluarnya Undang-Undang Pers No. 40 tahun 1999 (Komariah, 2007).

Perangkat legalitas berupa UU Pers dan segala aturan yang ada didalamnya ternyata berbeda dengan apa yang terjadi dilapangan. Pekerjaan wartawan merupakan salah satu pekerjaan menantang, meskipun sebagian orang menyenangkannya.

Tidak semua orang beruntung mendapat pekerjaan yang disenangkannya dan mendapat dukungan penuh dari berbagai pihak. Kasus kekerasan kerap dialami oleh wartawan yang sedang menjalankan tugasnya seperti yang alami wartawan di beberapa media.

Tahun 2003 bertepatan dengan tanggal 29 Desember, Ersya Siregar, seorang wartawan senior RCTI meninggal dunia dalam baku tembak antara TNI dan GAM di Aceh Timur setelah disandera oleh GAM selama beberapa minggu. Tindakan kekerasan juga terjadi yang melibatkan oknum anggota kepolisian terkait dengan insiden jatuhnya reporter Suara Surabaya, Faiz Fajaruddin, yang hendak meliput kedatangan Kepala Kepolisian Republik Indonesia (KAPOLRI) Jenderal (Polisi) Da'i Bachtiar, yang menurut informasi akan datang ke Hotel Sheraton, Jumat malam itu tepatnya tanggal 27 bulan Mei 2005. Namun Faiz ditarik dan terjatuh. Kekerasan tersebut dilakukan Kepala Bidang Hubungan Kemasyarakatan Kepolisian Daerah Jatim, Komisaris Besar Endro Wadojo (Kompas, 31 Mei 2005)

Pada hari Rabu, tanggal 5 bulan September tahun 2007, Arie Yuniarto, wartawan harian Surya Biro Pasuruan, di Pasuruan, Jawa Timur, jelas mendapat perlakuan tidak wajar. Arie telah disulut rokok oleh Ketua DPRD Kabupaten Pasuruan, Ahmad Zubaidi di Pendopo Kabupaten Pasuruan. Akibatnya, tangan kanannya mengalami luka. Menurut Ari, penyulutan yang menimpa dirinya berkaitan dengan berita yang ditulisnya. Pada Senin tanggal bulan September tahun 2007, Ari menulis laporan khusus satu halaman tentang utang anggota DPRD Kabupaten Pasuruan yang hendak dibayar dengan dana APBD. Tulisan tersebut berlanjut lagi pada Selasa tanggal 4 September tahun 2007. Dalam tulisan tersebut Arie menemukan utang para anggota DPRD itu penuh dengan aroma konspirasi (Bintardi, dalam [www. Ajiindonesia.com](http://www.Ajiindonesia.com), 2008)

Setiap individu memiliki masalah yang berbeda dengan orang lain baik seseorang yang berprofesi sebagai wartawan atau profesi lainnya tetapi ada satu ketakutan yang mendasar dalam kehidupan manusia, yakni tidak ingin terjatuh dalam kehidupan susah, sengsara dan mengecewakan. Siapapun di dunia ini pasti ingin sukses, sejahtera, dan bahagia, meski harus bersusah payah dan bekerja tanpa kenal lelah. Adakalanya sukses akan menghampiri seseorang yang sudah bekerja keras tersebut, tapi banyak juga yang gagal hingga akhirnya merasa frustrasi dan kecewa.

Tekanan hidup memang tidak pernah berhenti. Hidup memang membutuhkan perjuangan meskipun akhirnya kualitas pribadi seseoranglah yang menentukan keberhasilan hidupnya dan hal ini akan tampak ketika dia menghadapi permasalahan. Kebebasan menyuarakan pendapat saat ini menyebabkan wartawan juga memiliki landasan yang kuat untuk menulis berita



yang aktual sesuai dengan realita yang ada. Tapi agaknya hal ini juga yang sering membawa masalah pada wartawan itu sendiri. Masalahnya tidak semua orang suka dengan apa yang ditulisnya. Peneliti menyaksikan banyak wartawan yang mendapat tekanan, teror dan tindakan kekerasan dilapangan yang dapat menjadi salah satu sumber stres para wartawan.

Seorang Psikolog, Michael Utama (dalam [www.mail.archiev.com](http://www.mail.archiev.com), 2008) menyatakan “Stres adalah reaksi-reaksi individu terhadap faktor-faktor baru atau yang mengancam, yang timbul dalam lingkungan kerja dalam artian luas”. Pada pokoknya pengertian stres selalu mengandung “tekanan terhadap manusia”.

Widyastuti (2004) menyatakan kami mendefenisikan stres sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut.

Stres adalah akumulasi dari reaksi tubuh terhadap situasi atau lingkungan sekitar yang tampak berbahaya atau sulit. Stres membuat tubuh memproduksi hormon adrenalin yang berfungsi untuk mempertahankan diri. Jadi, sebenarnya stres merupakan reaksi tubuh alami (sunnatullah). Hampir sama dengan reaksi spontan tubuh lain, seperti reaksi tubuh saat menghindar dari panas, misalnya, atau kita berselimut ketika hawa dingin menerpa tubuh kita”(www.dudung.net, 2008)

Menurut Hartoyo (2004) sepuluh jenis pekerjaan berat yang kemungkinan besar dapat menjadi penyebab stres yaitu : Guru sekolah lanjutan atas dikota besar, Perwira polisi, buruh tambang, pengontrol lalu lintas udara, Dokter

spesialis penyakit dalam, Pialang saham, Wartawan, Pelayan, Pelayan pengadilan dan Sekretaris

Profesi wartawan termasuk salah satu pekerjaan berat, untuk itu, agar seorang wartawan tetap eksis dalam menjalankan tugasnya harus memiliki kemampuan menangani segala permasalahan yang terjadi dilapangan guna memperoleh berita yang bagus dapat ditanggulangi. Peneliti mempunyai teman yang berprofesi sebagai wartawan. Dalam satu pertemuan dia mengatakan bahwa rekannya di daerah tiba-tiba hilang. Informasi hilangnya wartawan daerah tersebut telah dilaporkan kepada pihak kepolisian dan pemerintah setempat tetapi dalam waktu 2 tahun (2003 s/d 2005) bahkan sampai tulisan ini dibuat belum ada informasi yang dapat dijadikan pegangan apakah rekan tersebut masih hidup atau tidak (hasil Observasi & Pengamatan yang dilakukan peneliti)

Wartawan yang bekerja di perusahaan surat kabar yang berpengaruh di masyarakat tentu memiliki tantangan tersendiri. Disatu sisi wartawannya dihargai, tapi disisi lain akan mengalami banyak rintangan dari subjek berita yang tidak mau informasi tentang dirinya diketahui orang banyak. Sumber berita tidak terlalu khawatir bila komentarnya dimuat di surat kabar yang sedikit pembacanya. Berbeda halnya ketika dimuat di harian yang berpengaruh dan dibaca banyak orang seperti Harian Waspada. Karena itu, peneliti mengambil tempat penelitian di PT. Harian Waspada Medan.

Dalam wawancara pada tanggal 26 Januari 2009 (jam 10. 15 WIB) dengan responden yang berprofesi sebagai wartawan di harian Waspada mengatakan bahwa subjek pernah menerima tindakan intimidasi dari pihak lain yang tidak senang dengan pemberitaan yang ditulisnya.

Hasil wawancara :

“Waktu itu aku ditugaskan redakturku dari kantor untuk mencari informasi tentang kebijakan pengelolaan pasar Petisah yang kurang berpihak pada pedagang, jadi kukumpulkan informasi dan kunaikkanlah beritanya. Rupanya dibaca orangtu dikoran dan langsung ditulis orangtu surat bantahan dengan mengatakan berita yang kunaikkantu tak betul. Besoknya datang lagi aku kesana untuk menkonfirmasi bahwa berita yang kutulis itu sesuai dengan fakta yang ada sesuai informasi yang didapat dari pedagang. Jadi entah kekmana adu mulut jugalah aku agak panjang dan betahan dengan kebenaran beritaku. Aku tak merasa bersalah makanya aku tetap duduk di sekitar pasar itu. Tak berapa lama datanglah satu orang yang badannya besar berambut cepak menyuruh aku pergi. Kubilang sama orang itu bahwa aku disini kerja sesuai dengan tugas dari atasanku. Mendengar aku tetap bersikeras tetap disitu, mungkin juga dia palak tiba-tiba ditolakkannya aku ke dinding dan dipukulnya mukaku. Sebenarnya aku ingin membalas, tapi karena ku ingat aku disini bekerja mencari informasi makanya kau diam. Setelah berkonsultasi dengan atasanku, terus aku melapor ke Polsek Medan Baru. Sebenarnya ditempat aku dipukuli tadi ada polisi tapi mereka diam saja melihat aku dipukul. Sebagai warga negara aku tetap melapor ke polisi supaya ada tindakan hukum bagi yang melanggarnya, tapi sepertinya orang yang mukul aku itu aman-aman aja”.

Lazarus (dalam Taylor, 1999) menyatakan bahwa coping stress adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stress yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya, dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya. Seperti kutipan wawancara berikut :

” tapi itulah pak Arman, kalau aku menaruh dendam sama orang yang mukul aku itu, tambah stress lah dan tidak ada yang bisa kubuat lagi. Aku paham bakal menghadapi masalah-masalah kek gini, ini sudah resiko wartawan. Jadi untuk mengatasi itu supaya jangan stress kali, yah banyak-banyaklah berzikir dan shalat supaya tetap semangat menjalankan tugas. Disamping itu aku juga berusaha memperbaiki diri dalam menjalin komunikasi dengan orang lain”.(Selasa, 21 Juli 2009)

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa stres dapat diakibatkan oleh banyaknya tekanan yang datang dari berbagai bentuk yang dapat menjadi kendala dalam menjalankan aktivitas Hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul : ***Coping Stress pada Wartawan***

## B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dirumuskan pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apa yang menjadi sumber stres pada wartawan?
2. Apa Gejala dan Akibat stres pada wartawan ?
3. Jenis coping apa yang dilakukan wartawan ketika stres?
4. Bagaimana dampak yang dialami setelah melakukan *coping stress*?

## C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menjawab sumber stres pada wartawan, Gejala dan akibat stres pada wartawan, jenis coping apa yang dilakukan wartawan ketika stres, dan dampak yang dialami setelah melakukan *coping stress*.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi bidang psikologi pada umumnya dan secara khusus dapat menambah khasanah ilmu pada bidang psikologi industri dan organisasi mengenai *Coping stress* wartawan.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai *coping stress* pada wartawan yang banyak terlibat dilapangan dalam

mencari informasi. Bagi pihak PT. Harian Waspada diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk lebih menyiapkan mental wartawan yang bertugas dilapangan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan responden media cetak, dan media elektronik .



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. *Coping Stress*

##### 1. *Pengertian Stres*

Sebelum peneliti menjelaskan masalah *Coping stress* terlebih dahulu peneliti menjelaskan stress dan coping secara umum. Widyastuti (2004) menyatakan kami mendefinisikan stress sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut.

Menurut Hawari (1997) stress adalah tanggapan atau reaksi tubuh terhadap berbagai tuntutan atau beban atasnya yang bersifat nonspesifik. Disamping itu stress dapat juga merupakan faktor pencetus, penyebab sekaligus dari suatu gangguan atau penyakit. Stress dapat diartikan sebagai sebuah kondisi batin yang tertekan dalam waktu panjang, dan mengakibatkan hilangnya harapan hidup, makna hidup, motivasi berprestasi, dan kepercayaan diri (Zulfikri, 2007)

Stres merupakan konsekuensi dari pola/gaya hidup manusia modern dan masyarakat industri. Oleh karena itu, yang penting bagi kita sekarang adalah mengelola hidup dengan stres tanpa harus mengalami distress. Dadang Hawari mengemukakan pentingnya peran suami atau istri yang salah satu pasangannya sedang mengalami stres, disamping tenaga profesional seperti dokter dan psikiater. Istri atau suami merupakan orang terdekat yang paling tahu perkembangan sekecil apapun yang terjadi pada pasangannya. Istri atau suami yang pasangannya menderita stres hendaknya mau mendengar keluhan dan berbagi rasa (*sharing*), mau membantu meringankan beban, dan mau memberi perhatian (*caring*) (Kompas, 2001)

Koping termasuk konsep sentral dalam memahami kesehatan mental. Koping berasal dari kata *coping* yang bermakna harafiah pengatasan/penanggulangan(*to cope with*)=mengatasi, menanggulangi. Namun karena istilah coping merupakan istilah yang sudah jamak dalam psikologi serta memiliki makna yang kaya, maka penggunaan istilah tersebut dipertahankan dan langsung diserap ke dalam bahasa Indonesia untuk membantu memahami bahwa *coping*(koping) tidak sesederhana makna harafiahnya saja. Koping sering disamakan dengan *adjustment* atau penyesuaian diri. Koping sering juga dimaknai sebagai cara memecahkan masalah(*problem solving*). Pengertian koping memang dekat dengan kedua istilah diatas, namun sebenarnya agak berbeda. Pemahaman *adjustment* biasanya merujuk pada penyesuaian diri dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Pemecahan masalah lebih mengarah pada proses kognitif dan persoalan juga bersifat kognitif. Koping itu sendiri dimaknai sebagai apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan/lika/kehilangan/ancaman. Jadi koping lebih mengarah pada yang orang lakukan untuk mengatasi tuntutan penuh tekanan atau yang membangkitkan emosi. Atau dengan kata lain, koping adalah bagaimana reaksi orang ketika menghadapi stres/tekanan (Siswanto, 2007)

## 2. Pengertian *Coping Stres*

Lazarus (dalam Taylor, 1999) menyatakan bahwa *coping stress* adalah suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya, dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Ada berbagai cara untuk mengatasi stres. Kalau akibat stres telah mempengaruhi fisik dan bahkan menimbulkan penyakit tertentu, peranan obat/medikasi biasanya diperlukan. Namun obat itu sendiri kurang efektif untuk mengatasi stres jangka panjang. Ada efek negatif bila menggunakan obat terus-menerus. Disamping obat-obatan tertentu memerlukan biaya yang mahal, obat juga bisa membuat ketergantungan dan bahkan membuat orang tertentu kebal terhadap obat tertentu (Siswanto, 2007)

Strategi penanganan stres juga dapat digolongkan menjadi mendekat (approach) dan menghindar (avoidance). Strategi mendekati (approach strategis) meliputi usaha kognitif untuk memahami penyebab stres tersebut atau konsekuensi yang ditimbulkannya secara langsung. Strategi menghindar (avoidance strategies) meliputi usaha yang muncul dalam tingkah laku untuk menarik diri atau menghindar dari stres (Santrock, dalam Rangkuti, Azis&Yani, 2006)

Kesimpulan *coping stress* adalah berbagai usaha yang dilakukan individu untuk menangani, menguasai, dan merubah situasi yang menimbulkan stres pada dirinya.

### 3. Sumber Stress

Sumber stres meliputi berbagai hal. Sumber stres pada individu juga dapat berbeda pada setiap orang tergantung dari tanggapannya terhadap stressor. Menurut Ibrahim (Kompas, 2001) sumber stres bisa berupa apa saja. Antara lain, modernisasi atau perubahan gaya hidup dari agraris ke modern. Kondisi dimana masyarakat makin permisif dan norma-norma makin kurang dihargai juga bisa menyebabkan stres. Demikian pula urbanisasi, yang menimbulkan kegamangan.



Dalam keadaan seperti orang menjadi bingung. Mereka sering terbangun ditengah malam dan lupa akan keberadaan. Tetapi, penyebab stres paling umum adalah lingkungan yang penuh tekanan, dimana orang dikejar target, kerasnya persaingan, serta kehilangan pekerjaan (pengangguran).

Siswanto (2007) membedakan sumber stress sebagai berikut :

a. Sumber stres berasal dari individu

Konflik yang berhubungan dengan peran dan tuntutan tanggung jawab yang dirasakan berat bisa membuat seseorang menjadi tegang dan stres. Stres juga akan muncul pada diri seseorang melalui penilaian dari kekuatan motivasional yang melawan, bila seseorang mengalami konflik. Konflik merupakan sumber stres utama. Menurut Lewin (dalam Smet, 1994), kekuatan motivasional yang melawan menyebabkan dua kecenderungan yang melawan yaitu pendekatan dan penghindaran.

b. Sumber stres berasal dari kelompok

Hubungan dengan teman, hubungan dengan atasan dan dengan hubungan dengan bawahan dapat menjadi sumber stres.

c. Sumber stres berasal dari organisasi

Kebijakan yang diambil perusahaan, struktur organisasi yang tidak sesuai dengan harapan dan partisipasi anggota yang rendah yang menyebabkan organisasi tidak berjalan efektif juga merupakan sumber stres.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui sumber-sumber yang dapat menimbulkan stres yaitu, stres yang berasal dari individu, stres yang berasal dari kelompok dan stres yang berasal dari organisasi.

#### 4. Gejala dan Akibat Stres

Hubungan antara stress dan penyakit bukanlah hal yang baru. Selama berabad-abad, para dokter telah menduga bahwa emosi dapat mempengaruhi kesehatan seseorang secara berarti. Diawal tahun 1970-an, ada dugaan bahwa semua penyakit dari kesakitan yang terjadi, 60 %-nya berkaitan dengan stres. Berdasarkan temuan terbaru tentang interaksi pikiran-tubuh, diperkirakan bahwa sebanyak 80% dari semua masalah yang berkaitan dengan kesehatan disebabkan atau diperburuk oleh stres. Daftar gangguan/kelainan tersebut sangat banyak, mulai dari pilek biasa sampai kanker (Palupi, 2004)

Gibson , dkk (dalam Siswanto, 2007) mengategorikan akibat stress menjadi lima kategori, yaitu :

- a. Akibat subjektif, yaitu akibat yang dirasakan secara pribadi, meliputi kegelisahan, agresi, kelesuan, kebosanan, depresi, kelelahan, kekecewaan, kehilangan kesabaran, harga diri rendah, perasaan terpicil.
- b. Akibat perilaku, yaitu akibat yang mudah dilihat karena bentuk perilaku-perilaku tertentu, meliputi mudah terkena kecelakaan, penyalahgunaan obat, peledakan emosi, berperilaku impulsive, tertawa gelisah.
- c. Akibat kognitif, yaitu akibat yang mempengaruhi proses berpikir, meliputi tidak mampu mengambil keputusan yang sehat, kurang dapat berkonsentrasi, tidak mampu memusatkan perhatian dalam jangka waktu yang lama, sangat peka terhadap kecaman dan mengalami rintangan ringan.
- d. Akibat fisiologis, yaitu akibat-akibat yang berhubungan dengan fungsi atau kerja alat-alat tubuh, yaitu tingkat gula darah, meningkat, denyut

jantung/tekanan darah naik, mulut menjadi kering, berkering, pupil mata membesar, sebentar-sebentar panas dan dingin.

- e. Akibat keorganisasian, yaitu akibat yang tampak dalam tempat kerja, meliputi absent, produktivitas rendah, mengasingkan diri dari teman sekerja, ketidakpuasan kerja, menurunnya keterikatan dan loyalitas terhadap organisasi.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa stres menimbulkan akibat yang berdampak pada berbagai aspek diantaranya terutama pada aspek fisiologis (tingkat gula darah meningkat, tekanan darah naik, mulut kering, berkering, dll) maupun aspek subjektif (gelisah, depresi, agresi, dll)

## 5. Aspek-Aspek Coping Stress

*Coping stress* dapat diidentifikasi melalui respon, manifestasi (tanda dan gejala) dan pernyataan klien dalam wawancara. Menurut Keliat (dalam Fitriani, 2005) *coping stress* dapat dikaji melalui beberapa aspek yaitu fisiologis dan psiko-sosial.

### a. Reaksi Fisiologis

Tanda dan gejala fisiologis merupakan manifestasi tubuh terhadap stres. Adapun tanda dan gejala tersebut adalah pupil melebar untuk meningkatkan persepsi visual saat ancaman terjadi, keringatan, denyut jantung meningkat, mulut kering, tekanan darah dan sekresi urine meningkat. Kewaspadaan mental meningkat sebagai persiapan motorik yang segera untuk pertahanan, gula darah meningkat dan terjadi penurunan fungsi fisiologis. Stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan fisik seperti tekanan darah tinggi, sakit jantung, dan asma (Atkinson, dkk)

## b. Reaksi Psiko-sosial

Terdapat tiga reaksi individu yang terkait dengan aspek psiko-sosial, yaitu :

- 1) Reaksi yang berorientasi pada ego disebut mekanisme pertahanan ego, reaksi ini meliputi :
  - a) Deniel : menyatakan ketidaksetujuan terhadap realitas dengan meningkari realitas tersebut.
  - b) Represi : menekankan pengalaman yang menyakitkan atau memalukan ke dalam ketidaksadaran.
  - c) Proyeksi : mensifatkan sikap-sikap sendiri pada orang lain.
  - d) Rasionalisasi : membenaran kelakuan sendiri dengan menyajikan alasan yang masuk akal atau yang diterima secara sosial untuk menggantikan alasan yang sebenarnya.
  - e) Regresi: kemunduran akibat *stress* terhadap perilaku dan merupakan ciri khas dari taraf perkembangan yang lebih dini.
- 2) Reaksi yang berkaitan dengan respon verbal (Kozier, dalam Fitriani, 2005), yaitu :
  - a) Menangis : menurunkan perasaan tegang terhadap situasi yang menyakitkan.
  - b) Tertawa : merupakan respon yang menurunkan ketegangan.
  - c) Berteriak : merupakan respon pada ketakutan, frustrasi atau marah
  - d) Memukul dan menyepak : respon spontan terhadap ancaman
  - e) Menggenggam : respon ketegangan, menyakitkan dan sedih
  - f) Mencerca : respon yang diarahkan pada sumber stres

7. Reaksi yang berorientasi pada penyelesaian masalah.

Reaksi ini melibatkan proses kognitif, objektif, dan psikomotorik.

- a. Berbicara dengan orang lain tentang masalahnya dan mencari jalan keluar melalui informasi orang lain.
- b. Mencari tahu lebih banyak tentang situasi yang dihadapi melalui media atau ahli.
- c. Berhubungan dengan kekuatan supranatural, melakukan ibadah yang teratur, percaya diri bertambah dan pandangan positif berkembang.
- d. Melakukan latihan stress misalnya latihan pernapasan, meditasi.
- e. Membuat berbagai alternatif tindakan dalam menangani situasi
- f. Belajar dari pengalaman yang lalu dan tidak mengulang kegagalan yang sama.

Ada tujuh tingkatan respon yang diberikan orang terhadap stress.

Pertama, orang merasakan ada tanda-tanda bahaya (baik fisik maupun psikis). Kedua, orang merasa mendapat ancaman sehingga timbul kepanikan, kecemasan, atau justru sebaliknya, bersikap pasif dan menarik diri. Ketiga, ada pengaruh kuat dalam diri terhadap stress sehingga terjadi bentrokan. Keempat, bentrokan itu menyebabkan seseorang mengalami trauma. Lalu orang itu mencoba melakukan inventarisasi terhadap kejadian yang baru saja dialaminya. Kelima, orang mencoba menyelamatkan diri. Keenam, orang berusaha mengembalikan kepercayaan dirinya. Jika berhasil, disini stress bisa membuat seseorang semakin dewasa dalam menghadapi stress-stress selanjutnya. Ketujuh, bila stress sampai mengganggu kegiatan sehari-hari, sebaiknya mencari pertolongan ahli (Kompas, 2001)

Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa aspek coping stres dapat diidentifikasi melalui reaksi fisiologi dan psiko-sosial yang mencakup : reaksi yang berorientasi pada ego, reaksi yang berkaitan dengan respon verbal, dan reaksi yang berorientasi pada penyelesaian masalah.

**b. Faktor yang mempengaruhi *Coping Stress***

Menurut Haspari, dkk (2002) perilaku coping stres yang dilakukan individu akan dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut :

**a. Usia**

Perilaku *coping stress* akan berada untuk setiap tingkat usia. Penelitian yang dilakukan folkman, dkk (dalam Hapsari, dkk, 2002) menunjukkan bahwa pada usia muda akan menggunakan problem-focused coping. Hal ini disebabkan pada orang yang lebih tua memiliki tanggapan bahwa dirinya tidak mampu melakukan perubahan terhadap masalah yang dihadapi sehingga akan bereaksi dengan mengatur emosinya daripada pemecahan masalah.

**b. Jenis Kelamin**

Menurut Billing&Moos (dalam Hapsari, dkk, 2002) secara umum respon-respon *coping stress* antara laki-laki dan perempuan hampir sama , tetapi perempuan lebih lemah atau lebih sering menggunakan penyaluran emosi daripada laki-laki, misalnya saat menghadapi anak sedang demam tinggi, perempuan terkadang lebih cepat panik dan mau menangis, sedangkan laki-laki memilih untuk cepat membawa anaknya ke rumah sakit.

**c. Kesehatan Mental**

Individu yang memiliki kesehatan mental yang buruk kurang efektif dalam memilih strategi menghadapi tekanan. Fakta ini diperkuat dengan hasil penelitian

yang dilakukan Hapsari, dkk yang menunjukkan bahwa orang depresi mempunyai strategi tekanan yang berbeda dengan yang tidak depresi.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *coping stres* adalah usia, jenis kelamin, dan kesehatan mental.

### c. Jenis-jenis *Coping Stress*

Taylor, (dalam Rangkuti, Azis&Yani, 2006), berpendapat bahwa strategi *coping stress* dapat dilakukan dengan berbagai variasi yang berbeda:

- a. Konfrontasi, yaitu suatu sikap agresi untuk mengubah sesuatu. Agresi adalah tindakan yang dilakukan oleh individu dengan menyerang agen yang dinilai mengancam atau akan melukai. Agresi dilakukan bila individu merasa menilai dirinya lebih kuat/berkuasa terhadap agen yang mengancam tersebut (Siswanto, 2007)
- b. Mencari dukungan sosial, yaitu suatu sikap untuk mendapat kenyamanan sosial dan informasi dari orang lain. Pendapat ini selaras dengan apa yang tercantum dalam DSM IV tentang jenis coping stress yaitu dengan melakukan afiliasi. Afiliasi berhubungan dengan kebutuhan untuk bersatu dengan orang lain dan bersahabat dengan mereka. Afiliasi membantu pada saat menghadapi konflik baik dari dalam dan luar, dia mampu mencari sumber-sumber dari orang lain untuk mendapatkan dukungan dan pertolongan (Siswanto, 2007)
- c. Merencanakan pemecahan masalah dikaitkan dengan *problem focused coping* , strategi coping lainnya yang lebih memfokuskan pada pengaturan. Berpikir positif dan pertumbuhan adalah pemecahan masalah

yang ditujukan untuk mengatasi tekanan emosi daripada dengan tekanan itu sendiri (Sitawaty, dalam [fksm.mercubuana.ac.id](http://fksm.mercubuana.ac.id))

- d. Kontrol diri, adalah sikap untuk mengatur perasaan. Individu memiliki kemampuan untuk mengelola emosi sehingga pada saat tekanan muncul, pikiran sadarnya tetap bisa melakukan control dengan baik (Siswanto, 2007)
- e. Membuat jarak, adalah untuk melepas diri dari situasi stres. Hampir senada dengan penggolongan jenis coping yang dikemukakan oleh Harber&Runyon ( dalam Siswanto, 2007) dimana salah satunya humor. Humor adalah kemampuan untuk melihat segi yang lucu dari persoalan yang sedang dihadapi, sehingga perspektif persoalan tersebut menjadi lebih luas, terang dan tidak dirasa sebagai menekan lagi ketika dihadapi dengan humor.
- f. Penilaian kembali secara positif (positif reappraisal), yaitu suatu upaya untuk menemukan arti yang positif dari permasalahan yang dihadapi atau dengan kata lain usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius([fksm. Mercubuana.ac.id](http://fksm.Mercubuana.ac.id))
- g. Menerima tanggungjawab dalam masalah peran. usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Strategi ini baik, terlebih bila masalah terjadi karena pikiran dan tindakannya sendiri. Namun strategi ini menjadi tidak baik bila individu



tidak seharusnya bertanggung jawab atas masalah tersebut (fksm. Mercubuana.ac.id)

h. Lari/penghinderaan (*secape/avoidance*), yaitu dengan cara makan, minum, merokok dan memakai obat-obatan. strategi yang dilakukan individu untuk menjauhkan diri dari sumber stres dengan cara melakukan suatu aktivitas atau menarik diri dari suatu kegiatan atau situasi yang berpotensi menimbulkan stress (fachrister.blogdetik.com)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* terdiri dari dua bentuk yaitu *Problem focused-Coping* (misalnya dengan konfrontasi, dukungan sosial, merencanakan pemecahan masalah) dan *Emotional Focused-Coping* (misalnya dengan control diri, membuat jarak, penilaian kembali secara positif, tanggung jawab dan melarikan diri atau penghindaran)

## 8. Pengertian Wartawan

Menurut kamus bahasa Indonesia wartawan adalah orang yang pekerjaannya karang-mengarang untuk surat kabar atau majalah atau segala sesuatu yang bertalian dengan mengurus, menerbitkan dan karang-mengarang dalam surat kabar atau majalah.

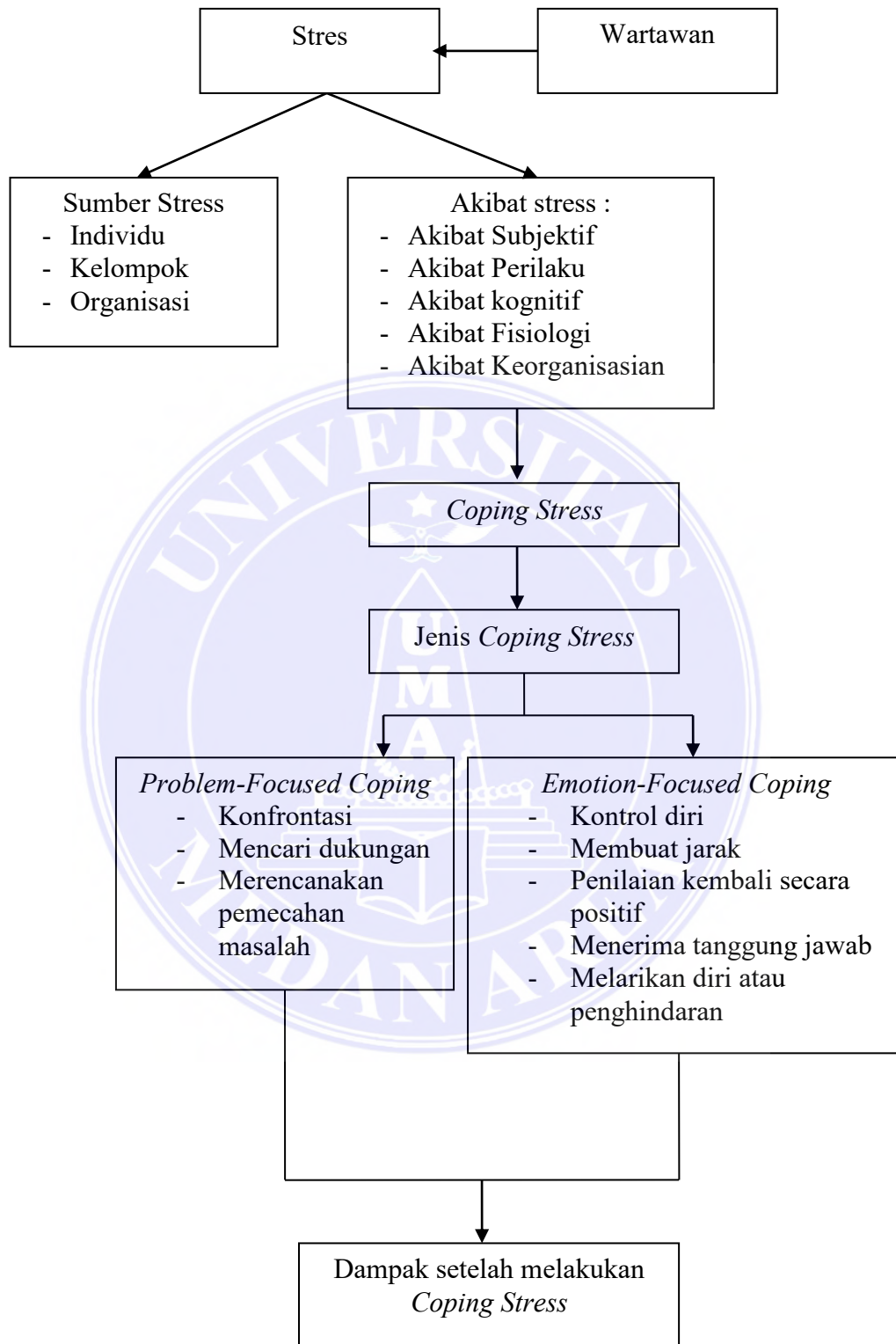
Wartawan, menurut UU pokok pers Indonesia, adalah “karyawan yang melakukan secara continue pekerjaan/kegiatan usaha yang sah yang berhubungan dengan pengumpulan, pengolahan, dan penyiaran dalam bentuk fakta, pendapat, ulasan, gambar-gambar, dan sebagainya untuk perusahaan pers, radio, televise dan film (Romli, 2000)

Wartawan adalah orang yang secara sadar teratur melaksanakan kegiatan jurnalistik. Dalam melaksanakan profesinya, wartawan wajib dan tetap menjunjung tinggi moral, etika, dan hukum. Karena itu wartawan memiliki dan mentaati kode etik jurnalistik, yaitu berupa himpunan etika profesi kewartawanan yang disepakati oleh organisasi wartawan dan ditetapkan oleh dewan pers (Undang-Undang Pers No. 40, tahun 1999, pasal 1 ayat 4 dan pasal 7 ayat 2) (Hinca dan Siregar, dalam Komariah, 2007)

Menurut Putra (2006) wartawan adalah orang yang memperoleh penghasilan (bermata pencaharian) dari menulis karangan (artikel, buku, dan sebagainya). Wartawan adalah jembatan media yang menghubungkan antara fakta dan pembaca. Sebagai jembatan, tugasnya adalah mengantarkan pesan yang diperoleh dari sekumpulan fakta dihadapan siding pembaca.. utuh, tidak ditambah, tidak dikurangi, tidak dimanipulasi (Kunto, 2006)

Berdasarkan uraian diatas maka disimpulkan bahwa pengertian wartawan adalah orang yang berpenghasilan dengan bekerja untuk mengumpulkan informasi, data dan fakta kemudian menuangkannya kedalam bentuk tulisan yang disebut berita.

### PARADIGMA PENELITIAN



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan Kualitatif

Istilah pendekatan kualitatif menurut Kirk dan Miller (dalam Moleong, 2006) pada mulanya bersumber pada pengamatan kuantitatif yang dipertentangkan dengan pengamatan kualitatif melibatkan pengukuran suatu ciri tertentu. Untuk menemukan sesuatu dalam pengamatan harus mengetahui apa yang menjadi ciri sesuatu itu. Berdasarkan pertimbangan dangkal demikian kemudian penelitian yang menyatakan bahwa penelitian kuantitatif mencakup setiap jenis penelitian yang didasarkan atas perhitungan prosentase dan perhitungan statistik lainnya. Dipihak lain "kualitas" menunjuk pada segi "alamiah" yang dipertentangkan dengan kuantum atau jumlah tersebut. Atas dasar pertimbangan itulah maka kemudian penelitian kualitatif tampaknya diartikan sebagai penelitian yang tidak mengadakan perhitungan.

Dengan beberapa pengecualian, secara umum dapat disampaikan bahwa pendekatan kualitatif mencoba menerjemahkan pandangan-pandangan dasar interpretatif kualitatif dan fenomenologis yang antara lain: (1) realitas sosial adalah sesuatu yang subjektif dan diinterpretasikan, bukan sesuatu yang lepas di luar individu-individu; (2) manusia tidak secara sederhana disimpulkan mengikuti hukum-hukum alam diluar diri, melainkan menciptakan rangkaian makna menjalani hidupnya; (3) ilmu didasarkan pada pengetahuan sehari-hari, bersifat induktif, idiografis dan tidak bebas nilai, serta (4) penelitian bertujuan untuk memahami kehidupan sosial (Sarantakos, dalam Poerwandari, 2007)

Analisis kualitatif berangkat dari pendekatan fenomena logisme yang sebenarnya lebih alergi terhadap pendekatan positivisme yang dianggap terlalu kaku, hitam-putih, dan terlalu taat asas. Alasannya bahwa analisis fenomenologisme lebih tepat digunakan untuk menguraikan persoalan subjek manusia yang umumnya tidak ada asas, berubah-ubah dan sebagainya (Bungin, 2007)

## **B. Metode Pengumpulan Data**

Sesuai dengan sifat penelitian kualitatif yang terbuka dan luas, metode pengambilan data kualitatif sangat beragam sesuai dengan masalah, tujuan penelitian serta sifat-sifat objek yang diteliti. Dalam penelitian ini metode pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan observasi.

### **1. Wawancara**

Menurut Banister (dalam Poerwandari, 2007) wawancara adalah tanya jawab yang diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu. Wawancara kualitatif dilakukan bila peneliti bermaksud untuk memperoleh pengetahuan tentang makna-makna subjektif yang dipahami individu berkenaan dengan topik yang diteliti, dan bermaksud melakukan eksplorasi terhadap isu tersebut, sesuatu yang tidak dapat dilakukan melalui pendekatan lain.

Wawancara yang didasarkan atas pertanyaan menurut Patton (dalam Moleong, 2006) dibedakan menjadi 3 yaitu :

#### **a. Wawancara informal**

Pada wawancara ini pertanyaan yang diajukan bergantung pada pewawancara itu sendiri, jadi bergantung pada spontanitasnya dalam

mengajukan pertanyaan kepada yang diwawancarai. Wawancara demikian dilakukan pada latarbelakang alamiah. Sewaktu pembicaraan berjalan, yang diwawancarai malah tidak mengetahui atau tidak menyadari bahwa ia sedang diwawancarai.

b. Wawancara dengan petunjuk umum

Jenis wawancara ini mengharuskan pewawancara membuat kerangka dan garis besar pokok-pokok yang ditanyakan dalam proses wawancara. Penyusunan pokok-pokok ini dilakukan sebelum wawancara dilakukan.

c. Wawancara baku terbuka

Jenis wawancara ini adalah wawancara yang menggunakan seperangkat pertanyaan baku. Urutan pertanyaan, kata-katanya dan cara penyajiannya pun sama untuk setiap responden. Keluwesan untuk mengadakan pertanyaan pendalaman (probing), dan hal ini bergantung pada situasi wawancara dan kecakapan pewawancara. Wawancara jenis ini bermanfaat pula dilakukan apabila pewawancara ada beberapa orang dan yang diwawancarai cukup banyak jumlahnya.

## 2. Observasi

Patton menegaskan observasi merupakan metode pengumpulan data esensial dalam penelitian, apalagi penelitian dengan pendekatan kualitatif, agar memberikan data yang akurat dan bermanfaat, observasi sebagai metode ilmiah harus dilakukan oleh peneliti yang sudah melewati latihan-latihan yang memadai, serta telah mengadakan persiapan-persiapan yang diteliti dan lengkap (Poerwandari, 2007)

Observasi adalah aspek penting bagi banyak ilmu pengetahuan dan telah memainkan peranan penting dalam perkembangan psikologi sebagai suatu disiplin ilmu. Kekuatan utama dari observasi adalah karena dia dapat diamati secara langsung dan tepat. Selain itu tidak ada penundaan waktu antara munculnya respon dengan pertanyaan dan pencatatannya. Observasi juga lebih langsung dibanding wawancara atau angket subjek tidak perlu berespon dengan menyusun kata-kata atas stimulus yang disajikan dengan kata-kata (Wilkinson, dalam Minali, 2002). Dalam hal ini metode observasi hanya merupakan alat bantu untuk tambahan informasi dan data. Hal yang akan diobservasi adalah gambaran umum tentang aktivitas wartawan dalam mencari berita.

### C. Responden Penelitian

1. Karakteristik Responden
  - a. Laki-laki usia 30 – 40 tahun
  - b. Wartawan yang memiliki masa kerja minimal 2 tahun dan mempunyai kartu pers

#### 2. Jumlah Responden

Menurut Sarantakos (dalam Poerwandari, 2007) prosedur pengambilan sampel dalam penelitian kualitatif umumnya menampilkan karakteristik sebagai berikut :

- a. Diarahkan tidak pada jumlah sampel yang besar, melainkan pada kasus-kasus tipikal sesuai dengan masalah penelitian.
- b. Tidak ditentukan secara kaku dari awal, tetapi dapat berubah baik dalam jumlah maupun karakteristik sampel sesuai dengan pemahaman konseptual yang berkembang dalam penelitian.
- c. Tidak diarahkan dalam keterwakilan (dalam arti jumlah atau peristiwa acak) melainkan pada kecocokan konteks.

Dalam penelitian ini jumlah responden yang diambil sebanyak 2 orang sesuai dengan karakteristik.

### 3. Jumlah Informan

Dalam penelitian ini jumlah informan yang diambil sebanyak 2 orang

### 4. Prosedur pengambilan sampel

Prosedur pengambilan sampel dalam penelitian ini berdasarkan teori, atau berdasarkan konstruk operasional (*Theory based/operasional construct sampling*). Penelitian mendasar(basic) sering menggunakan pendekatan ini. Hal ini dilakukan agar sampel sungguh-sungguh mewakili (bersifat representatif terhadap) fenomena yang dipelajari(Poerwandari, 2007)

Sampel dalam penelitian ini dipilih dengan kriteria tertentu, yaitu Laki-laki, usia 30-40 tahun, wartawan dengan masa kerja minimal 2 tahun dan telah memiliki kartu pers.

### 5. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kantor PT. Harian Waspada harian dan dilapangan ( pos penempatan) sesuai dengan aktivitas responden, agar



merasa nyaman dalam memberikan informasi kepada peneliti, kedua responden merupakan rekan dalam satu perusahaan.

#### **D. Alat Bantu Pengumpulan Data**

Pencatatan data selama wawancara penting sekali karena data dasar yang akan dianalisis didasarkan atas kutipan hasil wawancara. Oleh karena itu pencatatan data itu perlu dilakukan dengan cara yang sebaik-baiknya dan setepat mungkin. Kedudukan peneliti dalam penelitian kualitatif sangat rumit, untuk itu diperlukan instrument atau alat-alat penelitian agar dapat membantu peneliti dalam mengumpulkan data (Moleong, 2002)

Alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara, alat perekam yaitu tape recorder dan lembar observasi.

##### **1. Pedoman Wawancara**

Pedoman wawancara digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek (*check list*) apakah aspek-aspek relevan tersebut telah dibahas atau ditanyakan (Poerwandari, 2007). Pedoman wawancara bertujuan agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Pedoman wawancara ini juga sebagai alat bantu untuk mengkategorikan jawaban sehingga memudahkan pada tahap analisis data nantinya.

##### **2. Alat Perekam**

Alat perekam digunakan untuk memudahkan peneliti dalam mengulang kembali hasil wawancara yang telah dilakukan. Dengan adanya rekaman hasil wawancara tersebut akan memudahkan peneliti apabila ada

kemungkinan daa yang kurang jelas sehingga responden yang diwawancari dapat dihubungi kembali. Penggunaan alat perekam ini dilakukan dengan memperoleh persetujuan responden terlebih dahulu.

### 3. Catatan Lapangan

Menurut Poerwandari, (2007) selain menyesuaikan diri dengan yang diamati, kerja yang paling fundamental bagi peneliti adalah membuat catatan observasi. Catatan ini membuat deskripsi tentang hal-hal yang diamati dan perlu diingat bahwa setiap kondisi merupakan hal-hal yang penting. Penulisan lembar observasi dapat dilakukan dengan berbagai cara, yang penting diingat adalah membuat catatan selengkap-lengkapny (tanggal, waktu, keterangan yang diteliti/responden). Peneliti harus menyadari bahwa ingatan tidak dapat diandalkan secara mutlak karena bila observasi tidak dicatat ada kemungkinan lupa dan peneliti kehilangan informasi yang penting.

## E. Prosedur Penelitian

### 1. Tahap Persiapan Penelitian

Pada tahap persiapan penelitian, peneliti melakukan sejumlah hal yang diperlukan untuk melakukan penelitian, yaitu :

- a. Mengumpulkan informasi tentang wartawan yang pernah mendapat perlakuan intimidasi dan Coping stress berdasarkan teori yang relevan
- b. Menyiapkan pedoman wawancara.

Agar wawancara tidak menyimpang dari tujuan peneliti, sebelum wawancara dilakukan, peneliti terlebih dahulu membuat butir-butir

pertanyaan berdasarkan teori yang ada untuk dijadikan pedoman dalam wawancara.

c. Memberitahu responden dan meminta kesediaannya untuk berpartisipasi serta menjelaskan tentang penelitian yang akan dilakukan untuk selanjutnya menyepakati waktu untuk wawancara

d. Melaksanakan *rapport*

Rapprt adalah hubungan dengan peneliti dengan subjek yang sudah melebur sehingga seolah-olah tidak ada lagi dinding pemisah diantara keduanya.dengan demikian subjek dengan sukarela dapat menjawab pertanyaan atau memberikan informasi yang diperlukan oleh peneliti (Moleong, 2006)

## 2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap persiapan penelitian dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pelaksanaan penelitian.

a. Mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat wawancara

Konfirmasi ini dilakukan untuk memastikan responden dalam keadaan sehat dan siap untuk melakukan wawancara.

b. Melakukan wawancara berdasarkan pedoman wawancara

Sebelum melakukan wawancara, peneliti meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan wawancara dan meminta izin untuk merekam pembicaraan dan menjelaskan bahwa hasil wawancara hanya untuk kepentingan penelitian dan menjamin

kerahasiaan hasil wawancara. Dalam melakukan wawancara, peneliti sekaligus melakukan observasi terhadap responden.

c. Memindahkan rekaman hasil wawancara kedalam transkrip verbatim

Setelah hasil wawancara diperoleh, peneliti memindahkan hasil wawancara dan observasi ke dalam verbatim tertulis, pada tahap ini peneliti melakukan koding, yaitu membubuhkan kode-kode pada materi yang diperoleh. Koding dimaksudkan untuk mengorganisasi dan mensistematisasi data secara lengkap dan mendetail sehingga memunculkan gambaran topik yang dipelajari (Poerwandari, 2007)

d. Melakukan analisis data

Bentuk transkrip verbatim telah selesai, kemudian dibuat salinannya dan diserahkan kepada pembimbing. Pembimbing membaca verbatim untuk mendapatkan gambaran secara jelas. Setelah itu, verbatim disortir untuk memperoleh hasil yang relevan dengan tujuan penelitian dan diberi kode.

### 3. Tahap Analisis Data

Semua data yang diperoleh pada saat wawancara direkam dengan alat perekam dengan persetujuan subjek penelitian sebelumnya. Dari hasil rekaman ini kemudian ditranskripsikan secara verbatim untuk dianalisis. Transkrip adalah salinan hasil wawancara dalam pita suara ke dalam ketikan diatas kertas.

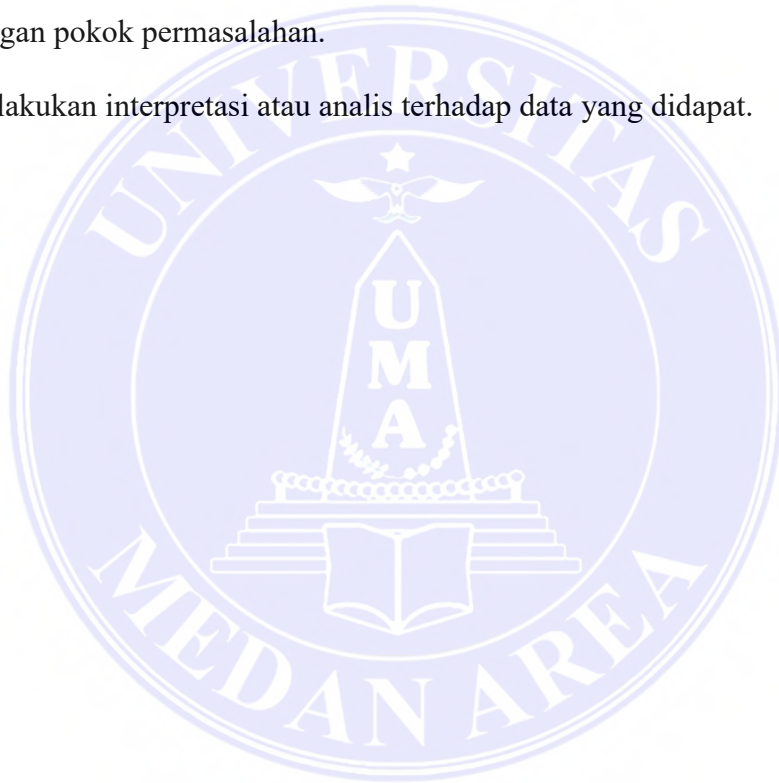
## F. Prosedur Analisis Data

Proses analisis data dimulai dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber, yaitu dari wawancara, pengamatan yang sudah dituliskan dalam catatan lapangan, dokumen pribadi, gambar, foto dan sebagainya. Setelah dibaca, dipelajari dan ditelaah, maka langkah berikutnya melakukan reduksi data yang dilakukan dengan membuat abstraksi. Abstraksi merupakan usaha membuat rangkuman yang inti, proses dan pernyataan-pernyataan yang perlu dijaga sehingga tetap perlu didalamnya. Langkah selanjutnya adalah menyusun dalam satuan-satuan. Satuan ini dikategorikan pada koding. Tahap akhir dari analisis data ini ialah mengadakan pemeriksaan keabsahan data setelah selesai tahap ini, mulailah tahap penafsiran data dalam mengolah hasil sementara menjadi teori substantif dengan menggunakan beberapa metode tertentu (Moleong, 2006)

Pada penelitian kualitatif data yang diperoleh berupa kata-kata untuk melakukan analisis berdasarkan data tersebut dibutuhkan kehati-hatian agar tidak menyimpang dari tujuan penelitian. Moleong dan Poerwandari (dalam Besriel, 2007) mengatakan bahwa prosedur analisis data dalam penelitian kualitatif adalah sebagai berikut :

1. Mengumpulkan dan mencatat data dalam bentuk kata-kata atau kalimat
2. Mengelompokkan data dalam kalimat kategori tertentu, sesuai dengan pokok masalah yang ingin dijawab. Pertama dilakukan penyaringan data untuk memilih data yang sesuai dengan pokok permasalahan, kedua dilakukan pengkodean dalam berbagai kategori.
3. Melakukan interpretasi awal setiap kategori.

4. Mengidentifikasi tema wawancara atau kategori utama dari data yang terkumpul. Hal ini dilakukan untuk melihat gambaran apa yang paling utama ditunjukkan data dirasakan oleh responden.
5. Menulis hasil akhir. Dalam hal ini peneliti melakukan prosedur sebagai berikut : menuangkan hasil wawancara kedalam transkrip hasil wawancara secara verbatim dan menuliskan hasil observasi peneliti selama penelitian berlangsung, melakukan penyaringan data dengan memilih data yang sesuai dengan pokok permasalahan.
6. Melakukan interpretasi atau analisis terhadap data yang didapat.



## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil-hasil yang didapat dari serangkaian proses penelitian yang dilakukan maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

##### 1. Sumber stress pada wartawan

Kedua responden dalam penelitian ini memiliki persamaan yaitu merasa kebutuhan hidup yang kurang terjamin, fasilitas kerja yang kurang memadai dari perusahaan, mengalami konflik dengan narasumber, mendapat ancaman dan tekanan.

##### 2. Akibat Stress pada wartawan

Kedua responden merasakan akibat stress seperti pusing, tegang syaraf, gelisah, penurunan produktivitas dan mudah tersinggung. Dalam menghadapi ancaman dalam kondisi fit responden pertama merasa tertantang untuk menghadapi pihak yang melakukan ancaman sedangkan responden kedua memilih untuk tidak menghiraukan ancaman.

##### 3. Jenis coping stress yang dilakukan wartawan

Jenis coping stress yang dilakukan kedua responden adalah *Emotion-Focused Coping* dengan cara mengontrol diri dengan menjaga kestabilan emosi, memandang persoalan secara positif, Membuat jarak dengan masalah dengan berlaku independen. Menerima tanggungjawab sepenuhnya terhadap apapun yang dilakukan.

4. Dampak yang dialami setelah melakukan *coping stress*

Dampak yang dirasakan responden 1 dan responden 2 setelah melakukan *coping stress* adalah merasa lebih tenang dengan mengerjakan shalat dan zikir, kembali bersemangat untuk tetap memperjuangkan keluarga dan pekerjaan.

## B. Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka peneliti akan memberikan beberapa saran, antara lain :

1. Wartawan

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan masukan bagi wartawan untuk lebih bijaksana melakukan tugas dilapangan dengan mempertimbangkan efek dari berita yang dipublikasikan di media massa. Menghindari konflik dengan narasumber dengan cara membangun komunikasi agar hubungan dengan narasumber tetap terjalin dengan baik.

2. Perusahaan

Penelitian ini menjadi gambaran betapa pentingnya perusahaan memperhatikan kesejahteraan wartawan agar dapat maksimal mengerjakan tugas mencari informasi dilapangan. Semaksimal mungkin menyediakan fasilitas kerja seperti kamera, seragam dan peralatan lainnya untuk meningkatkan hasil pekerjaan secara kualitas dan menambah kepercayaan diri wartawan.

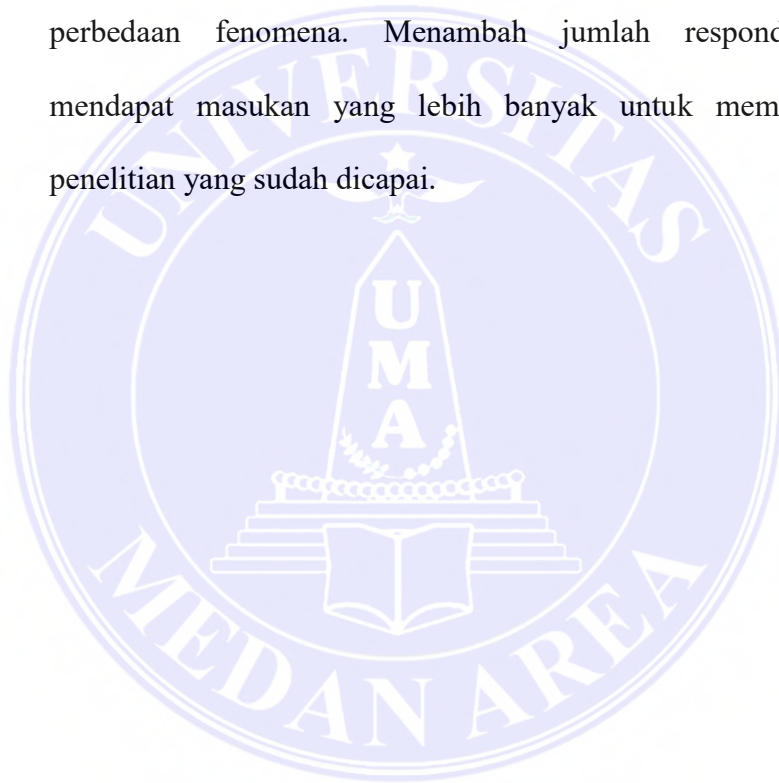
3. Masyarakat



Peneliti berharap masyarakat dapat mendukung upaya wartawan dalam mengedepankan independensinya bekerja dengan memberikan informasi yang jelas.

4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini hanya fenomena coping stress wartawan di media cetak, diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada wartawan media elektronik dan media lain untuk mengetahui perbedaan fenomena. Menambah jumlah responden sehingga mendapat masukan yang lebih banyak untuk memperkaya hasil penelitian yang sudah dicapai.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M, Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Modern, Jakarta, Pustaka Amani
- As'ad, Moh, (1987), *Psikologi Industri*, Yogyakarta, Liberti
- Arikunto, (2006), *Prosedur Penelitian*, Jakarta, Rineka Cipta
- Basuni, A, (2003), *Dasar-Dasar Jurnalistik*, Surabaya, Kartika
- Boenisch, E, (2004), *The Stress Owner's Manual; Meaning, Balance & Health In Your Life*, Jakarta, Grasindo
- Carlson, D, (2008), *Mengatasi Kelelahan dan Stress*, Yogyakarta, Penerbit BUKU dan Majalah Rohani Andi
- Chandra, L.S, <http://www.Pdpersi.co.id>, tanggal akses 8 Januari 2008
- Gitosudarmo.I&Sudita.I, (2000), *Perilaku Keorganisasian*, Yogyakarta, BPFE
- Hasibuan, Melayu SP, (1995), *Manajemen Sumber Daya Manusia, Dasar dan Kunci Keberhasilan*, Jakarta, Gunung Agung
- Heidjracman dan Suad H, (1996), *Manajemen Personalia*, Yogyakarta, BPFE.
- UGM
- Handoko, T. Hani, (2000), *Manajemen Personalia dan Manajemen Sumber Daya Manusia*, Yogyakarta, FE UGM
- Hartoyo, H (2004), *Psikologi Anda*, Jakarta, MM Corp
- Intisari, (2005), *Kumpulan Artikel Psikologi 2*, PT. Intisari Mediatama
- Kompas, (2001), *Kumpulan Artikel Kesehatan, Hidup Sehat Bagi Eksekutif*, Jakarta, PT. Kompas Media Nusantara
- Kindersley, D, (2004), *101 Tips Hidup Sehat*, Delapratasa Publishing
- Kartowidjojo, J.S, <http://www.archiev.com>, tanggal akses 5 September 15 Januari 2008
- Komariah, (2007), *Perbedaan Sikap Terhadap Kode Etik Jurnalistik Ditinjau dari Level Wartawan di Kota Medan, Medan*, Skripsi (tidak diterbitkan), UMA

- L.N. Jewell&Marc Siegall, (1998), *Psikologi Industri dan Organisasi Modern*, Jakarta, Penerbit Arean
- Levine, H. B, (2000), *Sehat Berawal dari Pikiran*, Jakarta, PT. Bhuana Ilmu Populer
- Margaret, P, (2005), *Hidup Sukses Tanpa Stres*, Yogyakarta, Ar-Ruzz Media
- Niven, N, (2000), *Psikologi Kesehatan; Pengantar Untuk Perawat&Profesional Kesehatan Lain*, Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran
- Pramadi, A, (2001), *Pengaruh Stres Terhadap Respon Ketahanan Tubuh (Pengaruh Stres Situasional Terhadap Respon Ketahanan Tubuh Tikus)*, Anima, *Indonesia Psychological Journal* Vol. 16
- Rahmat, J, (2004), *Psikologi Komunikasi*, Bandung, PT. Remaja Rosdakarya
- Rangkuti, Azis & Yani (2006), *Hubungan Antara Pemahaman Akan Shalat yang benar dengan Coping Stress pada Aktivis Dakwah Islam Medan*, *Intelektual* Vol. 1, *Journal Psikologi*, Medan, Grafhika, UMA
- Supriadi, A <http://www.dudung.net> , tanggal akses 28 Desember 2007
- Siswanto, (2007), *Kesehatan Mental; Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, Yogyakarta, Penerbit Andi
- Sofyandi, H&Garniwa, I, (2007), *Perilaku Organisasi*, Yogyakarta, Graha Ilmu
- Walgito, B, (2004), *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta, Penerbit Andi

## VERBATIM

Wawancara Responden I (pertama)

Nama : Syahrial (samaran)

Tanggal : 16 Nopember 2009

Pukul : 09.00 – 11.00 WIB

No	Subjek	Interview	Kesimpulan	Coding
1001	Iter	Assamu 'alaikum Pak Izal?		
1002	itee	Wa'alaikum salam Pak Arman.		
1003	Iter	Melanjutkan wawancara kita beberapa waktu yang lalu, banyak hal yang masih harus saya tanyakan seputar stress. Apakah bisa kita mulai sekarang pak?		
1004	itee	Oh, gak ada masalah pak. Kebetulan hari ini saya sudah agendakan karena semalam sudah Bapak informasikan.		
1005	Iter	Pak Izal, ada 3 hal berbeda yang menjadi sumber stress yaitu dari diri pribadi, dari kelompok, dan dari perusahaan. Bisa pak jelaskan apa yang menjadi sumber stress ketiga hal diatas?		
1006	itee	Sumber stress yang berasal dari pribadi kalau aku kebanyakan karena merasa jenuh terhadap kasus yang itu ke itu aja.	Responden merasa jenuh	Penyebab terjadinya Sumber stress individu
1007	Iter	Maksud kasus yang menjenuhkan itu seperti apa pak?		
1008	itee	Maksudnya tidak ada kasus yang baru, yang lebih menantang untuk ditulis sehingga berita yang kita buat berbobot. Karena aku wartawan bidang ekonomi, maunya adalah peristiwa atau kasus yang dapat mempengaruhi sektor riil contohnya waktu maraknya MLM sebagai modus penggandaan uang pada tahun 1999	Responden menginginkan berita hangat yang punya nilai jual	
1009	Iter	Kalau sumber stress yang berasal dari kelompok biasanya apa pak?		
1010	itee	Kalau dari kelompok yang paling kompetisi	Responden	Penyebab

		untuk mendapatkan berita unggulan dan berlomba mendapatkan yang paling detail agar unsur penulisan berita cukup dan jelas. Yang ketiga sumber stres dari perusahaan kalau kami paling ada tugas khusus dari pimpinan perusahaan semacam target kerjalah tapi kadang tidak sebanding dengan kompensasi yang diberikan.	bersaing dengan wartawan lain dan mendapat tugas dari perusahaan	terjadinya Sumber stress kelompok dan perusahaan
1011	Iter	Bentuk kompensasi yang diinginkan wartawan supaya target kerja yang diberikan perusahaan tercapai seperti apa pak?		
1012	itee	Sebenarnya banyak pak Arman, tapi yang paling penting gaji, fasilitas dan peralatan kerja maunya lengkap supaya enak dilapangan.	Responden menginginkan fasilitas kerja dan gaji yang layak	
1013	Iter	Apakah semua peralatan kerja harus diusahakan sendiri oleh wartawan?		
1014	itee	Iya pak, kami masing-masing harus punya camera, peralatan lain seperti recorder,dll. Yang agak sulit kadang kalau camera lagi rusak, bingung mau pinjam punya siapa sedang kita perlu ambil foto.		
1015	Iter	Apa upaya pak izal kalau ada target perusahaan mencari informasi tentang kasus yang sedang populer di masyarakat sedangkan fasilitas yang disediakan minim?		
	itee	Yah, nama juga tugas pak, mana bisa ketiadaan fasilitas dijadikan alasan untuk tidak dapat berita bagus. Kamilah dilapangan pande-pande, pinjam kamera wartawan lain kek, atau gimana. Lagi pula malu juga lah pak, kita sudah punya kartu Pers di Harian Besar kayak di Waspada tidak bisa dapat infomasi yang dibutuhkan masyarakat.	Cara responden mengatasi kekurangan fasilitas kerja	
1016	Iter	Bagaimana menghadapi seseorang narasumber yang sangat sulit diajak bicara sehubungan dengan tugas yang diberikan perusahaan untuk mewawancarai narasumber tersebut.		
1017	itee	Yang pertama kita usahakan dengan berbagai cara agar bisa berjumpa walaupun beberapa menit. Untuk itu kita harus rela dan siap menunggu sampai dia keluar dari ruangnya atau menunggu narasumber datang ke kantor. Bisa juga dengan meminta bantuan sekretaris atau teman-teman narasumber itu sendiri.	Teknik responden untuk menjumpai narasumber (sumber berita)	
1018	Iter	Kalau narasumber tetap bersikeras tidak mau wawancara atau memberikan komentar?		
1019	itee	Kalau sudah begitu kejadiannya, terpaksa	Responden	

		kita buat juga berita tapi sebutkan bahwa ini sebuah indikasi dan narasumber tidak bersedia diwawancarai.	menuliskan fakta sesuai dengan kondisi	
1020	Iter	Apa itu dibolehkan?		
1021	itee	Kitakan hanya memberikan indikasi tanpa menyebutkan komentar narasumber. Tapi kalau ada kutipan kalimat atau komentar sedangkan kita belum konfirmasi itu yang tidak boleh.	Responden menjelaskan aturan penulisan berita	
1022	Iter	Apa penyebabnya narasumber tidak bersedia memberikan keterangan sehubungan dengan berita yang ditulis wartawan?		
1023	itee	Narasumber tidak mau dijumpai untuk wawancara biasanya karena takut, bisa juga memang gak ada waktu, ada tekanan.	Penyebab narasumber tidak bersedia diwawancarai	
1024	Iter	Maksud ada tekanan dalam hal ini seperti apa pak?		
1025	itee	Misalnya yang mau kita wawancarai adalah seorang kepala bagian disebuah instansi pemerintahan. Kadang dia tidak bersedia kalau tidak ada ijin dari kepala Biro yaitu atasannya.		
1026	Iter	Apakah pak Izal pernah terlibat konflik dengan narasumber?		
1027	itee	Kalau namanya konflik itu udah biasanya pak, makanan sehari-harilah itu.	Responden pernah terlibat konflik	
1028	Iter	Kondisi-kondisi seperti apa yang dapat menimbulkan konflik?		
1029	itee	Yang paling umum adalah berita yang kita tulis tidak sesuai dengan harapan narasumber terutama mengenai suatu kasus atau permasalahan yang ada pada diri narasumber atau berhubungan dengan jabatannya.	Responden menjelaskan sumber konflik	
1030	Iter	Bila demikian keadaannya, apakah hal itu dapat mengganggu hubungan yang telah terbina selama ini?		
1031	itee	Disitulah bisa kita lihat tipe narasumber dan justeru saat-saat seperti itu kita dapat masukan tentang seorang narasumber. Ada yang memusuhi kita tapi ada yang berterima kasih karena telah diingatkan melalui berita bahkan ada yang mengancam segala.	Responden pernah di ancam	
1032	Iter	Apa yang pak izal lakukan ketika ancaman atau intimidasi datang sehubungan pemberitaan yang Bapak tulis?		
1033	itee	Mula-mula dulu stress juga sih tapi sekarang aku tidak ambil open pak, aku lebih suka berikap pasif aja. Tapi kalau yang mengancam	Responden merasa stres	

		itu pejabat, yah kita beritakan aja bahwa kita diancam seorang pejabat.		
1034	Iter	Apa yang dirasakan ketika sedang stress secara fisik ?		
1035	itee	Namanya lagi stress paling pusinglah, gundah, muka biasanya merengut aja.		Akibat subjektif
1036	itee	Kalau secara psikis?		
1037		Adakalanya kita down tidak mau beraktivitas tapi kalau aku kalau stress disebabkan intimidasi dari orang lain, aku malah semangat dan merasa tertantang karena aku kepingin tau sampe mana ancamannya itu. Karena kalau takut, biasanya kita akan bolak-balik diancam terus.		
1038	itee	Kalau tekanan terlalu berat, apa pak izal tetap menghadapinya sendiri?		
1039		Kita tengok kasusnya aja, kalau bisa kutangani sendiri, tapi kalau terlalu berisiko untuk aku dan perusahaan, aku lapor sama redaktur nanti biasanya dicarikan jalan keluarnya atau adalah kebijakan dari atasan.	Cara responden menghadapi ancaman	
1040	itee	Bagaimana kinerja terhadap perusahaan ketika wartawan lagi stress.		
1041		Ya, itu tadi pak, kalau kita malah tertantang menghadapi persoalan yang ditimbulkan penyebab stress itu kinerja tetap bagus tapi kalau kita down akan menurun kinerja. biasanya dapat berita 3 dalam sehari kalau down atau takut paling Cuma 1 berita.		Akibat keorganisasian
1042	itee	Apa yang pak Izal lakukan ketika ada yang mengancam?		
1043		Aku kalau diancam biasanya malah penasaran mau apa yang ngancam itu, yang penting aku introspeksi diri dulu bahwa aku tidak merasa melakukan kesalahan dengan pekerjaan maupun secara pribadi dengan siapapun.		Jenis coping stres yang dilakukan
1044	itee	Bagaimana penilaian yang terhadap permasalahan yang terjadi?		
1045		Aku memandang masalah-masalah itu lebih banyak positifnya ajalah pak, coba Bapak bayangkan, kalau aku memandangnya negatif melulu, mungkin tak ada yang bisa kukerjakan lagi. Jadi aku menganggap semuanya proses untuk lebih mendewasakan kita.		Jenis coping stres yang dilakukan
1046	itee	Bagaimana cara mengontrol diri jika menghadapi situasi yang penuh tekanan?		
1047		Tergantung pada kondisi pak, kalau lagi fit, aku bisa mengendalikan diri dan emosi tapi kalau		Jenis coping stres yang

		lagi kurang fit, orang bilang sangat kelihatan kalau aku lagi ada masalah?		dilakukan
1048	itee	Bisa dilihat orang maksudnya bagaimana pak?		
1049		Gampang terlihat dari raut muka yang masam, merengut dan mudah tersinggung. Kalau begitu kawan-kawan biasanya tahu kalau aku lagi ada masalah.		
1050	itee	Bagaimana cara pak Izal untuk membuat jarak dengan masalah?		
1051		Hubungannya dengan pekerjaan sebagaimana layaknya wartawan dan menurut pengalaman dilapangan aku biasanya menyesuaikan sikap dengan siapa aku berhadapan. Dengan kata lain, lain orang lain cara pendekatan.		
1052	itee	Apa cara ini cukup efektif?		
1053		Selama ini aku merasa cara ini adalah yang paling efektif untuk meminimalkan masalah dengan narasumber.		
1054	itee	Apa ada teori yang Bapak gunakan?		
1055		Aku kurang paham masalah teori apakah cara ku ini memakai suatu teori atau tidak. Yang jelas aku kuliah jurusan komunikasi, jadi menurut aku tinggal penyesuaian diri aja yang paling penting. Sekali lagi aku merasa cara ini yang terbaik berdasarkan pengalaman.	Responden melakukan penyesuaian dri dalam meminimalkan masalah	
1056	itee	Apakah pak Izal menilai pekerjaan wartawan memikul tanggung jawab yang besar?		
1057		Bahkan sangat besar pak.		
	itee	Apa bisa digambarkan bagaimana bentuk tanggungjawab seorang wartawan?		
1058		Begini pak, wartawan itu kan mencari informasi untuk disampaikan ke publik sesuai dengan fakta. Jadi bila informasi yang kita berikan tidak benar dan ini dikonsumsi masyarakat banyak, ini akan menimbulkan efek yang sangat besar. Contoh, aku buat berita tentang seorang pejabat yang selingkuh dengan bawahannya yang wanita dikantor karena aku pernah melihat mereka jalan sama di sebuah tempat. Akibat berita itu istri si pejabat sudah berang di rumah dan nama si pejabat tentu akan tercemar dikalangan instansinya, padahal faktanya kehadiran mereka di tempat itu untuk urusan pekerjaan.	Responden menjelaskan tanggungjawab wartawan	
1059	itee	Apa berita seperti itu pernah Bapak tulis ?		
1060		Kalau aku tidak lah pak. Tadi aku hanya ingin menggambarkan akibat yang timbul dari informasi yang tidak sesuai fakta. Bisa sajakan		



		karena berita itu istri si pejabat melabrak bawahan suaminya bahkan bisa juga terjadi perceraian belum lagi kalau bawahan si pejabat itu ternyata sudah bersuami. Bisa panjang masalahnya dan itu semua tanggung jawab si pembuat berita.		
1061	itee	Apa yang pak izal lakukan jika sedang stress?		
1062		Kondisi juga itu pak, adakalanya aku suka shalat dan berzikir sepertinya enak dan tenang dihati. Tapi kadang lebih enak pergi kesuatu tempat seorang diri merenungi peristiwa-peristiwa yang telah terjadi dan mencoba menelaah apa yang solusi dan antisipasi bila masalah yang sama terjadi dimasa mendatang. Kadang-kadang aku bisa juga mancing dan bergaul dengan orang yang tidak ku kenal untuk mencari suasana baru.	Responden menjadi lebih taat beribadah dan mencari suasana baru	Jenis coping stres yang dilakukan
1063	itee	Apa dampak yang dialami setelah melakukan coping stress?		
1064		Biasanya lebih semangat untuk bekerja, apalagi aku dapat sesuatu yang baru dari renungan tadi sepertinya ada ketenangan dan kegembiraan layaknya mendapatkan jawaban dari sebuah pertanyaan yang sulit.		Dampak setelah melakukan coping stres
1065		Ok pak Izal, terima kasih atas kesediaan Bapak menjadi responden penelitian ini.		
1065		Sama-sama pak Arman.		

## VERBATIM

Wawancara Responden II (kedua)

Nama : Rusdi (samaran)

Tanggal : 16 Nopember 2009

Pukul : 09.00 – 11.00 WIB

No	Subjek	Interview	Kesimpulan	Coding
1001	Iter	Assamu 'alaikum Bang ?		
1002	Itee	Wa'alaikum salam.		
1003	Iter	Melanjutkan wawancara kita beberapa waktu yang lalu, banyak hal yang masih harus saya tanyakan seputar stres. Apakah bisa kita mulai sekarang Bang ?		
1004	Itee	Bisa Bang. Kebetulan hari ini Abang tidak terlalu banyak pekerjaan.		
1005	Iter	Bang, ada 3 hal berbeda yang menjadi sumber stres yaitu dari diri pribadi, dari kelompok, dan dari perusahaan. Bisa pak jelaskan apa yang menjadi sumber stres ketiga hal diatas?		
1006	itee	Sumber stres yang berasal dari pribadi kalau aku lebih kepada kurang terjaminnya kebutuhan hidup.	Responden merasa kebutuhan hidupnya kurang terjamin	Penyebab terjadinya Sumber stress individu
1007	Iter	Bisa abang jelaskan kebutuhan hidup yang seperti apa?		
1008	Itee	Ya, Terutama kebutuhan hidup primer lah makan, rumah, pendidikan anak dan transportasi untuk bekerja. Maksudnya kita lebih happy melaksanakan tugas kalau tidak lagi memikirkan kontrak rumah yang sudah dekat jatuh tempo, uang sekolah anak yang belum dibayar, dll.	Responden merasa lebih konsentrasi bekerja bila kebutuhan hidup terpenuhi	
1009	Iter	Kalau sumber stress yang berasal dari kelompok biasanya apa bang?		
1010	Itee	Mengetahui informasi yang bagus sebagai bahan berita tapi tidak lengkap, jadi kita ragu untuk menuangkannya jadi berita karena kita tidak		Penyebab terjadinya Sumber stress

		yakin kalau tidak langsung kelapangan sedangkan kawan-kawan tidak mau memberikan info secara detail sementara waktu sudah mepet.		kelompok
1011	Iter	Kalau kondisinya seperti itu, apa solusinya Bang?		
1012	Itee	Ini sebenarnya masalah persaingan dalam mendapatkan berita bagus. Jadi kalau seperti ini kitalah yang aktif melakukan pendekatan kepada kawan-kawan yang bisa diajak kerjasama dengan pertimbangan kalau kita nanti dapat berita bagus harus membagi info kepada kawan juga.	Responden berusaha bekerjasama untuk mendapatkan informasi	
1013	Iter	Bagaimana menghadapi seseorang narasumber yang sangat sulit diajak bicara sehubungan dengan tugas yang diberikan perusahaan untuk mewawancarai narasumber tersebut.		
1014	Itee	Kalau Abang biasanya menunggu sesaat sebelum narasumber masuk kantor, artinya kita akan lihat narasumber memang masuk kantor atau tidak. Kalau kita terlambat tunggu sampe jam istirahat, biasanya narasumber keluar untuk makan.	Teknik responden untuk menjumpai narasumber (sumber berita)	
1015	Iter	Kalau narasumber tidak juga keluar ?		
1016	Itee	Kita tunggu sampai habis jam kerja, bila perlu kita tunggu sampai narasumber pulang walaupun sampe malam. Memang suntuk juga kadang hanya menunggu 1 orang seharian penuh sampe malam, yah beradu tahanlah. Jalan terakhir paling kita bisa usahakan untuk membujuk narasumber melalui teman dekatnya.		
1017	Iter	Itu baru usaha untuk bertemu, kalau bertemu tapi tidak mau memberikan komentar bagaimana Bang?		
1018	Itee	Disitulah kepiawaian wartawan ditentukan, yang sulit itu meminta waktunya, kalau sudah bicara tinggal kita seperti apa komunikasi yang dibangun. Yang jelas usahakan narasumber lebih dahulu nyaman dengan keberadaan kita baru sedikit demi sedikit kita gali informasi yang ingin kita ketahui. Kalau gak dapat juga, kan kita sebutkan dalam berita pertanyaan mana yang tidak dijawab oleh narasumber.	Responden membangun komunikasi dengan narasumber	
1019	Iter	Apa bisa Abang berikan contohnya?		
1020	Itee	Dari awal kita buat beritanya bagus misalnya mengenai bobolnya kas milyaran rupiah di satu kantor pemerintahan ditengah atau di ujung berita ada perkataan ketika ditanyakan masalah	Responden menuliskan fakta sesuai dengan apa yang	

		bagaimana prosesnya sehingga kas kebobolan narasumber menjawab “No Comment”. Kita tidak boleh menulis apa yang tidak diutarakan oleh narasumber. Jadi kita menulis begitu supaya pembaca tahu bahwa hal-hal penting sudah ditanyakan tapi yang berwenang tidak mau memberikan informasi.	diucapkan narasumber	
1021	Iter	Apakah hal seperti itu tidak memancing pembaca untuk mengambil kesimpulan yang salah?		
1022	Itee	Sebagai wartawan kita hanya menyajikan fakta yang ada tanpa subjektifitas, jadi memang masyarakat pembacalah yang menilai dan memutuskan sendiri mana yang benar dan mana yang salah.		
1023	Iter	Apa penyebabnya narasumber tidak bersedia memberikan keterangan sehubungan dengan berita yang ditulis wartawan?		
1024	Itee	Bila yang ditanyakan wartawan ada sangkut pautnya dengan pribadi jelas narasumber takut masalah pribadinya terungkap. Ada juga karena aturan perusahaan yang tidak membenarkan pegawainya dimintai keterangan apapun.	Penyebab narasumber tidak bersedia diwawancarai	
1025	Iter	Tadi Abang sudah jelaskan sumber stres dari individu dan kelompok, kalau yang berasal dari perusahaan gimana Bang?		
1026	Itee	Kalau dilapangan pande-pande kamilah mengatasi persoalan dan perusahaan biasanya membackup (melindungi), tapi kami maunya adalah perhatian perusahaan juga untuk masalah kesejahteraan dan fasilitas kerja. Kadang semua awak usahakan sendiri kan pening juga.	Responden merasa kurang diperhatikan untuk kesejahteraan dan fasilitas kerja	Penyebab terjadinya Sumber stres dari Perusahaan
1027	Iter	Apakah Abang pernah terlibat konflik dengan narasumber?		
1028	Itee	Kalau konflik sudah jelas pernah bahkan sering terjadi.		
1029	Iter	Kondisi-kondisi seperti apa yang dapat menimbulkan konflik?		
1030		Biasanya masalah berita juga sih, karena bisa jadi dengan adanya pemberitaan miring misalnya seseorang akan menjadi pusat perhatian penegak hukum untuk melakukan pemeriksaan awal, kalau sudah begitu biasanya narasumber mulai menyerang, memaki bahkan ada yang nekat mengancam bunuh kalau tidak merevisi berita yang pernah ditulis.	Responden pernah di ancam	
1031	Iter	Kalau sudah begitu bagaimana Abang		

		meresponnya?		
1032		Menjadi seorang wartawan memang harus paham konsekuensi dari pekerjaan, kalau ada ancaman seperti itu, abaikan saja.	Responden mengetahui konsekuensi menjadi wartawan	
1033	Iter	Apa yang Abang lakukan ketika ancaman atau intimidasi datang sehubungan pemberitaan yang Abang tulis?		
1034		Waspada selalu dimanapun berada, hati-hati dan selektif kalau menerima panggilan HP atau telepon dan kemana-mana abang usahakan punya teman seperjalanan.	Cara responden menghadapi ancaman	
1035	Iter	Apa yang dirasakan ketika sedang stress secara fisik ?		
1036		Kalau Abang biasanya paling sering mengalami tegang syaraf, tengkuk panas dan kalau usah begitu badan terasa berat dan kadang agak malas melakukan aktivitas.	Responden mengalami gangguan fisik	Akibat Subjektif
1037	Iter	Kalau secara psikis?		
1038	Itee	Resah dan gelisah, pikiran semacam ada yang menghantui.		Akibat Psikologis
1039	Iter	Apa Abang mengetahui perasaan gelisah itu asal darimana?		
1040	Itee	Setiap saat dilapangan selalu ada masalah dari yang kecil sampai yang bisa dibilang serius. Kadang kita anggap kecil karena itu kita sepele tapi justeru itu yang membuat masalah besar ketika ada pihak yang tidak senang.		
1041	Iter	Ada contoh kasusnya Bang?		
1042	Itee	Contohnya, kita lagi mau wawancara dengan seorang pejabat penting, jelas handphone kita matikan atau paling tidak di diamkan. Saat itu juga ada panggilan dari bos dikantor atau dari narasumber lain. Karena tidak diangkat, dikirain kita sengaja tidak mau diganggu yang menyebabkan kita mendapat perkataan macam-macam.		
1043	Iter	Kalau tekanan terlalu berat, apa Abang tetap menghadapinya sendiri?		
1044	Itee	Kalau problemnya mengarah kepada pribadi, Abang hadapi sendiri tapi kalau sudah menyangkut pekerjaan atau membawa nama perusahaan, Abang lapor sama atasan agar tidak dianggap mengambil kebijakan sendiri nantinya.	Cara responden menghadapi masalah	
1045	Iter	Bagaimana kinerja terhadap perusahaan ketika wartawan lagi stress.		
1046	Itee	Yang jelas tak keluar imajinasi, sehingga berita	Responden	Akibat

		yang kita tulis kurang berkualitas. Menulis berita itu harus konsentrasi supaya tangan ini mengetikkan buah pikiran bak air mengalir.	kurang konsentrasi menulis jika banyak masalah	keorganisasian dan Akibat Kognitif
1047		Apa yang Abang lakukan ketika ada yang mengancam?		
1048	Itee	Pertama aku introspeksi diri dulu terakhir apa peristiwa yang kunoikkan di koran, lalu aku mencari tau siapa dibalik ini semua yang kira-kira tidak senang supaya aku bisa jaga-jaga menyiapkan diri.	Cara responden menghadapi ancaman	
1049	Iter	Bagaimana penilaian terhadap permasalahan yang terjadi?		
1050	Itee	Aku memandang masalah yang ku hadapi setiap hari adalah bagian dari proses pendewasaan diri dan aku tidak mau lari karena pengalaman awal menjalani profesi ini semakin aku lari dari masalah semakin besar ketakutan yang ku rasakan yang akhirnya semakin tertekan.	Responden melakukan penilaian kembali secara positif	Jenis coping stres yang dilakukan
1051	Iter	Bagaimana cara mengontrol diri jika menghadapi situasi yang penuh tekanan?		
1052	Itee	Aku usahakan setiap hari bisa mengendalikan diri untuk tidak terpancing dengan ancaman. Karena bila itu terjadi banyak efeknya, misalnya selain pekerjaan terganggu kasihan keluarga dirumah akan terkena imbasnya juga.	Responden membawa persoalan pekerjaan ke rumah	Jenis coping stres yang dilakukan
1053	Iter	Maksud keluarga dirumah terkena imbasnya seperti apa Bang?		
1054	Itee	Kalau pekerjaan diluar banyak masalah dan belum selesai ketika sampai rumah, kadang emosi kita yang belum stabil dapat menyebabkan cepat naik tensi melihat sesuatu yang kurang enak atau mendengar ribut-ribut. Hal itu biasa terjadi tapi dapat menimbulkan kemarahan besar pada orang-orang yang ada dirumah.		Akibat Fisiologis
1055	Iter	Bagaimana cara Abang untuk membuat jarak dengan masalah?		
1056	Itee	Pengalaman dilapangan apapun yang kita lakukan tetap ada orang yang tidak senang, ibarat pengambilan sebuah keputusan, pasti ada saja pihak yang tidak setuju. Jadi kami hanya bisa meminimalkan masalah yang diprediksi akan muncul.		Jenis coping stres yang dilakukan
1057	Iter	Oh, jadi memang bisa diperkirakan masalah yang akan timbul ?		
1058		Masalah akan tetap muncul meskipun misalnya berita yang kita naikkan itu infomasi yang baik-		

		baik menurut kita,. Sumber berita akan senang tapi pihak lain ada saja yang mengomentari seperti terlalu menyanjung satu pihak dan ada maksud-maksud tertentu.		
1059	Iter	Semua berita kan berdasarkan fakta ?		
1060	Itee	Berita harus ada faktanya tapikan tidak semua orang menilai sesuatu itu secara objektif.		
1061	Iter	Apakah Abang menilai pekerjaan wartawan memikul tanggung jawab yang besar?		
1062	Itee	Itu sudah pasti karena info yang kita beritakan di konsumsi orang banyak. Untuk itu, semua berita harus kita pikirkan efeknya bagi masyarakat dan sumber berita itu.		
1063	Iter	Apa bisa digambarkan bagaimana bentuk tanggungjawab seorang wartawan?		
1064	Itee	Wartawan merupakan pekerjaan mencari dan menulis berita berdasarkan fakta, bagi perusahaan jelas wartawan menjadi ujung tombak dan bagi masyarakat menjadi sumber informasi mengenai fakta yang ingin diketahuinya, jadi wartawan harus berada ditengah menjadi penyeimbang dan tidak memihak pada pihak manapun kecuali kebenaran informasi.	Reponden menjelaskan posisi wartawan	
1065	Iter	Apakah menjadi indefenden itu sulit bagi seorang wartawan ?		
1066	Itee	Selalu terjadi tarik menarik kepentingan antara para pihak sesama sumber informasi, kadang disitu kita sulit memutuskan mana yang benar. Apalagi berita itu masih sekedar isu belaka. Menjadi mudah kalau banyak fakta yang sudah terungkap.	Cara responden mencari informasi yang benar	
1067	Iter	Apa hal itu juga dapat menimbulkan stress?		
1068	Itee	Aku pikir iya, stress yang disebabkan pekerjaan.	Responden merasa stres	
1069	Iter	Apa yang Abang lakukan ketika sedang mengalami stress?		
1070	Itee	Ketika stres pikiran kita selalu kalut dan gelisah aku ingat sholat terus biasanya aku lebih suka curhat sama istri atau refreshing sama anak-anak bahkan tak jarang kami main game bersama.	Responden menjadi lebih taat beribadah dan dekat dengan keluarga	
1071	Iter	Apa dampak yang dialami setelah melakukan coping stress?		
1072	Itee	Beban pikiran yang tadinya berat paling tidak sedikit ringan dengan curhat dan bermain bersama anak-anak. Dengan merasakan kebersamaan yang terasa indah itu, aku merasa		Dampak setelah melakukan coping stres

		harus tetap berjuang untuk keberlangsungan hidup keluarga. Hal itu biasanya dapat memacu semangat baru dan kembali bekerja seperti biasanya.		
1073	Iter	Ok Bang, terima kasih atas kesediaannya menjadi responden penelitian ini.		
1073	Itee	Sama-sama.		

### VERBATIM INFORMAN

Subjek	Interview	Kesimpulan
Iter	Bang, biasanya apa yang menyebabkan wartawan mengalami stress?	
itee	Sumber stres mereka umumnya keluhan kepada kurang terjaminnya kebutuhan hidup dan fasilitas yang disediakan perusahaan.	
Iter	Bisa abang jelaskan kebutuhan hidup yang seperti apa dan fasilitas apa yang sangat mereka butuhkan?	
Itee	Kebutuhan hidup yang pokok sudah jelas seperti sandang, pangan dan papan. Kalau fasilitas perusahaan, para wartawan biasanya menginginkan adanya pemberian kamera yang terbaru dan peralatan pendukung kerja mereka.	
Iter	Kalau kondisinya seperti itu, apa solusinya Bang?	
Itee	Paling kita hanya bisa menjelaskan bahwa perusahaan hanya menyediakan fasilitas kamera beberapa unit yang hanya bisa dipakai ketika ada keperluan yang mendesak. Kalau masalah kebutuhan hidup memang sepertinya tidak akan pernah cukup.	
Iter	Apakah dengan penjelasan itu mereka bisa paham?	
Itee	Saya pikir mereka pasti sudah tahu juga bagaimana system yang ada.	
Iter	Apakah pernah wartawan meminta pendapat Abang tentang konflik yang mereka hadapi diluar?	
Itee	Pernah juga.	
Iter	Biasanya apa penyebab konflik mereka bang?	
Itee	Biasanya mereka konflik dengan narasumber yang tidak senang dengan berita yang ditulis wartawan.	
Iter	Trus solusinya gimana bang?	
Itee	Kita tinggal koordinasi aja dengan atasannya untuk mencari solusinya. Biasanya wartawan setiap pagi ada pertemuan untuk sharing dengan koordinator	



	liputan.	
Iter	Apakah ada wartawan yang melaporkan bahwa dirinya di intimidasi pihak lain?	
Itee	Ada, itu hal yang biasa terjadi.	
Iter	Seperti apa tingkat ancaman yang diberikan pihak lain?	
Itee	Tingkat kekerasan fisik sudah ada beberapa kali kejadian, ancaman psikis juga sering. Bahkan ada wartawan dari group kita yang nasibnya sampai sekarang tidak diketahui keberadaannya.	
Iter	Maksud tidak diketahui keberadaannya seperti apa bang?	
Itee	Selama bertahun-tahun tidak kembali kerumahnya. Kita tidak dapat menyimpulkan bahwa wartawan itu masih hidup atau sudah meninggal.	
Iter	Ketika wartawan stress, apakah ada dampaknya bagi perusahaan?	
Itee	Dampaknya terlihat dari berita yang mereka tulis, kalau mereka terlalu stres berita yang masuk kurang memiliki nilai jual.	
Iter	Kalau sudah begitu bagaimana perusahaan menyikapinya?	
	Sebelum menjadi seorang wartawan harusnya mereka paham konsekuensi dari pekerjaan, kalau ada ancaman atau intimidasi dari pihak lain sehubungan dengan berita, ya mereka harus siap. Jadi jangan sampai dijadikan alasan untuk memperburuk kinerja.	
Iter	Apa yang lakukan perusahaan ketika ancaman atau intimidasi yang datang sehubungan pemberitaan yang tulis wartawan dianggap melewati batas?	
	Kita akan menempuh jalur hukum bila dengan jalan damai tidak bisa diselesaikan.	
Iter	Apa yang terlihat dari wartawan ketika mereka sedang mengalami stres?	
	Mereka mengeluh kurang enak badan dan pusing serta kurang semangat kelapangan.	
Iter	Kalau secara psikis?	
	Kelihatan resah seperti orang kebingungan.	
Iter	Biasanya apa yang mereka lakukan ketika stres?	
Itee	Mereka sharing dengan sesama teman dan sebagian meminta cuti untuk sementara waktu dengan alasan mau refreshing dengan keluarga.	
Iter	Bagaimana kondisi setelah kembali bekerja mereka sehabis menjalani cuti?	
	Biasanya mereka lebih bersemangat dan fresh	
Iter	Menurut Abang apakah pekerjaan wartawan	

	memikul tanggung jawab yang besar?	
Itee	Jelas mereka punya tanggung jawab besar, mereka berhadapan langsung dengan berbagai tipe orang yang belum pernah mereka hadapi disamping tanggungjawab berita yang mereka tulis tentang kebenarannya.	

## PEDOMAN WAWANCARA

### 1. Apa yang menjadi sumber stress wartawan?

- Sumber stress yang berasal dari diri pribadi?
- Sumber stress yang dari kelompok?
- Target oleh atasan untuk mencari informasi tentang kasus yang sedang populer di masyarakat?
- Menghadapi seseorang yang tidak bisa di ajak untuk wawancara mengenai suatu kasus yang sangat penting untuk diketahui pembaca?
- Penyebab seseorang tidak bersedia dimintai keterangan yang berguna sebagai bahan berita?
- Kondisi-kondisi seperti apa yang biasanya dapat menimbulkan konflik?
- Penyebab stress yang berasal dari perusahaan?

### 2. Gejala dan Akibat stress wartawan ?

- Apa yang dilakukan ketika merasa takut karena intimidasi dari pihak lain.

- Secara fisik apa yang dirasakan ketika stress?
- Secara psikis apa yang dirasakan ketika stress?
- Bila terjadi bentrok dengan sumber berita, apa yang dilakukan.
- Apa yang dilakukan ketika apabila mendapat tekanan yang terlalu berat dari pihak lain?
- Bagaimana kinerja terhadap perusahaan ketika stress?

3. Bentuk coping apa yang dilakukan wartawan ketika stress?

- Apa yang dilakukan ketika merasa terancam?
- Saat ada masalah dengan pekerjaan, apa yang dilakukan?
- Apakah mencoba menilai positif terhadap masalah yang sering menimpa saudara?
- Bagaimana cara mengontrol diri jika menghadapi situasi yang penuh tekanan?
- Bagaimana cara yang tepat untuk membuat jarak dengan masalah?
- Dalam hal apa harus bertanggung jawab untuk suatu pekerjaan?
- Apa yang saudara lakukan ketika sedang mengalami stress?

4. Bagaimana dampak yang dialami setelah melakukan coping stress?

- Apa yang saudara rasakan setelah melakukan coping stress?

## LEMBAR OBSERVASI

Nama Responden :

Usia Responden :

Waktu :

Tanggal :

Tempat :

### Hal-hal yang diobservasi

1. Penampilan Responden
2. Perilaku saat wawancara
3. Setting lingkungan
4. Hal-hal yang terjadi saat wawancara
5. Hal-hal yang mengganggu selama wawancara

## LEMBAR IDENTITAS RESPONDEN

Nama :  
Usia :  
Anak Ke :  
Suku :  
Pendidikan :  
Agama :  
Pekerjaan :  
Alamat :  
Status :



## LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan kesediaan saya menjadi responden, saya mengerti tujuan penelitian yang dilakukan dan mengetahui keuntungan dan dampak keikutsertaan saya dalam penelitian ini. Saya juga mengetahui bahwa hasil penelitian ini adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Nama :

Usia :

Tempat Tinggal :

Jenis Kelamin :

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk kepentingan penelitian. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Medan, 9 Agustus 2009

Hormat saya,

Responden

### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan kesediaan saya menjadi informan, saya mengerti tujuan penelitian yang dilakukan dan mengetahui keuntungan dan dampak keikutsertaan saya dalam penelitian ini. Saya juga mengetahui bahwa hasil penelitian ini adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Nama :

Usia :

Tempat Tinggal :

Jenis Kelamin :

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk kepentingan penelitian. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Medan, 7 Agustus 2009

Hormat saya,

Informan

