

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 1987. Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktik. Edisi Revisi Jakarta : Bina Aksara.
- Azwar, S. 1989. Sikap Manusia : Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta : Sigma Alpha.
- _____. 1992. Reliabilitas dan Validitas. Seri Pengukuran Psikologi. Interpretasi dan Komputasi. Cetakan kedua. Yogyakarta : Sigma Alpha.
- AT & AD Departemen. T.th. Bahan Pelatihan Dasar.
- Diktat Asuransi, T.th. 55 Alasan Mengapa Kita Membeli Asuransi.
- Gunarsa, S. D. 1995. Psikologi untuk Keluarga. Jakarta : BPK Gunung Agung.
- Hadi, S. 1986. Teknik Penyusunan Skala Ukur. Yogyakarta : Pusat Penelitian Kependudukan Universitas Gadjah Mada.
- _____. 1987. Metodologi Research II. Untuk Penelitian Paper, Skripsi, Thesis dan Disertasi. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hadi, S. dan Pamardiningih, Y. 2000. Manual Seri Program Statistik (SPS). Paket MIDI. Versi 2000. Yogyakarta : Badan Penerbitan Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Handoko, M. 1995. Motivasi Penggerak Tingkah Laku. Yogyakarta : Kanisius.
- Hardjana, A. M. 1994. Stres Tanpa Distres : Seni Mengolah Stres. Yogyakarta Penerbit Kanisius
- Hurlock, E. B. 1992. Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Alih Bahasa : Istiwidayanti. Jakarta : Erlangga.
- Kartono, K. 1991. Pemimpin dan Kepemimpinan, Apakah Pemimpin Abnormal Itu. Jakarta : CV Rajawali.
- Martaniah, S. M. 1991. Motif Sosial Remaja dan Keturunan Cina di Beberapa SMA Yogyakarta. Disertasi (tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

- Nasution, H. M. 1995. Perbedaan Interaksi Sosial dan Prestasi Belajar Ditinjau dari Tipe Kepribadian pada Siswa-siswi SMU Al Azhar Medan. Skripsi (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Sarwono, S.W. 1992. Psikologi Lingkungan. Jakarta : Gramedia Indonesia.
- Selye, H. 1981. Stres dalam Kehidupan Kita. Jakarta : Pusdiklat Depkes RI dan *Japan International Cooperation Agency (JICA)*.
- Soelaeman, M. I. 1994. Pendidikan Dalam Keluarga. Bandung : Angksa.
- Spielberger, C. D., dan Sarason, J. G. 1975. Stress and Anxiety. Vol 2. New York : *John Wiley and Sons*.



A n g k e t

NO	URAIAN PERNYATAAN	JAWABAN			
1.	Saya akhir-akhir ini mengalami susah tidur.				
2.	Saya masih mampu beristirahat walau sekarang tidak lagi memiliki suami.				
3.	Saya merasa gelisah atas meninggalnya suami baru-baru ini.				
4.	Saya masih dapat hidup dengan tenang walau suami telah lebih dahulu meninggalkan saya.				
5.	Meninggalnya suami bagi saya berarti hilangnya sumber nafkah dalam menjalani hidup.				
6.	Saya masih sanggup berkonsentrasi memikirkan tindakan tepat dalam penyelesaian persoalan.				
7.	Saya merasa bahwa saat ini saya lebih jarang berkumpul dengan teman-teman sebagaimana biasanya.				
8.	Jika mempunyai hutang, saya berusaha tetap membayar hutang sesuai waktu yang disepakati.				
9.	Kepala saya pusing karena tidak ada orang tempat saya menggantungkan hidup.				
10.	Saya belajar tetap sabar menghadapi hidup walau suami telah tiada.				
11.	Saya menjadi lebih cepat marah setelah menjadi orangtua tunggal bagi anak-anak.				
12.	Saya masih sanggup mengatasi amarah ketika mengurus anak-anak seorang diri.				
13.	Dengan meninggalnya suami, membuat pikiran saya buntu dalam mengatasi segala masalah.				
14.	Saya selalu berusaha mengutamakan pikiran daripada tindakan.				
15.	Saya bersedia membatalkan janji yang sudah disepakati, jika ada masih teringat dengan suami.				
16.	Bagaimanapun kondisi saya saat ini, tidak berpengaruh dengan persahabatan saya dengan orang lain.				

17.	Memikirkan hidup sudah ditinggal suami membuat kepala saya pening.				
18.	Sejak suami meninggal dunia saya tidak pernah mempunyai keluhan kesehatan.				
19.	Akhir-akhir ini saya kurang mampu menjalani hidup dengan tenang				
20.	Saya merasa bahagia melihat anak-anak dapat saya urus seorang diri.				
21.	Saya tidak mampu berpikir jernih sehubungan dengan meninggalnya suami akhir-akhir ini.				
22.	Pikiran dan tindakan saya masih sejalan dalam melaksanakan tugas sehari-hari.				
23.	Saya merasa lebih mudah marah-marah terhadap anak-anak karena masih sedih ditinggal suami.				
24.	Saya berusaha berbaikan dengan semua orang yang sudah melayat pada waktu suami saya meninggal.				
25.	Saya merasa mulai tertekan dalam menjalani hidup.				
26.	Saya tidak pernah mengalami keletihan yang berlebihan dalam mengurus rumah seorang diri.				
27.	Saya merasa gelisah karena memikirkan kehidupan selanjutnya.				
28.	Saya masih sanggup untuk mengatasi kegelisahan saya.				
29.	Akhir-akhir ini pikiran saya dibebani oleh tuntutan hidup.				
30.	Saya makin termotivasi memikirkan bagaimana jalan keluar untuk membesarkan anak-anak setelah suami meninggal.				
31.	Menurut saya, keadaan saya yang sedang sedih ditinggal mati suami membuat saya malas berhubungan dengan orang lain.				
32.	Saya selalu mengulurkan tangan untuk membantu teman-teman yang sedang mengalami kesusahan.				
33.	Mengingat suami telah meninggal dunia membuat saya pusing.				
34.	Meninggalnya suami bukan berarti harus pusing terus menerus.				

35.	Saya merasa tidak mampu lagi mengatasi kegelisahan saya akan biaya hidup.				
36.	Saya merasa bahagia karena masih bisa mengatasi segala persoalan hidup saya.				
37.	Setiap harinya sekarang ini, saya merasa dibebani oleh masalah-masalah kebutuhan hidup.				
38.	Sangat masuk bagi saya untuk bekerja agar saya tidak kebingungan.				
39.	Saya merasa malu menceritakan kesedihan saya kepada teman-teman.				
40.	Apapun masalah saya yang menekan tidak membawa pengaruh kepada hubungan dengan teman-teman.				
41.	Pada saat bekerja sendiri di rumah badan saya terasa kaku.				
42.	Saya merasa tidak ada gangguan penyakit apapun walau suami telah meninggal dunia.				
43.	Saya merasa sulit mencari ketenangan bathin setelah suami meninggal.				
44.	Keinginan untuk melihat anak tumbuh dewasa membuat saya tetap bersemangat menjalani hidup.				
45.	Jika teringat akan suami yang telah meninggal dunia, maka saya tidak mampu berfikir dengan jernih.				
46.	Saya pikir bahwa kehilangan suami bukan berarti kehilangan sumber kebutuhan hidup.				
47.	Akhir-akhir ini saya menutup diri dalam pergaulan sehari-harinya.				
48.	Sedapat mungkin saya sabar menghadapi keluhan keluarga setelah suami meninggal.				
49.	Akhir-akhir ini nafsu makan saya menurun.				
50.	Denyut jantung saya normal-normal saja walau teringat masa-masa ketika suami masih hidup.				
51.	Saya merasa kesal karena suami terlalu cepat meninggal dunia.				
52.	Saya masih mampu untuk tenang meskipun saya dikelilingi persoalan-persoalan dalam menjalani hidup tanpa suami.				

53.	Akhir-akhir ini pikiran saya terganggu dalam mengambil tindakan.				
54.	Walaupun kebutuhan hidup meningkat, saya masih mampu mengatasinya.				
55.	Saya menyadari bahwa saya belum mampu menghilangkan kesedihan saya sehingga saya malas keluar rumah.				
56.	Ketika saya sakit banyak orang yang peduli dan datang menjenguk saya.				
57.	Semakin hari, saya merasa semakin tidak mampu menyelesaikan pekerjaan.				
58.	Kebanyakan orang-orang terganggu jika suaminya meninggal, namun bagi saya tidak demikian.				
59.	Semangat hidup saya berkurang sehubungan dengan meninggalnya suami.				
60.	Saya tidak suka larut dalam kesedihan walau suami telah meninggalkan saya.				
61.	Saya merasa tidak tahu harus berbuat apa setelah suami meninggal.				
62.	Saya pikir, salah satunya cara dalam mengatasi persoalan hidup adalah dengan bekerja keras.				
63.	Akhir-akhir ini saya lebih mudah tersinggung daripada biasanya.				
64.	Sedapat mungkin saya membantu teman-teman meskipun suami sudah tiada.				
65.	Akhir-akhir ini saya lebih mudah keringatan daripada biasanya.				
66.	Nafsu makan saya tidak terganggu sama sekali, sekalipun saat ini saya sering makan sendiri.				
67.	Susahnya menjadi orangtua tunggal semakin terasa sejak suami meninggal.				
68.	Saya cukup bahagia dengan keadaan saya karena suami ikut serta sebagai pemegang polis asuransi.				
69.	Kehidupan di masa depan selalu menjadi bahan pikiran saya belakangan ini.				

70.	Saya tidak hanya terfokus pada satu pekerjaan saja, tetapi berusaha memikirkan pekerjaan tambahan yang dapat menghasilkan uang.				
71.	Saya berusaha menghindar dari ajakan teman-teman.				
72.	Saya suka bekerjasama dengan siapa saja.				
73.	Akhir-akhir ini saya lebih mudah gemeteran daripada biasanya.				
74.	Dalam menjalani hidup, saya tetap bersemangat meskipun sudah tidak punya suami.				
75.	Saya terus larut dalam kesedihan karena suami sudah tiada.				
76.	Saya masih tenang dalam menjalani hidup, karena secara ekonomi saya tidak kekurangan.				
77.	Menurut saya meninggal suami membuat saya frustrasi menghadapi hidup.				
78.	Menurut saya, seseorang yang masih bekerja dapat dikatakan beruntung.				
79.	Saya merasa malas mengikuti acara keluarga, karena saya masih berduka.				
80.	Saya tidak terlalu memikirkan keadaan ekonomi setelah suami meninggal.				
81.	Saya merasa sulit untuk tidur karena sering teringat pada suami yang telah meninggal.				
82.	Keletihan adalah hal yang wajar dialami setiap orang yang ditinggal mati suami.				
83.	Saya mengalami kekecewaan yang dalam bila mengingat bahwa saat ini saya sudah menjadi janda.				
84.	Saya masih sanggup mengontrol rasa marah terhadap persoalan-persoalan hidup.				
85.	Saya pikir meninggalnya suami menandakan hidup menjadi sengsara.				
86.	Saya merasa masih sanggup mencari jalan keluar dari persoalan kehidupan saya.				
87.	Saya hanya mau berhubungan dengan orang lain, jika saya sudah sanggup melupakan kesedihan.				

88.	Saya merasa tidak terlalu sukar untuk membina hubungan dengan orang lain sekalipun saya sekarang hidup sendiri.				
89.	Nafas saya terasa sesak karena memikirkan susahnya mengurus anak sendiri.				
90.	Saya tidak ingin terus menerus terganggu karena meninggalnya suami.				
91.	Bathin saya terguncang atas berita meninggalnya suami beberapa waktu yang lalu.				
92.	Walau saya merasa gelisah setelah meninggalnya suami namun saya masih mampu mengurus anak-anak dengan sabar.				
93.	Saya tidak sanggup membayangkan bagaimana saya dalam menjalani hidup bersama anak-anak tanpa suami.				
94.	Saya tahu bahwa kondisi saya sama dengan mereka yang tela ditinggal suami, karenanya saya merasa tidak sendiri.				
95.	Saya malas menjenguk teman yang sedang sakit.				
96.	Sampai saat ini, walaupun keadaan ekonomi terganggu karena suami telah meninggal, persahabatan dengan orang lain tetap saya bina.				
97.	Denyut jantung saya semakin kencang dalam menghadapi kehidupan ini.				
98.	Saya merasa tidak punya kesanggupan untuk mempertahankan kehidupan.				
99.	Saya tidak dapat mengambil keputusan apakah saya harus bekerja atau tidak setelah suami meninggal.				
100.	Saya lebih suka menyendiri sekarang ini di rumah.				



YAYASAN SOSIAL ANGSAPURA MEDAN

Jalan Logam No. 1 - 3 Tel. 7368902 (3 Saluran) Fax. (061) 7364435

E-mail: yasora@mdn.centrin.net.id

Medan - Sumatera Utara - INDONESIA

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda dibawah ini menerangkan dengan sebenar-benarnya bahwa :

Nama : SILVIA UTOMO
Status : Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
NPM : 99.860.0152

telah melaksanakan tugas penelitian di Yayasan Sosial Angsapura/Balai Persemayaman Angsapura sejak Nopember 2003 sd Februari 2004 dalam upaya penyusunan Skripsi yang berjudul " Perbedaan tingkat stres karena meninggalnya suami ditinjau dari keikutsertaan dalam Asuransi pada para istri di Medan.

Demikian Surat Keterangan ini diterbitkan untuk diketahui dan dipergunakan bagi pihak yang berkepentingan.

Yayasan Sosial Angsapura

Medan, 19 Maret 2004



Hartono

HARMAN HARTONO
Sekretaris Umum

cc. Arsip