



**PERBEDAAN COPING STRES DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA
REMAJA YATIM PIATU DI SOS *CHILDREN'S VILLAGE***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Universitas Medan Area

Disusun Oleh :

SHINTA J. R. TAMPUBOLON

NIM. 08.860.0059



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2012

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

JUDUL SKRIPSI : PERBEDAAN COPING STRES DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA REMAJA YATIM PIATU DI SOS *CHILDREN'S VILLAGE*

NAMA : SHINTA JOJOR ROTUA TAMPUBOLON

NO. STAMBUK : 08.860.0059

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

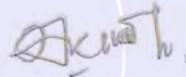
Menyetujui :
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



(Anna Wati Dewi P, S.Psi, M.Psi)



(Nurmaida I Siregar, S.Psi, M.Si)

Mengetahui :

Ka. Bag. Perkembangan

Dekan



(Laili Adilla, S.Psi, MM)

(Prof. DR. H. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal meja hijau :

22 Oktober 2012

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa karena berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Menulis skripsi ini merupakan salah satu bagian penting dari perjalanan penulis untuk mendapatkan gelar sarjana psikologi.

Dalam penulisan skripsi ini tentu saja penulis dibantu berbagai pihak, hal tersebut dikarenakan keterbatasan penulis untuk mengerjakan skripsi untuk yang pertama kali. Dengan demikian penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada.

1. Bapak Prof. DR. H. Abdul Munir, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
2. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Psi, selaku Pembantu Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
3. Ibu Anna Wati Dewi Purba, S.Psi, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing I yang banyak membantu dengan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran ditengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan dan saran kepada penulis dengan penuh kesabaran
4. Ibu Nurmaida I Siregar, S.Psi, M.Si, selaku Dosen Pembimbing II yang banyak membantu dengan meluangkan waktu, tenaga dan pikiran ditengah kesibukannya untuk memberikan bimbingan dan saran kepada penulis dengan penuh kesabaran

5. Seluruh staf Dosen di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah mengajarkan dan memberi ilmu selama 4 tahun ini dengan penuh dedikasi
6. Seluruh staf administrasi Kak Fida, Bang Dian, Bang Samsir, Kak Yanti, Bang Mimi, bang Putra dan seluruh pegawai di Lingkungan Universitas Medan Area untuk segala bantuannya
7. Ibu Suryani Hardjo, S.Psi, MA, selaku dosen wali yang selalu menjadi bunda yang baik untuk membimbing anak-anaknya dengan penuh kasih sayang
8. Kepala yayasan *SOS Children's Village* Pak Sumardi yang mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian di *SOS Children's Village*.
9. Mamaku tersayang P. Siringo-ringo yang selalu memberikan doa, kasih sayang, motivasi, dan semangat batin yang luar biasa. Mama yang luar biasa yang selalu berjuang dan memberikan yang terbaik dalam hidupku. Inilah sebagian persembahan terbaik untuk mama. Untuk Alm.Papa tersayang terimakasih untuk kasih sayang yang luar biasa dalam hidupku, inilah sebagian persembahanku yang belum sempat papa lihat.
10. Keluarga besar Tampubolon dan Siringo-ringo, Sahabatku Elyza Siahaan. Teman-teman SMP Katolik Trisakti 1 Medan Melisa situmeang, Putri, Sri, Benny, Monalisa, Daniel, Edward, Andreas, Chintya, Oktina dan SMA St.Maria Medan Herry Chandra, Ronny, Katerina Siahaan, Murni Simamora yang selalu kasih motivasi dan doa

11. Anak TETUBETU keluarga kecilku Febry Rizqi Utami, Sazli Azaki, Saiful Azhar, Dolly siregar, Dewi Martika, Dedy Setyawan, Ayu irit, Windy Annisa Haque terimakasih atas dukungannya dan untuk Grub Galaurs Bang Koko, Welf Davey Petree hutapea, Christina Simanjuntak, Nelsoni Manihuruk, Winda Lizkimustika, Vandika Virelly, Yudha, Meimy terimakasih untuk Doa dan dukungannya.
12. Seluruh teman-teman angkatan 2008 yang tidak dapat dituliskan satu persatu samanya yang selalu membantu, memberi semangat dan doa dalam menyusun skripsi ini
13. Seluruh anggota KMKP khusus adekku Dian Kartika Lingga terimakasih atas doa dan dukungannya. Terimakasih atas rasa persaudaraan yang tidak terlupakan selama mengikuti perkuliahan di UMA.

Akhir kata semoga Tuhan Yang Maha Kuasa membalas segala kebaikan yang diberikan kepada bapak, ibu, keluarga, sahabat, teman dan rekan-rekan sekalian. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, Oktober 2012

Penulis,

Shinta Jojo Rotua Tampubolon

ABSTRAK

Shinta Jojo Rotua Tampubolon

08.860.0059

PERBEDAAN COPING STRES DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA REMAJA YATIM PIATU DI SOS *CHILDREN'S VILLAGE*

SKRIPSI

Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim piatu di SOS *Children's Village*. Subjek penelitian ini adalah remaja yatim piatu di SOS *Children's Village*. Skala yang digunakan adalah skala coping stres terdiri dari 52 item ($\alpha = 0,944$). Analisis data menggunakan teknik Anava 1 jalur. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu adanya perbedaan coping stres antara remaja laki-laki dan perempuan. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisiensi perbedaan Anava $F = 14,304$ dengan $p = 0,001 < 0,050$.

Coping stres memiliki perbedaan yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Pada laki-laki $F = 45,690$ dengan $p = 0,00 < 0,050$ sehingga laki-laki lebih berfokus pada masalah (*problem focused coping*), sedangkan pada perempuan $F = 4,326$ dengan $p = 0,047 < 0,050$ sehingga perempuan lebih berfokus pada emosi (*emotional coping*).

Kata kunci : Coping Stres, Jenis Kelamin

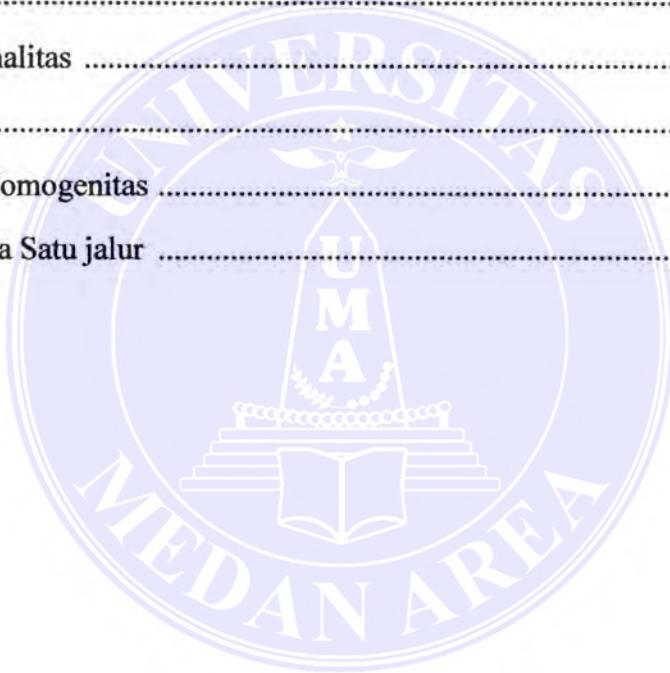
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN MOTTO.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
DAFRAT ISL.....	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Masalah.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Remaja Yatim Piatu.....	10
1. Pengertian Remaja.....	10
2. Karakteristik Psikologi Remaja.....	14
B. Stres.....	21
1. Pengertiam Stres.....	21
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi reaksi terhadap stres.....	23
3. Sumber Stres dan Stressor.....	25
C. Coping Stres.....	26
1. Pengertian Coping Stres.....	26
2. Coping Out Come.....	29
3. Strategi Coping Stres.....	30
4. Aspek-Aspek Coping Stres.....	32
D. Pengertian Jenis Kelamin.....	34
E. Perbedaan Coping Stres ditinjau dari jenis kelamin.....	35
F. Kerangka Konseptual.....	38
G. Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40

A. Tipe Penelitian.....	40
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	41
D. Subjek Penelitian.....	42
1. Populasi dan Sampel.....	42
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	42
E. Teknik Pengumpulan Data.....	43
1. Instrumen Pengumpulan Data.....	43
2. Model Skala.....	43
F. Validitas dan Realibilitas.....	46
1. Validitas.....	46
2. Realibilitas.....	48
G. Analisis Data.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Gambaran subjek penelitian.....	51
B. Pelaksanaan penelitian.....	51
1. Persiapan Administrasi.....	51
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian.....	52
C. Analisis data dan Hasil Penelitian Data.....	56
1. Uji Asumsi.....	57
2. Hasil Analisis Hitungan Varians.....	58
D. Pembahasan.....	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	70
Lampiran Alat Ukur Skala	71
Lampiran Skoring	76
Lampiran B	80
Lampiran Analisis Realibilitas dan Validitas	81
Lampiran C	85
Lampiran Normalitas	86
Lampiran D	93
Lampiran Uji Homogenitas	94
Lampiran Anava Satu jalur	95



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah salah satu makhluk hidup yang unik. Manusia dikatakan makhluk yang unik karena memiliki pola berfikir dan kehidupan yang berbeda dalam menentukan kelangsungan hidupnya. Manusia tidak pernah lepas dari masalah, baik masalah dalam lingkungan keluarga, lingkungan sosial dan lingkungan kerja. Masalah seringkali muncul dalam kehidupan kita, ada beberapa orang yang mampu menyelesaikan masalahnya dengan pola pikir yang positif dan ada pula orang yang menganggap masalah itu adalah suatu beban yang bisa menyebabkan timbulnya stres.

Laki-laki dan perempuan memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya. Laki-laki mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dengan cara berfikir dengan menggunakan logika, sedangkan perempuan lebih menggunakan perasaannya untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Remaja laki-laki dan perempuan masih sulit untuk menyelesaikan masalah yang mereka hadapi, karena mereka sendiri masih mengalami masa mencari identitas diri. Sehingga ketika masa itu belum terlewati dan remaja tersebut mendapatkan beban yang baru akan menyebabkan remaja tersebut mengalami stres dan melakukan berbagai cara yang berbeda dalam menghadapinya baik secara positif maupun negatif.



Remaja membutuhkan bimbingan dari orang terdekat dalam hidupnya, khususnya orangtua. Ketika remaja tidak mendapatkannya dari orangtuanya, maka remaja tersebut bisa mendapatkannya dari orang yang mengasuhnya sejak terpisah dari orangtuanya.

Remaja yang berada di SOS *children's village* sebanyak 100 orang, tetapi remaja yang yatim piatu sebanyak 30 orang yaitu terdiri dari 12 laki-laki dan 18 perempuan. SOS *Children's village* adalah suatu lembaga sosial atau rumah singgah bagi anak yang tidak memiliki orangtua karena bencana alam, ditinggalkan oleh orangtuanya dan yang orangtuanya kurang mampu. Kehidupan di SOS memiliki lingkungan yang nyaman dan rasa kekeluargaan, tetapi tidak selamanya bisa membuat remaja mampu menghindar dari gejala stres. Remaja yang memiliki sifat tertutup atau introvert akan lebih memilih memendam masalah yang dimilikinya sendiri sehingga akan menimbulkan stres. Remaja tersebut merasa bahwa dengan caranya sendiri, ia akan mampu menyelesaikan masalahnya. Disinilah peran ibu pengasuh atau kakak pengasuh sangat diperlukan dalam membantu remaja tersebut mencari jalan keluar dalam setiap permasalahan timbul didalam diri mereka.

Permasalahan yang muncul bukan hanya dari dalam diri remaja tersebut baik dari lingkungan tempat tinggalnya ataupun dari luar lingkungannya tinggal bisa menimbulkan masalah yang membuat remaja tersebut stres. Ada dua usaha mengatasi coping stres yaitu berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dan berorientasi pada masalah (*problem focused coping*). Remaja perempuan ataupun

laki-laki punya cara memilih menyelesaikan masalahnya dengan berfokus pada emosi ataupun berorientasi pada masalah.

Usia remaja adalah masa saat terjadi perubahan yang cepat termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006). Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis, dan sosial. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja.

Remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan. Statemen ini sudah dikemukakan jauh pada masa lalu yaitu di awal abad ke-20 oleh Bapak Psikologi Remaja yaitu Stanley Hall bahwa masa remaja merupakan masa badai dan tekanan (*storm and stress*) sampai sekarang masih banyak dikutip orang.

Remaja membutuhkan orang terdekatnya untuk membantu mereka menentukan identitas diri mereka. Peran orangtua sangat penting dalam setiap fase yang dialami oleh remaja, oleh sebab itu ketika seorang remaja kehilangan peran orangtua didalam kehidupannya akan menyebabkan remaja tersebut kebingungan. Peran orangtua paling utama dalam kehidupan remaja, meskipun remaja tersebut memiliki teman sebaya yang mendukung remaja tersebut.

Adapun menurut istilah dalam bahasa arab syara' yang dimaksud dengan anak yatim adalah anak yang ditinggal mati oleh ayahnya sebelum dia baligh. Batas seorang anak disebut yatim adalah ketika anak tersebut telah baligh dan dewasa, Sedangkan kata piatu bukan berasal dari bahasa arab, kata ini dalam

bahasa Indonesia dinisbatkan kepada anak yang ditinggal mati oleh ibunya, dan anak yatim-piatu : anak yang ditinggal mati oleh kedua orang tuanya.

Pemahaman mengenai jenis kelamin ini berkaitan dengan konsep peran jenis. Penggolongan peran jenis mempengaruhi perilaku dan sikap laki-laki maupun perempuan meskipun dalam cara yang berbeda. Belajar bagaimana peran seks yang tepat dan menerima keyakinan bahwa ia harus menyesuaikan diri dengan stereotip peran seks yang disetujui kalau ingin mendapatkan penilaian sosial dan juga penerimaan sosial yang baik. Salah satu perilaku dasar yang berbeda antara laki-laki dan perempuan adalah cara mereka dalam menghadapi stres.

Dalam hubungannya dengan perkembangan emosi, beberapa ahli menyatakan bahwa perkembangan emosi remaja dalam kondisi yang labil. Kondisi perkembangan emosi pada remaja ini akan mengiringi perkembangan kemampuan mengontrol dirinya. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledak emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima (Hurlock, 1973).

Stres berasal dari bahasa latin *strictus* dan bahasa perancis *etrace*. Kedua kata ini lalu sering digunakan untuk menyebut stimulus dan respon. Baum (dalam Taylor, dkk., 2009) mengartikan stres sebagai pengalaman emosional negatif yang diiringi dengan perubahan fisiologis, biokimia, dan perilaku yang dirancang untuk mereduksi atau menyesuaikan diri terhadap stressor dengan cara memanipulasi situasi atau mengubah stressor atau dengan mengakomodasi efeknya.

Lazarus dan Folkman (dalam Morgan, 1986) menyebutkan bahwa kondisi fisik dan lingkungan sosial yang merupakan penyebab dari kondisi stres disebut stressor. Hal ini sesuai dengan pendapat Berry (dalam Daulay, 2004) yang menyatakan bahwa situasi, kejadian, atau objek apapun yang menimbulkan tuntutan dalam tubuh dan penyebab reaksi psikologis dinamakan dengan stressor.

Pengalaman subjektif akan stres merupakan keseimbangan antara *primary* dan *secondary appraisal*. Ketika *harm* dan *threat* yang ada cukup besar, sedangkan kemampuan untuk melakukan *coping* tidak memadai, stres yang besar akan dirasakan oleh individu.

Sumber-sumber stres dapat berubah sesuai dengan perkembangan individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap waktu sepanjang kehidupan (Sarafino, 2006). Sumber-sumber stres disebut dengan stressor. Stressor adalah bentuk yang spesifik dari stimulus.

Studi terbaru yang dilakukan di Amerika Serikat dapat membantu menjelaskan perbedaan antara cara laki-laki dan perempuan mengendalikan emosi. Studi ini memfokuskan pada hormon stres yg disebut *corticotropinreleasing factor* (CRF). CRF merupakan hormon yang membantu mengontrol reaksi tubuh terhadap stres. Selain itu, CRF juga dikenal memainkan peran dalam kondisi kejiwaan manusia.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Dr. Rita Valentino dari rumah sakit anak Phidephilia yang memimpin penelitian tersebut menemukan bahwa perempuan dua kali lebih rentan mengalami gangguan yang berhubungan dengan stres ketimbang pria (dari dailymail, Rabu 16/6/2010).

Lazarus menyebutkan bahwa coping adalah suatu proses untuk menata tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu. *Coping* dinyatakan berhasil bila *coping* yang dilakukan dapat membawa individu kembali pada keadaan seperti sebelum individu mengalami stres, dan jika dilihat dari efektivitas dalam mengurangi *psychological distress* maka *coping* dinyatakan berhasil jika *coping* tersebut dapat mengurangi rasa cemas dan depresi pada individu.

coping yang efektif untuk dilakukan adalah *coping* yang membantu individu untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan dan tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Agar bisa berorientasi pada masalah (*problem focused coping*), diperlukan kecerdasan emosi. Jika seseorang dapat mengenali, meregulasi dan mengelola emosi yang muncul karena berbagai manusia maka harus lebih dapat berfokus pada penyelesaian masalah.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa remaja membutuhkan bimbingan dari orang terdekatnya seperti orangtua, ibu pengasuh ataupun kakak pengasuh dalam melewati transisi ataupun gejala yang menimbulkan stres pada remaja tersebut. Adapun dua usaha untuk mengatasi stres yaitu berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dan berorientasi pada masalah (*problem focused coping*). Remaja laki-laki ataupun perempuan memiliki usahanya sendiri untuk mengatasi stresnya baik itu dengan cara berfokus pada emosi maupun berfokus pada masalah. Maka dapat disimpulkan peneliti tertarik pada penelitian dengan judul “Perbedaan coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim piatu di panti asuhan SOS *Children’s village*”.

B. Identifikasi Masalah

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan antara masa anak dan masa dewasa yang berjalan antara umur 12 tahun sampai 21 tahun. Setiap tahap perkembangan manusia biasanya dibarengi dengan berbagai tuntutan psikologis yang harus dipenuhi, demikian pula pada masa remaja.

Bellak (dalam Fuhrmann, 1990) secara khusus membahas pengaruh tekanan media terhadap perkembangan remaja. Menurutnya, remaja masa kini dihadapkan pada lingkungan dimana segala sesuatu berubah sangat cepat. Mereka dibanjiri oleh informasi yang terlalu banyak dan terlalu cepat untuk diserap dan dimengerti. Semuanya terus bertumpuk hingga mencapai apa yang disebut *information overload*. Akibatnya timbul perasaan terasing, keputusasaan, absurditas, problem identitas dan masalah-masalah yang berhubungan dengan benturan budaya.

Perkembangan sikap yang cukup rawan pada remaja adalah sikap *comformity* yaitu kecenderungan untuk menyerah dan mengikuti bagaimana teman sebayanya berbuat.

Stres merupakan ungkapan modern yang sering digunakan untuk menggambarkan perasaan saat menghadapi keadaan yang menyusahkan atau menekan. Saat ini stres tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, baik akibat tekanan pekerjaan, keadaan lingkungan ataupun adanya masalah pribadi. Salah satu perilaku dasar yang berbeda antara laki-laki dan perempuan adalah cara mereka dalam menghadapi stres.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa peran orangtua sangat penting bagi perkembangan remaja, karena remaja adalah masa transisi masa kanak-kanak ke masa dewasa yang masih mencari identitas diri. Remaja mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan sehingga ketika remaja mengalami stres banyak hal yang akan dilakukan baik itu positif ataupun negatif. Maka dari kesimpulan ini peneliti ingin meneliti cara remaja laki-laki dan perempuan dalam mengatasi stres atau yang sering disebut coping stres.

C. Batasan Masalah

Remaja umumnya adalah masa yang memiliki transisi dari masa anak menuju dewasa. Remaja yang tidak mendapatkan peran dari orangtua, sering kebingungan mencari identitas diri. Berdasarkan latar belakang, maka peneliti dalam kesempatan ini ingin meneliti. Perbedaan Coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim-piatu di Panti asuhan SOS *Children's Village*.

D. Rumusan Masalah

Untuk memudahkan penelitian, maka perlu dirumuskan masalah apa yang menjadi fokus penelitian. Untuk itu, peneliti mencoba merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan penelitian sebagai berikut yaitu :

1. Apakah ada perbedaan coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim-piatu ?

2. Bagaimana coping stres pada laki-laki ?
3. Bagaimana coping stres pada perempuan ?

E. Tujuan Penelitian

Sebagaimana layaknya sebuah penelitian ilmiah harus memiliki tujuan, adapun tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami apakah ada “ Perbedaan coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim-piatu di Panti asuhan SOS *Childrren's Village* “.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui definisi tentang remaja, faktor-faktor yang membentuk stres dalam diri individu dan cara-cara mengatasi stres tersebut. Teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini. Serta untuk diterapkan dalam bidang – bidang ilmu psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dilakukan agar diharapkan bisa bermanfaat bagi masyarakat untuk memahami mengenai faktor-faktor penyebab stres dan pembentukan coping stres pada remaja akhir. Serta dapat diterapkan pada kehidupan sehari – hari.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja Yatim Piatu

1. Pengertian Remaja

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan antara masa anak dan dewasa yang berjalan antara usia 12 tahun sampai umur 12 tahun. Setiap tahap perkembangan manusia biasanya dibarengi dalam berbagai tuntutan psikologis yang harus dipenuhi, demikian pula pada masa remaja. Sebagian besar pakar psikologi setuju, bahwa jika berbagai tuntutan psikologis yang muncul dampak yang secara signifikan dapat menghambat kematangan psikologisnya ditahap yang lebih lanjut.

a. Pada umumnya masa remaja dapat dibagi 3 periode yaitu :

a). Masa Pra Pubertas: peralihan dari akhir masa kanak-kanak ke masa awal pubertas. Cirinya:

- 1) Anak tidak suka diperlakukan seperti anak kecil lagi
- 2) Anak mulai bersikap kritis

b). Masa Pubertas usia 14-16 tahun: masa remaja awal. Cirinya:

- 1) Mulai cemas dan bingung tentang perubahan fisiknya
- 2) Memperhatikan penampilan
- 3) Sikapnya tidak menentu/plin-plan

4) Suka berkelompok dengan teman sebaya dan senasib

c). Masa Akhir Pubertas usia 17-18 tahun: peralihan dari masa pubertas ke masa dewasa. Cirinya:

- 1) Pertumbuhan fisik sudah mulai matang tetapi kedewasaan psikologisnya belum tercapai sepenuhnya
- 2) Proses kedewasaan jasmaniah pada remaja putri lebih awal dari remaja pria.

b. Periode Remaja Adolesen Usia 19-21 tahun

Merupakan masa akhir remaja. Beberapa sifat penting pada masa ini adalah:

- a) perhatiannya tertutup pada hal-hal realistik
- b) mulai menyadari akan realitas
- c) sikapnya mulai jelas tentang hidup
- d) mulai nampak bakat dan minatnya

Remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan. Statemen ini sudah dikemukakan jauh pada masa lalu yaitu di awal abad ke-20 oleh Bapak Psikologi remaja yaitu Stanley Hall. Pendapat Stanley Hall pada saat itu yaitu bahwa masa remaja merupakan masa badai dan tekanan (*storm and stress*) sampai sekarang masih banyak dikutip orang.

Gunarsa (1989) merangkum beberapa karakteristik remaja yang dapat menimbulkan berbagai permasalahan pada diri remaja, yaitu:

- a) Kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan.
- b) Ketidakstabilan emosi.
- c) Adanya perasaan kosong akibat perombakan pandangan dan petunjuk hidup.
- d) Adanya sikap menentang dan menantang orang tua.
- e) Pertentangan di dalam dirinya sering menjadi pangkal penyebab pertentangan-pertentangan dengan orang tua.
- f) Kegelisahan karena banyak hal diinginkan tetapi remaja tidak sanggup memenuhi semuanya.
- g) Senang bereksperimentasi.
- h) Senang bereksplorasi.
- i) Mempunyai banyak fantasi, khayalan dan bualan.
- j) Kecenderungan membentuk kelompok dan kecenderungan kegiatan berkelompok.

Berdasarkan tinjauan teori perkembangan, usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan yang cepat termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006). Sebagian remaja mampu mengatasi transisi ini dengan baik, namun beberapa remaja bisa jadi mengalami penurunan pada kondisi psikis, fisiologis dan sosial. Beberapa permasalahan remaja yang muncul biasanya banyak berhubungan dengan karakteristik yang ada pada diri remaja.

Remaja yatim-piatu adalah remaja yang kehilangan kedua orangtuanya, baik meninggal karena sakit maupun meninggal karena kecelakaan. Remaja yang kehilangan kedua orangtuanya biasanya akan mengalami stres karena tekanan yang didapatnya baik itu secara finansial dan sosial.

Menurut (Monks, dkk.1992), pertumbuhan badan anak menjelang dan selama masa remaja ini menyebabkan tanggapan masyarakat yang berbeda pula. Mereka diharap dapat memenuhi tanggung jawab orang dewasa, tetapi berhubung ada jarak yang cukup lebar antara perkembangan fisik dengan psikisnya, maka kegagalan sering dialami oleh remaja dalam memenuhi tuntutan sosial ini menyebabkan frustrasi dan konflik-konflik batin pada remaja terutama bila tidak ada pengertian dari pihak orang dewasa.

Pada masa remaja ini juga akan terjadi perkembangan fungsi-fungsi psikologik selain perkembangan fisik. Pada masa ini terjadi peningkatan dalam menentukan pendapat, kemampuan berpikir, dan dalam kemampuan mengingat, karena adanya peningkatan. Dalam kemampuan mental ini remaja mempunyai perhatian terhadap lingkungan yang bersifat sosial dan intelektual.

Masa remaja sebagai masa transisi ini banyak menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosialnya. Hal ini disebabkan karena remaja merasa bukan kanak-kanak lagi tetapi juga belum dewasa, sedangkan lingkungan menganggap bahwa remaja belum waktunya untuk diperlakukan sebagai orang dewasa. Disamping itu remaja merasa digelisahkan

oleh perasaan-perasaan ingin menentang orang tua dan disertai perasaan takut gagal dan sebagainya.

2. Karakteristik Psikologi Remaja

a. Perkembangan fisik psikologi remaja

Fase remaja adalah periode kehidupan manusia yang sangat strategis, penting dan berdampak luas bagi perkembangan berikutnya. Pada remaja awal, pertumbuhan fisiknya sangat pesat tetapi tidak proporsional, misalnya pada hidung, tangan, dan kaki. Pada remaja akhir, proporsi tubuh mencapai ukuran tubuh orang dewasa dalam semua bagiannya (Syamsu Yusuf, 2005). Berkaitan dengan perkembangan fisik ini, perkembangan terpenting adalah aspek seksualitas ini dapat dipilah menjadi dua bagian, yakni :

a) Ciri-ciri seks primer

Perkembangan psikologi remaja pria mengalami pertumbuhan pesat pada organ testis, pembuluh yang memproduksi sperma dan kelenjar prostat. Kematangan organ-organ seksualitas ini memungkinkan remaja pria, sekitar usia 14 – 15 tahun, mengalami “mimpi basah”, keluar sperma. Pada remaja wanita, terjadi pertumbuhan cepat pada organ rahim dan ovarium yang memproduksi ovum (sel telur) dan hormon untuk kehamilan. Akibatnya terjadilah siklus “*menarche*” (menstruasi pertama). Siklus awal menstruasi sering diiringi dengan sakit kepala, sakit pinggang, kelelahan, depresi, dan mudah tersinggung.

b) Ciri-ciri seks sekunder

Perkembangan psikologi remaja pada seksualitas sekunder adalah pertumbuhan yang melengkapi kematangan individu sehingga tampak sebagai lelaki atau perempuan. Remaja pria mengalami pertumbuhan bulu-bulu pada kumis, jambang, janggut, tangan, kaki, ketiak, dan kelaminnya. Pada pria telah tumbuh jakun dan suara remaja pria berubah menjadi parau dan rendah. Kulit berubah menjadi kasar. Pada remaja wanita juga mengalami pertumbuhan bulu-bulu secara lebih terbatas, yakni pada ketiak dan kelamin. Pertumbuhan juga terjadi pada kelenjar yang bakal memproduksi air susu di buah dada, serta pertumbuhan pada pinggul sehingga menjadi wanita dewasa secara proporsional.

b. Perkembangan kognitif psikologi remaja

Pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan pada usia 12–20 thn secara fungsional, perkembangan kognitif (kemampuan berfikir) remaja dapat digambarkan sebagai berikut

- 1) Secara intelektual remaja mulai dapat berfikir logis tentang gagasan abstrak.
- 2) Berfungsinya kegiatan kognitif tingkat tinggi yaitu membuat rencana, strategi, membuat keputusan-keputusan, serta memecahkan masalah

- 3) Sudah mampu menggunakan abstraksi-abstraksi, membedakan yang konkrit dengan yang abstrak.
- 4) Memikirkan masa depan, perencanaan, dan mengeksplorasi alternatif untuk mencapainya.
- 5) Mulai menyadari proses berfikir efisien dan belajar berinstropeksi.
- 6) Wawasan berfikirnya semakin meluas, bisa meliputi agama, keadilan, moralitas, dan identitas (jati diri).

c. Perkembangan emosi psikologi remaja

Remaja mengalami puncak emosionalitasnya, perkembangan emosi tingkat tinggi. Perkembangan emosi remaja awal menunjukkan sifat sensitif, reaktif yang kuat, emosinya bersifat negatif dan temperamental (mudah tersinggung, marah, sedih, dan murung). Sedangkan remaja akhir sudah mulai mampu mengendalikannya. Remaja yang berkembang di lingkungan yang kurang kondusif, kematangan emosionalnya terhambat. Sehingga sering mengalami akibat negatif berupa tingkah laku, misalnya :

- 1) Agresif : melawan, keras kepala, berkelahi, suka mengganggu dan lainnya.
- 2) Lari dari kenyataan (*regresif*) : suka melamun, pendiam, senang menyendiri, mengkonsumsi obat penenang, minuman keras, atau obat terlarang. Sedangkan remaja yang tinggal di lingkungan yang kondusif dan harmonis dapat membantu kematangan emosi remaja menjadi :

- 3) Adekuasi (ketepatan) emosi : cinta, kasih sayang, simpati, altruis (senang menolong), respek (sikap hormat dan menghormati orang lain), dan ramah.
- 4) Mengendalikan emosi : tidak mudah tersinggung, tidak agresif, wajar, optimistik, tidak meledak-ledak, menghadapi kegagalan secara sehat dan bijak.

d. Perkembangan sosial psikologi remaja

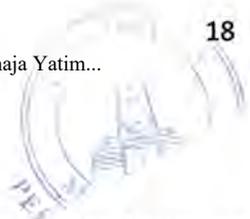
Remaja sudah mampu berperilaku yang tidak hanya mengejar kepuasan fisik saja, tetapi meningkat pada tatanan psikologis (rasa diterima, dihargai, dan penilaian positif dari orang lain).

e. Perkembangan sosial psikologi remaja

Remaja telah mengalami perkembangan kemampuan untuk memahami orang lain (*social cognition*) dan menjalin persahabatan. Remaja memilih teman yang memiliki sifat dan kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, misalnya sama hobi, minat, sikap, nilai-nilai, dan kepribadiannya.

Perkembangan sikap yang cukup rawan pada remaja adalah sikap *comformity* yaitu kecenderungan untuk menyerah dan mengikuti bagaimana teman sebayanya berbuat. Misalnya dalam hal pendapat, pikiran, nilai-nilai, gaya hidup, kebiasaan, kegemaran, keinginan, dan lain-lainnya.

f. Perkembangan kepribadian psikologi remaja



Psikologi remaja isu sentral pada remaja adalah masa berkembangnya identitas diri (jati diri) yang bakal menjadi dasar bagi masa dewasa. Remaja mulai sibuk dan heboh dengan problem “siapa saya?” (*Who am I?*). Terkait dengan hal tersebut remaja juga risau mencari idola-idola dalam hidupnya yang dijadikan tokoh panutan dan kebanggaan. Faktor-faktor penting dalam perkembangan integritas pribadi remaja (psikologi remaja) adalah :

- 1) Pertumbuhan fisik semakin dewasa, membawa konsekuensi untuk berperilaku dewasa pula.
- 2) Kematangan seksual berimplikasi kepada dorongan dan emosi-emosi baru.
- 3) Munculnya kesadaran terhadap diri dan mengevaluasi kembali obsesi dan cita-citanya.
- 4) Kebutuhan interaksi dan persahabatan lebih luas dengan teman sejenis dan lawan jenis.
- 5) Munculnya konflik-konflik sebagai akibat masa transisi dari masa anak menuju dewasa. Remaja akhir sudah mulai dapat memahami, mengarahkan, mengembangkan, dan memelihara identitas diri.

g. Perkembangan kesadaran beragama

Iman dan hati adalah penentu perilaku dan perbuatan seseorang. Bagaimana perkembangan spiritual ini terjadi pada psikologi remaja Sesuai dengan

perkembangannya kemampuan kritis psikologi remaja hingga menyoroti nilai-nilai agama dengan cermat. Mereka mulai membawa nilai-nilai agama ke dalam kalbu dan kehidupannya. Tetapi mereka juga mengamati secara kritis kepincangan-kepincangan dimasyarakat yang gaya hidupnya kurang memedulikan nilai agama, bersifat munafik, tidak jujur, dan perilaku amoral lainnya. Disinilah idealisme keimanan dan spiritual remaja mengalami benturan-benturan dan ujian.

Remaja memiliki masa (*strom and stres*) dimana remaja tersebut memiliki emosi yang tidak stabil dan tidak bisa diramalkan karena emosi yang timbul akibatnya meningkatnya hormon yang ada dalam diri remaja tersebut.

Rasa percaya diri dapat juga meningkat ketika remaja menghadapi masalah dan berusaha untuk mengatasinya, bukan hanya menghindarinya (Lazarus, dkk.,1991). Ketika remaja memilih mengatasi masalahnya dan bukan menghindarinya, remaja menjadi lebih mampu menghadapi masalah secara nyata, jujur dan tidak menjauhinya.

Dalam hubungannya dengan perkembangan emosi, beberapa ahli menyatakan bahwa perkembangan emosi remaja dalam kondisi yang labil. Kondisi perkembangan emosi pada remaja ini akan mengiringi perkembangan kemampuan mengontrol dirinya. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledak emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima (Hurlock, 1973).

Berdasarkan teori Piaget, remaja telah mencapai tahap pelaksanaan formal dalam kemampuan kognitif (Hurlock, 1973) oleh karenanya remaja mampu mempertimbangkan suatu kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah dan mempertanggungjawabkannya. Thornburg (1982) menyatakan bahwa perkembangan emosi remaja dalam keadaan tidak seimbang dengan perkembangan fisik, intelektual, dan sosialnya, sehingga perilakunya dianggap kurang dewasa. Mulyono (1986) menyatakan bahwa keadaan emosi remaja bersifat belum mapan dan hal ini membawa remaja dalam kegelisahan batin disertai perasaan tertekan, kesal, canggung, ingin marah dan mudah tersinggung.

Perkembangan sosial remaja juga meningkat. Remaja sadar akan tekanan dan perlunya hubungan sosial. Ia mulai terjun kemasyarakat, dalam arti ia lebih banyak melakukan aktivitas dengan teman sebaya, dan ikatannya dengan orangtuanya menjadi longgar. Pada masa remaja ini individu sangat memikirkan pendapat orang lain mengenai dirinya, dan berusaha untuk mendapatkan peran dalam masyarakat.

Masa remaja sebagai masa transisi ini banyak menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosialnya. Hal ini disebabkan karena remaja merasa bukan kanak-kanak lagi tetapi juga belum dewasa, sedangkan lingkungan menganggap bahwa remaja belum waktunya untuk diperlakukan sebagai orang dewasa. Di samping itu remaja merasa digelisahkan oleh perasaan-perasaan ingin menentang orang tua dan disertai perasaan takut gagal dan sebagainya. Menurut pendapat Schneiders (1960), bahwa pada umumnya

remaja berada dalam kebimbangan untuk menentukan sikap yang tepat terhadap pola peraturan yang diterapkan oleh orangtua terhadap dirinya.

Adapun definisi yatim piatu menurut istilah syara' yang berasal dari bahasa arab, yang dimaksud dengan anak yatim adalah anak yang ditinggal mati oleh ayahnya sebelum dia baligh. Batas seorang anak disebut yatim adalah ketika anak tersebut telah baligh dan dewasa, Sedangkan kata piatu bukan berasal dari bahasa arab, kata ini dalam bahasa Indonesia dinisbatkan kepada anak yang ditinggal mati oleh ibunya, dan anak yatim-piatu : anak yang ditinggal mati oleh kedua orang tuanya.

B. Stres

1. Pengertian Stres

Stres berasal dari bahasa latin *strictus* dan bahasa perancis *etrace*. Kedua kata ini lalu sering digunakan untuk menyebut stimulus dan respon. Dalam penelitiannya, Canon mengungkapkan bahwa stres terjadi ketika organisme merasakan adanya suatu ancaman, maka secara cepat tubuh akan terangsang dan termotivasi, baik untuk menghadapi ataupun melarikan diri darinya.

Lazarus dan Folkman (dalam Morgan, 1986) menyebutkan bahwa kondisi fisik dan lingkungan sosial yang merupakan penyebab dari kondisi stres disebut stressor. Hal ini sesuai dengan pendapat Berry (dalam Daulay, 2004) yang

menyatakan bahwa situasi, kejadian, atau objek apapun yang menimbulkan tuntutan dalam tubuh dan penyebab reaksi psikologis dinamakan dengan stressor.

Berdasarkan pendapat kedua tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa stressor merupakan sumber atau penyebab dari kondisi stres. Sedangkan stress diartikan sebagai reaksi emosional, fisiologis dan perilaku individu ketika menghadapi ancaman fisik dan psikologis Grunberg (dalam Baron & Graziano, 1991). Pendapat ini diperkuat oleh Hans Selye (dalam Baron & Byrne, 2005) yang menyatakan bahwa stres sebenarnya adalah kerusakan yang dialami tubuh akibat berbagai tuntutan yang ditempatkan padanya atau adanya stimulus yang berbahaya. Baum (dalam Taylor, dkk., 2009) mengartikan stres sebagai pengalaman emosional negatif yang diiringi dengan perubahan fisiologis, biokimia, dan perilaku yang dirancang untuk mereduksi atau menyesuaikan diri terhadap stressor dengan cara memanipulasi situasi atau mengubah stressor atau dengan mengakomodasi efeknya.

Menurut Atkinson (2000), stres mengacu pada peristiwa yang dirasakan membahayakan kesejahteraan individu terhadap situasi respon stres, saat itu individu dihadapkan pada situasi stres, maka individu akan bereaksi baik secara fisiologis maupun psikologis. Selanjutnya Evans (dalam Thalib dan Diponegoro, 2001) mengartikan stres sebagai suatu situasi yang memiliki karakteristik adanya tuntutan lingkungan yang melebihi kemampuan individu untuk merespon lingkungan, dalam pengertian ini tidak hanya meliputi lingkungan fisik saja, tetapi juga lingkungan sosial.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Reaksi Terhadap Stres

Menurut Lahey (2007) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi reaksi terhadap stres, yaitu :

- a. Pengalaman terdahulu dengan stres. Reaksi terhadap stres akan berkurang jika individu telah memiliki pengalaman sebelumnya dengan stres tersebut.
- b. Faktor perkembangan. Efek dari stres tergantung pada level perkembangan dari individu yang stres.
- c. Dapat diprediksi dan dikontrol. Kejadian yang dapat diprediksi dan dikontrol lebih dapat ditolerir tingkat stresnya daripada kejadian yang tidak dapat diprediksi maupun dikontrol (Folkman dalam Lahey, 2007).
- d. Dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain Sarason (dalam Baron & Byrne, 2005). Dukungan sosial merupakan hal yang bermanfaat bagi individu yang mengalami stres Frazier (dalam Baron & Byrne, 2005). Sebagian alasannya adalah karena berhubungan dengan orang lain adalah sumber dari rasa nyaman ketika individu merasa tertekan Morgan (Baron & Byrne, 2005).

Dukungan sosial dapat diberikan melalui beberapa cara. Pertama, perhatian emosional yang diekspresikan melalui rasa suka, cinta, atau empati. Kedua, bantuan instrumental, seperti penyediaan jasa atau barang selama masa stres. Ketiga, memberikan informasi tentang situasi yang

menekan. Terakhir, informasi mungkin sangat membantu jika ia relevan dengan penilaian diri. Buunk (Taylor, dkk., 2009) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat berasal dari pasangan atau partner, anggota keluarga, kawan, kontak sosial dan masyarakat, teman sekelompok, jamaah gereja atau masjid, dan teman kerja atau atasan di tempat kerja. Dukungan sosial mungkin paling efektif apabila ia 'tidak kelihatan'. Ketika individu mengetahui bahwa ada orang lain yang membantu, individu tersebut merasa ada beban emosional, yang mengurangi efektifitas dukungan sosial yang ia terima. Tetapi ketika dukungan sosial itu diberikan secara diam-diam, maka ia dapat mereduksi stres dan meningkatkan kesehatan Bolger (Taylor, 2009).

- e. Kognitif dan kepribadian. Sesuatu yang menimbulkan stres tergantung pada bagaimana individu menilai dan menginterpretasikan suatu kejadian secara kognitif. Pandangan ini telah dikemukakan oleh peneliti bernama Lazarus (Lahey, 2007). Penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif.
- f. Gender dan etnis. Banyak wanita yang kuat dalam menghadapi stres dari pengalaman trauma, dan banyak pria yang dibayang-bayangi secara serius oleh pengalaman traumatis yang pernah mereka alami.

3. Sumber Stress atau Stressor

Sumber-sumber stres dapat berubah sesuai dengan perkembangan individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap waktu sepanjang kehidupan (Sarafino, 2006). Sumber-sumber stres disebut dengan stressor. Stressor adalah bentuk yang spesifik dari stimulus, apakah itu fisik atau psikologis, menjadi tuntutan yang membahayakan wellbeing individu dan mengharuskan individu untuk beradaptasi dengannya.

Semakin besar perbedaan antara tuntutan situasi dengan sumber daya yang dimiliki, maka situasi tersebut akan dipandang semakin kuat menimbulkan stres (Passer & Smith, 2007).

Beberapa peristiwa lebih cenderung menimbulkan stres. Setiap kejadian yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri, membuat perubahan atau mengeluarkan sumber daya, berpotensi menimbulkan stres. Selain itu kejadian yang menekan akan menimbulkan stres jika dianggap sebagai kejadian yang menimbulkan stres, bukan sebagai yang lainnya (Taylor, 2009).

Kejadian yang tak dapat dikontrol atau tak terduga biasanya lebih membuat stres ketimbang kejadian yang dapat diprediksi. Kejadian yang tak dapat dikontrol dan tak dapat diprediksi tidak memungkinkan orang untuk menyusun rencana guna mengatasi masalah yang timbul Bandura (Taylor, 2009). Kejadian yang ambigu sering dianggap lebih membuat stres ketimbang kejadian yang jelas. Stressor yang jelas akan memampukan seseorang untuk mencari solusi Billings (Taylor, 2009).

Masalah dari suatu peristiwa yang tidak bisa dipecahkan akan lebih membuat stres. Hubungan antara pengalaman stres dengan respon psikologis yang buruk seperti stres, perubahan fisiologis dan bahkan penyakit, mungkin berkaitan dengan problem atau kejadian yang menekan yang tidak bisa dipecahkan oleh individu Holman (Taylor, 2009).

C. Coping Stres

1. Pengertian Coping Stres

Lazarus (Taylor, 2009) coping adalah suatu proses untuk menata tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu. Sedangkan coping menurut Lahey (2007) adalah suatu usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi sumber stres dan mengontrol reaksi individu terhadap sumber stres tersebut. Coping disini mengacu pada usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar mentoleransi suatu ancaman yang bisa membawa seseorang kepada stres Baum (dalam Baron & Graziano, 1991).

Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Taylor (Baron & Byrne, 2005) yang menganggap coping sebagai cara individu untuk mengatasi atau menghadapi ancaman-ancaman dan konsekuensi emosional dari ancaman-ancaman tersebut. Menurut Stone dan Neale (Daulay, 2004) coping meliputi segala usaha yang disadari untuk menghadapi tuntutan yang penuh tekanan. Lazarus dan Launiers (Daulay, 2004) coping terdiri dari usaha-usaha, baik yang berorientasi pada tindakan dan intrapsikis untuk mengatur (menguasai,

menghadapi, mengurangi atau meminimalkan) tuntutan lingkungan dan internal serta konflik diantara keduanya.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa coping stres adalah suatu upaya yang dilakukan individu untuk mengurangi mentoleransi, atau mengatasi stres yang ditimbulkan oleh sumber stres yang dianggap membebani individu.

a. Proses coping stres

Menurut Taylor (2009), proses coping melibatkan dua sumber daya coping, yaitu sumber daya internal dan sumber daya eksternal. Sumber daya internal adalah gaya coping dan atribut personal. Sedangkan sumber daya eksternal meliputi uang, waktu, dukungan sosial, dan kejadian lain yang mungkin terjadi pada saat yang sama. Semua faktor ini saling berinteraksi dalam mempengaruhi proses coping (Taylor, 2009).

b. Metode coping stres

Ada dua metode coping yang digunakan oleh individu dalam mengatasi masalah psikologis seperti yang dikemukakan oleh bell. Dua metode tersebut antara lain:

1. Metode coping jangka panjang

Cara ini adalah konstruktif dan merupakan cara yang efektif dan realistis dalam menangani masalah psikologis untuk kurun waktu yang lama,

Contohnya adalah :

- a) Berbicara dengan oranglain “curhat” tentang masalah yang dihadapi.
- b) Mencoba mencari informasi lebih banyak tentang masalah yang dihadapi.
- c) Menghubungkan situasi atau masalah yang sedang dihadapi dengan kekuatan supra natural
- d) Melakukan latihan fisik untuk mengurangi ketegangan
- e) Mengambil pelajaran dari peristiwa dari masa lalu
- f) Membuat berbagai alternative untuk mengurangi situasi.

2. Metode coping jangka pendek

Cara ini digunakan untuk mengurangi stress atau ketegangan psikologis dan cukup efektif untuk sementara waktu, tetapi tidak efektif jika digunakan dalam jangka panjang,

Contohnya adalah :

- a) Menggunakan alkohol atau obat-obatan
- b) Melamun dan fantasi
- c) Banyak tidur
- d) Banyak merokok
- e) Menangis
- f) Beralih pada aktifitas lain agar dapat melupakan masalah

Pada tingkat keluarga coping yang dilakukan dalam menghadapi masalah ketegangan seperti yang dikemukakan oleh Mc. Cubbin (1979) adalah :

1. Mencari dukungan sosial, seperti meminta bantuan keluarga, teman atau profesi.
2. Mencari dukungan spiritual, berdoa, menemui pemuka agama atau aktif pada pertemuan ibadah disekitar lingkungan.

Berdasarkan teori diatas disimpulkan dua metode coping psikologis yang dikemukakan oleh bell yaitu metode coping jangka panjang dan jangka pendek.

coping stres adalah suatu upaya yang dilakukan individu untuk mengurangi mentoleransi atau mengatasi stres yang ditimbulkan oleh sumber stres yang dianggap membebani individu.

2. Coping outcome

Lazarus dan Folkman (Wangsadjaja, 2008) menyatakan bahwa *coping* yang efektif adalah *coping* yang membantu individu untuk menoleransi dan menerima situasi menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Sesuai dengan pernyataan tersebut, Cohen dan Lazarus (Taylor dalam Wangsadjaja, 2008) mengemukakan, agar *coping* dilakukan dengan efektif, maka strategi *coping* perlu mengacu pada lima fungsi tugas *coping* yang dikenal dengan istilah *coping task*, yaitu:

- a. Mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya.
- b. Menoleransi atau menyesuaikan diri dengan kenyataan yang negatif.
- c. Mempertahankan gambaran diri yang positif.

- d. Mempertahankan keseimbangan emosional.
- e. Melanjutkan kepuasan terhadap hubungannya dengan individu lain.

Taylor (Wangsadjaja, 2008) menjelaskan bahwa efektivitas coping tergantung dari keberhasilan pemenuhan *coping task*. Individu tidak harus memenuhi *coping task* untuk dinyatakan berhasil melakukan *coping* dengan baik. Setelah *coping* dapat memenuhi sebagian atau semua fungsi tugas tersebut, maka dapat dilihat bagaimana *coping outcome* yang dialami tiap individu. *Coping outcome* adalah kriteria hasil coping untuk menentukan keberhasilan coping. *Coping outcome* ada dua, yaitu ukuran fungsi fisiologis dan efektivitas dalam mengurangi *psychological distress*.

Ukuran fungsi fisiologis yaitu *coping* dinyatakan berhasil bila *coping* yang dilakukan dapat mengurangi indikator dan *arousal stress* seperti menurunnya tekanan darah, detak jantung, detak nadi, dan sistem pernapasan. Apakah individu dapat kembali pada keadaan seperti sebelum individu tersebut mengalami stres, dan seberapa cepat individu tersebut dapat kembali. *Coping* dinyatakan berhasil bila *coping* yang dilakukan dapat membawa individu kembali pada keadaan seperti sebelum individu mengalami stres, dan jika dilihat dari efektivitas dalam mengurangi *psychological distress* maka *coping* dinyatakan berhasil jika *coping* tersebut dapat mengurangi rasa cemas dan depresi pada individu.

3. Strategi Coping Stres

Lazarus dan Folkman (Inawati,1998) mengklasifikasi coping menjadi dua bagian yaitu *Approach-coping* dan *Avoidance-coping*. *Approach-coping* yang disebut juga dengan *problem-focused-coping* itu memiliki sifat analitis logis, mencari informasi serta berusaha untuk memecahkan masalah dengan penyesuaian yang positif. Sedangkan *Avoidance-coping*, yang disebut juga *emotional-focused-coping*. Itu bercirikan represi, proyeksi, mengingkari dan berbagai cara untuk meminimalkan ancaman (Hollohan dan Moss, 1987).

Menurut Aldwin (Bukit, 1999) membagi *Approach-coping* menjadi tiga bagian, yaitu :

- a. *Cautiousness* (kehati-hatian) yaitu individu berfikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati – hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.
- b. *Instrumental Action* (tindakan instrumental) adalah tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah yang akan dilakukan.
- c. *Negotiation* (negosiasi) merupakan beberapa usaha oleh seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah.

Menurut Aldwin (Bukit, 1999) *Avoidance Coping* atau *Emotion-Focused-coping* terbagi menjadi :

- a. Escapims (melarikan diri dari masalah) ialah perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang lebih menyenangkan menghindari masalah dengan makan ataupun tidur, bisa juga dengan merokok atau meneguk minuman keras.
- b. Minimization (menggagap masalah seringan mungkin) ialah tindakan menghindari masalah dengan menggagap seakan-akan masalah yang tengah dihadapi itu jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya.
- c. Self Blame (menyalahkan dirinya sendiri) merupakan cara seseorang saat menghadapi masalah dengan menyalahkan serta menghukum diri sendiri secara berlebihan sambil menyesali tentang apa yang telah terjadi.
- d. Seeking meaning (mencari hikmah yang tersirat) adalah suatu proses di man aindividu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Dalam hal ini individu coba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

4.Aspek-aspek coping stres

Carver et al (1989) mengemukakan aspek-aspek coping yang berorientasi pada masalah dan yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*) sebagai berikut

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

- a. *Active coping* (coping aktif) yaitu proses pengambilan tindakan aktif untuk mencoba menghilangkan stressor atau memperbaiki efek dari stressor tersebut. Aspek ini mencakup dimulainya tindakan aktif dan upaya individu untuk melakukan coping secara maksimal.
- b. *Planning* (perencanaan) yaitu pemikiran tentang bagaimana menanggulangi stressor aspek ini meliputi perencanaan strategi
- c. *Suppression of competition activities* (pembatasan aktivitas) yaitu mengesampingkan aktivitas lain dan menekankan perhatian dan penanganan terhadap stressor.
- d. *Restraint coping* (coping penundaan) yaitu coping yang secara pasif menunda untuk melakukan tindakan sampai saat yang tepat. Aspek ini meliputi penundaan tindakan sampai situasi memungkinkan untuk bertindak dan tidak melakukannya tergesa-gesa.
- e. *Seeking social support for instrumental reason* (mendapatkan dukungan sosial untuk sebab – sebab yang membantu) yaitu usaha untuk mendapatkan bantuan informasi atau saran – saran dari orang lain.

Aspek-aspek pada coping terfokus emosi (*emotion focused coping*):

- a. *Positive reinterpretation* (berpandangan positif) yaitu berusaha bersifat positif terhadap situasi yang dihadapi dengan melihat dari sudut pandang yang positif. Aspek ini meliputi usaha belajar dari pengalaman.
- b. *Acceptance* (penerimaan) yaitu menerima kenyataan bahwa situasi stres telah terjadi. Aspek ini meliputi penerimaan kenyataan dan mampu menerima kenyataan bahwa itu adalah hal yang nyata.

- c. *Denial* (penolakan) yaitu menolak mempercayai stressor itu dan bertindak seolah-olah stressor itu tidak ada dan nyata. Aspek ini meliputi penolakan untuk mencapai bahwa peristiwa telah terjadi dan pura bertindak seolah-olah tidak terjadi apa-apa.
- d. *Turning to religion* (melakukan aktivitas keagamaan) yaitu usaha untuk meningkatkan aktivitas keagamaan. Aspek ini meliputi tindakan berdoa dan memperbanyak ibadah untuk meminta bantuan kepada Tuhan.

D. Pengertian Jenis Kelamin

Secara umum dalam kehidupan ini dikenal dua jenis kelamin dari sekelompok manusia yaitu laki-laki dan perempuan. Masing-masing dua jenis kelompok manusia ini memainkan peran sesuai dengan jenis kelamin.

Pemahaman mengenai jenis kelamin ini berkaitan dengan konsep peran jenis. Penggolongan peran jenis mempengaruhi perilaku dan sikap laki-laki maupun perempuan meskipun dalam cara yang berbeda. Keunggulan maskulin biasanya diungkapkan dengan mengharapkan anak laki-laki sebagai pemimpin sosial dalam kegiatan sosial.

John money (dalam Kaplan,1997) menggambarkan perilaku positif peran jenis kelamin sebagai sebuah hal yang dilakukan seseorang untuk mengungkapkan dirinya sendiri sebagai laki-laki dan perempuan. Suatu peran jenis kelamin tidak didapatkan sejak lahir tetapi dibangun secara kumulatif

melalui pengalaman yang ditemukan dan dilakukan melalui pengajaran yang kebetulan dan tidak direncanakan.

Hurlock (1980) menyatakan bahwa dalam tahap perkembangannya seorang anak diharapkan menguasai dua aspek penting dari penggolongan peran seks. Belajar bagaimana peran seks yang tepat dan menerima keyakinan bahwa ia harus menyesuaikan diri dengan stereotip peran seks yang disetujui kalau ingin mendapatkan penilaian sosial dan juga penerimaan sosial yang baik. Timbulnya kegagalan dan menyulitkan penyesuaian diri dengan teman sebaya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku positif peran jenis kelamin sebagai sebuah hal yang dilakukan seseorang untuk mengungkapkan dirinya sendiri sebagai laki-laki dan perempuan dan ditahap perkembangannya seorang anak diharapkan menguasai dua aspek penting dalam penggolongan seks.

E. Perbedaan Coping Stres ditinjau dari Jenis Kelamin

Hurlock (1980) menyatakan bahwa dalam tahap perkembangannya seorang anak diharapkan menguasai dua aspek penting dari penggolongan peran seks. Belajar bagaimana peran seks yang tepat dan menerima keyakinan bahwa ia harus menyesuaikan diri dengan stereotip peran seks yang disetujui kalau ingin mendapatkan penilaian sosial dan juga penerimaan sosial yang baik. Salah satu perilaku dasar yang berbeda antara laki-laki dan perempuan adalah cara mereka dalam menghadapi stres.

Stres adalah suatu keadaan psikologik yang tidak menyenangkan yang disebabkan adanya interpretasi kognitif dan penilaian (*appraisal*) adanya ancaman, karena ketidakseimbangan antara tantangan dan kemampuan diri individu dalam menghadapi tuntutan tersebut (Thalib dan Diponegoro, 2001).

Sumber-sumber stres dapat berubah sesuai dengan perkembangan individu, tetapi kondisi stres dapat terjadi setiap waktu sepanjang kehidupan. Lazarus (Taylor, 2009) coping adalah suatu proses untuk menata tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu.

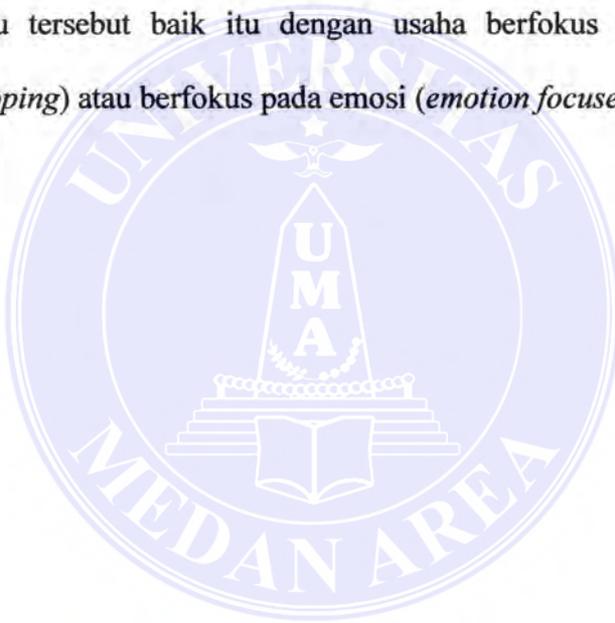
Menurut Lazarus dan Launiers (Daulay, 2004) Coping terdiri dari usaha-usaha, baik yang berorientasi pada tindakan dan intrapsikis untuk mengatur (menguasai, menghadapi, mengurangi atau meminimalkan) tuntutan lingkungan dan internal serta konflik diantara keduanya.

Menurut Bendek (dalam Sarwono, 2002) dalam suatu studi tentang wanita bahwa perbedaan laki-laki dan perempuan disebabkan kelaminnya, yaitu :

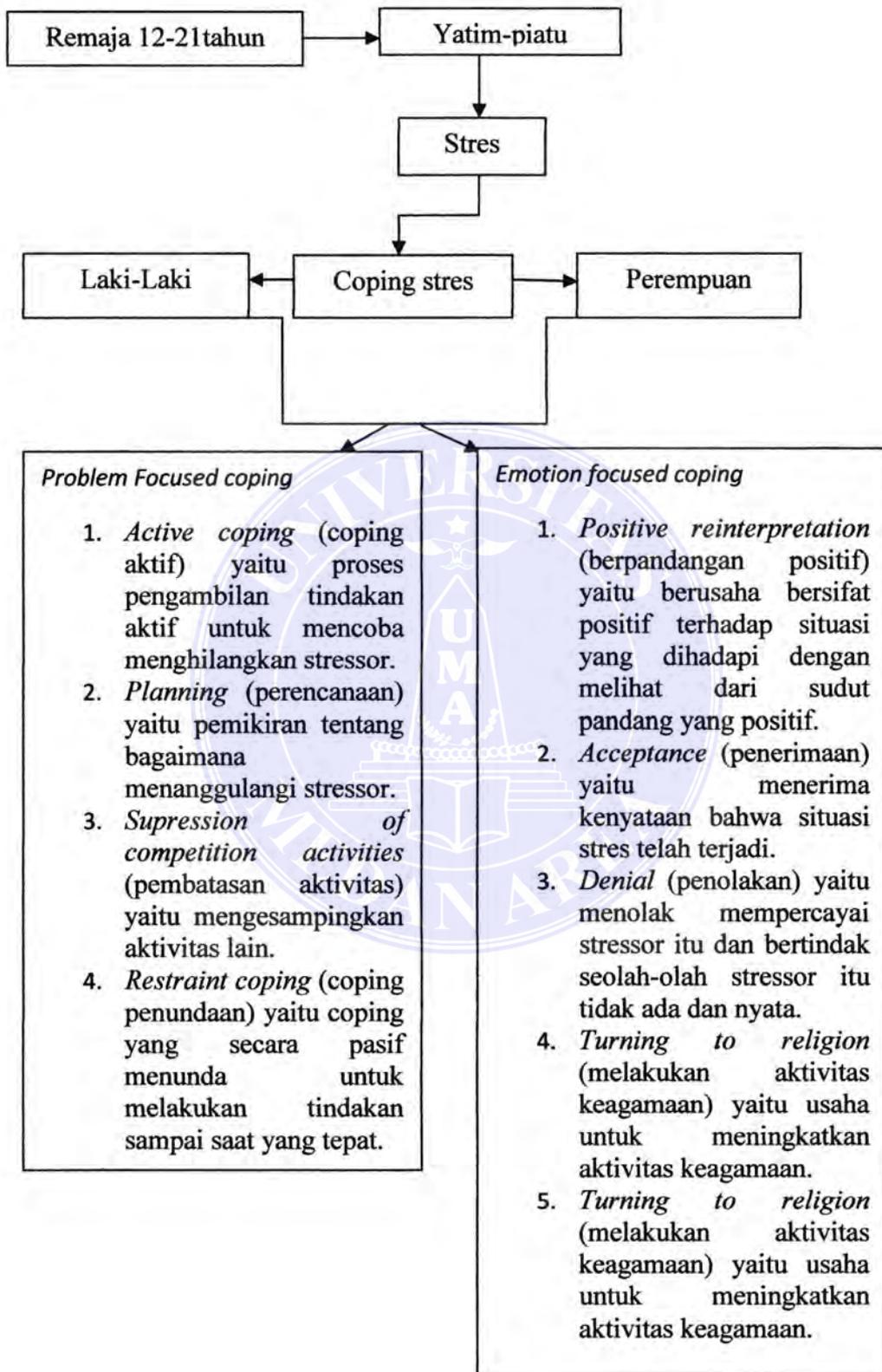
1. Perempuan lebih bersifat sosial daripada laki-laki
2. Perempuan lebih mudah terpengaruh
3. Perempuan punya harga diri yang rendah
4. Perempuan lebih mudah mempelajari peran dan tugas yang sederhana
5. Laki-laki lebih analitis
6. Perempuan lebih dipengaruhi oleh bakat sedangkan perempuan lebih dipengaruhi oleh lingkungan

Kohlberg (dalam Duska dan Whefan, 1984) mengatakan bahwa kematangan moral merupakan hasil sosialisasi individu. Keadaan ini mencerminkan dari perbedaan sosialisasi antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki biasanya menyukai tantangan yang memerlukan kekuatan fisik, sedangkan perempuan dalam bergaul mengutamakan perasaan dalam mengambil suatu keputusan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam setiap mengatasi stressor yang muncul dalam diri individu tersebut baik itu dengan usaha berfokus pada masalah (*problem focused coping*) atau berfokus pada emosi (*emotion focused coping*).



F. Kerangka Konseptual



G. Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritis yang telah dikemukakan diatas, hipotesis yang diajukan peneliti adalah “ Ada Perbedaan Coping Stres Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Remaja Yatim Piatu “. Dengan asumsi bahwa laki-laki lebih kepada berorientasi pada masalah (*Problem focused coping*) sedangkan perempuan lebih kepada berfokus pada emosi (*Emotion focused coping*).



BAB III

METODE PENELITIAN

Unsur yang paling penting di dalam suatu penelitian adalah metode penelitian, karena melalui proses tersebut dapat ditemukan apakah hasil dari suatu penelitian dapat dipertanggungjawabkan (Hadi, 2004). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif sebagai metode penelitiannya. Adapun pembahasan dalam metode penelitian ini meliputi tipe penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, variabel penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data dan analisis data.

A. Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, maksudnya bahwa dalam analisis data dengan menggunakan angka – angka, rumus, atau model matematis berdasarkan permasalahan dan tujuan yang ingin dicapai. Menurut Neuman (2003), prosedur yang biasa digunakan dalam penelitian kuantitatif ada tiga, yaitu : eksperimen, survei, dan *content analysis*. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan Neuman (2003) tersebut, tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian survei karena yang ingin dilakukan adalah melakukan studi identifikasi terhadap suatu masalah.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel penelitian yang dibahas dalam penelitian ini meliputi dua variabel yaitu

Variabel Bebas : Jenis Kelamin

Variabel tergantung : Coping Stres

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah penegasan arti dari konstruk atau variabel yang digunakan dengan cara tertentu untuk mengukurnya. Definisi ini memberikan batasan arti suatu variabel dengan merinci hal yang harus dikerjakan oleh peneliti untuk mengukur variabel tersebut (Kerlinger,1990). Untuk menghindari salah pengertian dan penafsiran yang berbeda di dalam penelitian ini, untuk itu dikemukakan definisi operasional sebagai berikut :

1. Jenis Kelamin

Jenis kelamin adalah karakteristik khusus yang membedakan antara individu laki – laki dengan perempuan. Perilaku positif peran jenis kelamin sebagai sebuah hal yang dilakukan seseorang untuk mengungkapkan dirinya sendiri sebagai laki-laki dan perempuan.

2. Coping Stres

Coping adalah suatu proses untuk menata tuntutan yang dianggap membebani atau melebihi kemampuan sumber daya individu atau suatu usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi sumber stres dan mengontrol reaksi

individu terhadap sumber stres tersebut.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

Dalam usaha mengatasi stres maka diklasifikasi coping menjadi dua bagian yaitu *Approach-coping* dan *Avoidance-coping*. *Approach-coping* yang disebut juga dengan *problem-focused-coping* itu memiliki sifat analitis logis, mencari informasi serta berusaha untuk memecahkan masalah dengan penyesuaian yang positif.

D.Subjek Penelitian

1. Populasi dan Sampel

Dalam penelitian, masalah populasi dan sampel yang dipakai merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan. Populasi adalah sejumlah individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama (Hadi,2004). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yatim piatu yang berada di SOS *children's village* sebanyak 100 orang. Sampel merupakan sebagian dari populasi atau sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi (Hadi, 2004). Adapun jumlah sampel yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang yaitu terdiri dari 12 laki-laki dan 18 perempuan.

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2007). Teknik *probability sampling* yang dipilih adalah teknik *proporsional stratified random sampling*, yaitu metode pemilihan

sampel penelitian dengan populasi yang terbagi atas tingkatan, kelas dan jenis kelamin dengan karakteristik yang berbeda.

Adapun jumlah sampel yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang yaitu terdiri dari 12 laki-laki dan 18 perempuan . Menurut (Hadi, 2004), bahwa syarat utama agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan, maka sebaiknya sampel penelitian harus benar-benar mencerminkan keadaan populasinya atau dengan kata lain harus *representatif* (terwakili). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Remaja yang berusia 12 – 21 tahun
- b. Remaja yang sudah tidak memiliki ayah dan ibu

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif. Metode pengumpulan data kuantitatif yaitu dengan menggunakan skala. Skala mempunyai keuntungan sebagai pengumpulan data yang baik, sebab seperti yang dikemukakan oleh Hadi (2004), yaitu :

- a. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
- b. Hal-hal yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
- c. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan adalah sama

dengan apa yang dimaksud peneliti.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

2. Model Skala

Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala coping stres menurut Carver et al (1989) mengemukakan aspek-aspek coping yang berorientasi pada masalah dan yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*) sebagai berikut

- *Active coping* (coping aktif) yaitu proses pengambilan tindakan aktif untuk mencoba menghilangkan stressor atau memperbaiki efek dari stressor tersebut. Aspek ini mencakup dimulainya tindakan aktif dan upaya individu untuk malakukan coping secara maksimal.
- *Planning* (perencanaan) yaitu pemikiran tentang bagaimana menanggulangi stressor aspek ini meliputi perencanaan strategi
- *Supression of competition activities* (pembatasan aktivitas) yaitu mengesampingkan aktivitas lain dan menekankan perhatian dan penanganan terhadap stressor.
- *Restraint coping* (coping penundaan) yaitu coping yang secara pasif menunda untuk melakukan tindakan sampai saat yang tepat. Aspek ini meliputi penundaan tindakan sampai situasi memungkinkan untuk bertindak dan tidak melakukannya tergesa-gesa.
- *Seeking social support for instrumental reason* (mendapatkan dukungan sosial untuk sebab – sebab yang membantu) yaitu usaha untuk mendapatkan bantuan informasi atau saran – saran dari orang lain.

Aspek-aspek pada coping terfokus emosi (*emotion focused coping*):

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

- *Positive reinterpretation* (berpandangan positif) yaitu berusaha bersifat positif terhadap situasi yang dihadapi dengan melihat dari sudut pandang yang positif. Aspek ini meliputi usaha belajar dari pengalaman.
- *Acceptance* (penerimaan) yaitu menerima kenyataan bahwa situasi stres telah terjadi. Aspek ini meliputi penerimaan kenyataan dan mampu menerima kenyataan bahwa itu adalah hal yang nyata.
- *Denial* (penolakan) yaitu menolak mempercayai stressor itu dan bertindak seolah-olah stressor itu tidak ada dan nyata. Aspek ini meliputi penolakan untuk mencapai bahwa peristiwa telah terjadi dan pura bertindak seolah-olah tidak terjadi apa-apa.
- *Turning to religion* (melakukan aktivitas keagamaan) yaitu usaha untuk meningkatkan aktivitas keagamaan. Aspek ini meliputi tindakan berdoa dan memperbanyak ibadah untuk meminta bantuan kepada Tuhan.

Skala coping stres ini adalah model skala summated rating atau model skala *likert* (Azwar, 2000) dengan jumlah item pada jumlah skala ini sebanyak 70 item. Penyusunan skala ini untuk lebih jelasnya akan dijabarkan dalam bentuk blue print pada tabel berikut ini:

Skala coping stres disusun dengan menggunakan skala likert dengan nilai pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*favourabel*) atau tidak didukung (*unfavourabel*). Dengan empat kategori jawaban, yaitu SS untuk jawaban sangat setuju, S untuk jawaban setuju, TS untuk jawaban tidak setuju dan STS untuk jawaban sangat tidak setuju. Bobot nilai yang diberikan untuk setiap pernyataan (*favourabel*) bergerak dari 4 sampai 1, yaitu

nilai 4 untuk jawaban SS, nilai 3 untuk jawaban S, nilai 2 untuk jawaban TS dan nilai 1 untuk jawaban STS. Kemudian bobot nilai yang diberikan untuk pernyataan (unfavourabel) bergerak dari 1 sampai 4 yaitu nilai 1 untuk jawaban SS, nilai 2 untuk jawaban S, nilai 3 untuk jawaban TS dan nilai 4 untuk jawaban STS. Berikut penentuan skor untuk alternatif jawaban:

Tabel 1. Skor Pernyataan *Favourabel* dan pernyataan *Unfavourabel*

Kategori jawaban	Favourabel	Unfavourabel
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak setuju)	2	3
STS (Sangat tidak Setuju)	1	4

F. Validitas dan Realibilitas

1. Validitas

Validitas adalah sejumlah mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Valid setidaknya suatu alat ukur tergantung pada mampu atau tidak nya alat ukur tersebut mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat (Azwar, 2000). Validitas yang digunakan dalam penelitian ini merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isis tes dengan analisis rasional atau lewat *profesional judgement* (Azwar, 2000).

Professional judgement di didalam sebuah penelitian ini adalah dosen pembimbing penelitian ini.

Suatu hal yang harus disadari, bahwa dalam estimasi validitas pada umumnya tidak dapat dituntut suatu koefisien yang tinggi sekali sebagaimana halnya dalam interpretasi koefisiensi realibilitas. Dikatakan bahwa koefisiensi yang berkisar antara 0,30 sampai dengan 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap efisiensi suatu lembaga pelatihan (Cronbach dalam Azwar, 2000).

Cara yang dipergunakan untuk mengukur validitas skala dalam penelitian ini adalah menggunakan kriteria perbandingan yang berasal dari dalam hal alat ukur itu sendiri. Caranya adalah dengan mengkorelasikan nilai-nilai tiap butir dengan nilai totalnya. Teknik statistik yang digunakan adalah teknik korelasi *Product Moment* dengan rumus angka kasar yang dikemukakan oleh Karl Pearson (Azwar, 1992), yaitu :

$$r_{xy} = \frac{\Sigma XY - \frac{(\Sigma X)(\Sigma Y)}{N}}{\sqrt{\left[\Sigma X^2 - \frac{(\Sigma X)^2}{N} \right] \left[\Sigma Y^2 - \frac{(\Sigma Y)^2}{N} \right]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = Koefisiensi korelasi antara variabel bebas X dengan variable terikat Y
 ΣXY = Jumlah hasil perkalian antara variabel X dan Y
 ΣX = Jumlah skor variabel bebas X

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
 Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

ΣY	= Jumlah skor variabel terikat Y
ΣX^2	= Jumlah kuadrat skor x
ΣY^2	= Jumlah kuadrat skor y
N	= Jumlah subjek

Selanjutnya, untuk menghindari terjadinya *over estimate* (kelebihan bobot) yang disebabkan skor setiap butir terikat sebagai komponen skor total, maka hasil yang digunakan dari korelasi *Product Moment* harus dikorelasi kembali.

Adapun rumus untuk mengoreksi hasil korelasi *Product Moment* adalah korelasi *Part Whole* (Hadi, 1986) yang rumusnya sebagai berikut:

$$r = \frac{(r)(SD) - (SD)}{\sqrt{SD + (SD) - 2(r)(SD)(SD)}}$$

Keterangan :

r_{bt} = Koefisien r setelah dikorelasi

r_{xy} = Koefisien r sebelum dikorelasi

SD_x = Standart devisiasi skor item

Sd_y = Standar devisiasi skor total

2. Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur menunjukkan derajat keajegan atau konsistensi alat ukur, bila diterapkan beberapa kali pada kesempatan yang berbeda (Hadi, 2004).

Reliabilitas alat ukur yang dapat dilihat dari koefisien reliabilitas merupakan indikator konsistensi atau alat kepercayaan hasil ukur yang mengandung makna

kecermatan pengukur (Azwar, 2000).

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

Menurut Arikunto (2006), instrument yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kalipun diambil, tetap akan sama. Reliabilitas menunjukkan pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.

Untuk mengetahui realibilitas alat ukur maka digunakan teknik Koefisien Alpha dengan rumus sebagai berikut :

$$\alpha = 2 \left[\frac{1 - S1^2 - S2^2}{SX^2} \right]$$

Keterangan:

$S1^2$ dan $S2^2$ = Varians skor belahan 1 dan Varians skor belahan 2

Sx^2 = Varians skor skala

G. Analisis Data

Peneliti ini ingin melihat perbedaan dalam coping stress antara remaja laki-laki dengan remaja perempuan. Sejalan dengan hal tersebut, maka digunakan metode analisis data Analisis Varians Satu jalur. Adapun bagan Analisi Varians satu jalur dapat dilihat dibawah ini.

A	
A1	A2
X	X

Keterangan :

- A = Jenis Kelamin
 A1 = Remaja laki-laki
 A2 = Remaja Perempuan
 X = Coping Stress

Sebelum dilakukan analisis data dengan teknik Analisis Varians Satu Jalur ini, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi :

- a. Uji normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.
- b. Uji homogenitas varians, yaitu untuk melihat atau menguji apakah data-data yang diperoleh berasal dari sekelompok subjek yang dalam beberapa aspek psikologis bersifat sama (homogen).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini.

A. KESIMPULAN

Berpedoman dari hasil dan pembahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Hasil diketahui dengan melihat atau keofisien perbedaan Anava $F = 14,304$ dengan $p = 0,001 < 0,050$. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan berbunyi adanya perbedaan Coping stres ditinjau dari jenis kelamin pada remaja yatim piatu di SOS *Children's village*.
2. Secara umum para remaja yatim piatu di SOS *Children's village* memiliki nilai rata-rata empirik 132,53 sementara nilai rata-rata hipotetiknya adalah 120. Ini didasarkan pada perhitungan bahwa nilai rata-rata empirik tersebut selisihnya dengan nilai rata-rata hipotetik melebihi bilangan SD atau SB sebesar 12,59.

B. SARAN

Sejalan dengan simpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa saran, antara lain:

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 31/5/24

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
Access From (repository.uma.ac.id)31/5/24

1. Saran untuk remaja

Coping stres adalah usaha untuk mengatasi stres yang timbul dari dalam individu dan dari luar individu baik itu di lingkungan tempat tinggal atau lingkungan remaja beraktifitas seperti sekolah dan lingkungan masyarakat. Maka disarankan kepada remaja jika didalam diri remaja timbul gejala stres diharapkan mampu mengatasinya dengan cara berbagi cerita terhadap orang terdekat agar mampu memberikan solusi yang baik sehingga stres yang dihadapi tidak berkepanjangan. Remaja juga bisa melakukan kegiatan yang positif untuk menghilangkan rasa stres yang muncul.

2. Saran untuk Ibu pengasuh dan kakak pengasuh

Pihak yayasan, khususnya ibu pengasuh dan kakak pengasuh sebaiknya memberikan perhatian yang lebih banyak terhadap remaja karena remaja adalah masa yang cukup rentan dimana masih mengalami fase anak-anak menuju fase remaja sehingga sering kali remaja yang tidak mampu mengatasi stresnya akan melakukan perbuatan yang negatif oleh sebab itu ibu pengasuh dan kakak pengasuh mampu membimbing dan memberi perhatian lebih terhadap remaja tersebut. Untuk mengatasi remaja perempuan adalah dengan memberikan rasa aman dan nyaman karena remaja perempuan selalu terbawa emosi sehingga diperlukan rasa aman dan nyaman, agar remaja tersebut mau terbuka dan menceritakan segala masalah yang dihadapinya. Untuk mengatasi remaja laki-laki adalah dengan cara

mendekatkan diri, membuat remaja tersebut terbuka dengan masalah yang dihadapinya. Memberikan solusi yang logika dan buat remaja tersebut tidak merasa terbebani dan mtidak merasa sendiri dalam menghadapi masalah yang dimilikinya.

3. Saran untuk orangtua

Sebaiknya bagi para orangtua seorang anak adalah anugerah yang terindah yang diberikan sang pencipta untuk setiap keluarga, maka alangkah lebih baik jika orangtua memberikan perhatian dan mampu menjaga anak mereka. Seorang anak membutuhkan peran orangtuanya untuk melewati setiap fase perkembangannya. Seorang anak yang tidak mampu menyelesaikan fase perkembangannya dengan baik akan menimbulkan stres didalam dirinya. Oleh sebab itu kepada orangtua bimbinglah anak anda dengan baik tanpa memberikan kepada oranglain.

4. Saran untuk peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan dari hasil penelitian ini nantinya dapat memberi gambaran yang lebih baik lagi mengenai coping stres terhadap remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifuddin. (2000). *Reliabelitas dan Validitas*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____. (2007) *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____. (2008) *Reliabelitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R, C., Smith, E, E., Bem, D. J. Tth. *Pengantar psikologi jilid 2*. Alih bahasa : Widjaja Kusuma. Batam : Interaksa.
- Baum, A., Friedman, A. L., Zakowski, S. G. 1997. Stress and Genetic Testing for Disease Risk. *Journal of Health Psychology*. Vol. 16, No.1, h.8-19.
- Bukit, K. 1999. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Strategi Coping Dalam Menghadapi Stres pada Mahasiswa, *Skripsi* (Tidak diterbitkan).Yogyakarta: Fakultas Psikologi UII.
- Chaplin. 1997. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Terjemahan, cetakan keempat). Jakarta:PT RajaGrafindo Persada.
- Coyne, J.C. Aldwin, C. & Lazarus, R.S. 1981. *Depression and Coping in Stressful*
- Daulay, H. 2000. Isra Mikraj dan Kegersangan Spiritual Umat Dewasa Ini. *Kedaulatan Rakyat*, 24 Oktober 2000, hal.6.
- Fagan, R. (2006). Counseling and Treating Adolescents with Alcohol and Other Substance Use Problems and their Family. *The Family Journal: Counseling therapy For Couples and Families*. Vol.14. No.4.326-333. Sage Publication diakses melalui <http://tfj.sagepub.com/cgi/reprint/14/4/326> pada 18 maret 2012
- Folkman,S. & Lazarus, R.S. 1980. An Analysis of Coping in A Middle Aged Community Sample. *Journal of Health and Social Behavior*, vol.21, hal. 219 - 239.
- Folkman, S. 1984. Personal Control and Stress and Coping Process: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 46 (4), hal. 839-852.

- Goleman, D. 2000. *Kecerdasan Emosional : Mengapa EL lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Gunarsa, S. D. (1989). *Psikologi Perkembangan: Anak dan Remaja*. Jakarta: BPK. Gunung sulia.
- Hollahan, C.J., & Moos, R.H. 1987. Personal and Contextual Determinants of Coping Strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 52. hal.946 - 955.
- Hurlock, E.B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Iazarus, R. & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Mongks, F. J. , Knoers, A. M. P. , & Haditono, S. R. (2000). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Patterson, J.M. & McCubbin, H.I. 1984. Gender Roles and Coping. *Journal of Marriage and The Family*. February. Vol. 25. Hal. 345-358.
- Rey, J. (2002). *More than Just The Blues: Understanding Serious Teenage Problems*. Sydney: Simon & Schuster.
- Sarafino, EP. 1998. *Health Psychology, Biopsychosocial Interaction*. New York: John Willey and Son Inc.
- Santrok, J. W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Stone, A. A. and Neale, J. M. 1984. New Measure of Daily Coping: Development and Preliminary Result. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.46 (4), hal. 892 - 906.
- Sulistyaningsih, W. 1989. Hubungan Antara Family Resources, Coping dan Stres Dengan Depresi. *Skripsi*. (Tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas psikologi UGM.
- Taylor, S.E. 1995. *Health Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Tambunan, R. (2001).(Online).(dari www.e-psikologi.com. diakses 10 februari 2012)

Wangsadjaja,R.

2008.*Stres* (Online).(<http://rumahbelajarpsikologi.com/indeks.php/stres.html>. diakses 8 Oktober 2011).

