

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji dan syukur kepada Tuhan yang telah memberkati penulis dan segala sesuatu yang berhubungan dengan pembuatan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.

Proses penelitian dan penyusunan skripsi ini dapat terlaksana berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Drs. Mulia Siregar, Dekan Fakultas Psikologi universitas Medan Area.
2. Ibu Dra. Nefi Damayanti, M.si, selaku Pembimbing Utama yang disela-sela kesibukannya masih menyediakan waktu untuk membimbing dan memberi masukan yang berguna sehingga skripsi ini dapat selesai.
3. Ibu Suryani Hardjo, S.Psi, selalu Ketua Jurusan sekaligus Pembimbing kedua yang dengan sabar telah membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberi masukan yang berharga selama waktu kuliah sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini, dan Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

5. Bapak Abdul Hakim R. Lubis selaku Kepala Kelurahan Cendana Kecamatan Rantau Utara yang telah memberi kemudahan kepada penulis dalam pengambilan data.
6. Teman-teman stambuk '00 yang telah banyak membantu penulis khususnya Susanna, Puji, Lia, Afnita, dan Weny.
7. Pdt. Dewi Anggreini, S.th yang bersedia meminjamkan komputer selama waktu pengerjaan skripsi ini.
8. Sahabat-sahabatku: Henny, Rita, Denny, Heri yang banyak membantu dan memberi dukungan kepada penulis selama pengerjaan skripsi ini.
9. Teman-teman saya: Kasnawi, Irene, Yenni, Ningsih, Yennie yang tidak bosan menanyakan keadaan skripsi saya. Terima kasih juga kepada teman-teman yang tidak kusebutkan namanya.
10. Semua pihak yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Allah akan membalas segala bantuan, dukungan, dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis. Semoga karya tulis ini dapat berguna bagi kita semua.

Medan, 1 Mei 2005

Danny

## DAFTAR ISI

Halaman Pengesahan .....	i
Halaman Persembahan .....	ii
Halaman Motto .....	iii
Halaman Ucapan Terima Kasih .....	iv
Daftar Isi .....	vi
Daftar Tabel .....	viii
Daftar Lampiran .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	6
C. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Stres	
1. Pengertian Stres.....	8
2. Reaksi Psikologis dan fisiologis Terhadap Stres .....	10
3. Cara Mengatasi stres .....	14
4. Perbedaan Individu dalam Daya Tahan Terhadap stres.....	19
B. Kehilangan Pasangan Karena Kematian	
1. Pengertian Kehilangan Pasangan.....	22
2. Akibat Kehilangan Pasangan .....	23
3. Tingkatan dari Kesedihan Setelah Kehilangan Pasangan .....	26

C. Perbedaan Cara Mengatasi Stres dalam Menghadapi Kematian Pasangan Antara Pria dan Wanita .....	28
D. Hipotesis.....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	32
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	32
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	34
D. Metode Pengumpulan Data.....	35
E. Validitas dan Reliabilitas.....	37
F. Metode Analisis Data.....	40
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN</b>	
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	42
B. Pelaksanaan Penelitian .....	45
C. Validitas dan Reliabilitas Angket Cara Mengatasi Stres dalam Menghadapi Kematian Pasangan Antara Pria dan Wanita .....	46
D. Analisa Data dan Hasil Penelitian.....	48
E. Pembahasan .....	54
<b>BAB V. PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran.....	59
Daftar Pustaka.....	60

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Tingkatan Penyebab Stres.....	1
2. Strategi Coping yang Digunakan oleh Individu yang Optimis.....	20
3. Strategi Coping yang Digunakan oleh Individu yang Pesimis.....	20
4. Jumlah Janda dan Duda di Kelurahan Cendana.....	43
5. Distribusi Butir Angket Cara Mengatasi Stres dalam Menghadapi Kematian Pasangan.....	47
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	48
7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians.....	49
8. Rangkuman Hasil Perhitungan Analisa Varians Dua Jalur.....	50
9. Tabel Statistik Induk.....	51
10. Rangkuman Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>		<b>Halaman</b>
A.	Angket Cara Mengatasi Stres terhadap Kematian	
	Pasangan Hidup.....	63
B.	Tabel Data Mentah.....	68
C.	Hasil Analisa Validitas Alat Ukur.....	70
D.	Tabel Butir Sahih.....	76
E.	Hasil Uji Reliabilitas.....	79
F.	Uji Asumsi.....	82
	F. 1. Uji Normalitas Sebaran.....	83
	F. 2. Uji Homogenitas Variansi 2-Jalur.....	87
G.	Hasil Analisa Variansi 2-Jalur.....	96
H.	Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	101