

STRESSOR DAN COPING STRES IBU RUMAH TANGGA YANG TIDAK BEKERJA (STUDI DESKRIPTIF)

Sukma Ayu, Anita Zulkaida, SPsi, MSi

Skripsi, Fakultas Psikologi, 2009

Universitas Gunadarma

<http://www.gunadarma.ac.id>

kata kunci : stressor dan coping stres, ibu rt, tidak bekerja

Abstraksi :

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui stressor (sumber stres) dan coping stress pada ibu rumah tangga yang tidak bekerja. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang tidak bekerja berjumlah 50 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner terbuka, digunakan untuk mengukur stressor dan skala coping untuk mengukur coping stres. Untuk mengukur stressor terlebih dahulu dilakukan pengkategorian respon jawaban subjek yang sejenis, kemudian dikelompokkan berdasarkan stressor (sumber stres) menurut Sarafino (1998). Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang diperoleh, dapat ditarik kesimpulan bahwa stressor ibu rumah tangga yang tidak bekerja adalah masalah dengan suami, masalah dengan anak, masalah keuangan, anggaran rumah tangga yang semakin mahal, masalah terhadap diri sendiri, masalah dengan pekerjaan rumah tangga, masalah keluarga, campur tangan mertua dan BBM. Dari semua stressor tersebut jika dikelompokkan diketahui bahwa mayoritas stressor ibu rumah tangga yang tidak bekerja adalah dari keluarga, yang kedua dari diri individu, dan yang ketiga dari lingkungan atau masyarakat. Untuk mengukur coping stres dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan teknik Alpha Cronbach. Dari 52 item dimensi Problem Focused Coping (PFC), Emotion Focused Coping (EFC), dan Maladaptive Coping (MALC). Pada dimensi PFC dari 20 item yang diujicobakan terdapat 12 item yang valid dengan kisaran antara 0,301 sampai 0,605. Uji reliabilitas diperoleh sebesar 0,805. Pada dimensi EFC dari 20 item yang diujicobakan diperoleh 19 item valid dengan kisaran antara 0,321 sampai 0,682. Uji reliabilitas diperoleh sebesar 0,904. Sedangkan pada dimensi MALC dari 12 item yang diujicobakan diperoleh 10 item valid yang kisaran antara 0,355-0,632. Uji reliabilitas diperoleh sebesar 0,791. Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan means/skor rata-rata jumlah subjek yang diperoleh mean PFC adalah 2,830, mean EFC adalah 3,134 dan

yang terakhir mean MALC 1,973. Secara umum subjek penelitian menggunakan jenis Emotion Focused Coping (EFC). Setelah dilakukan Analisis Descriptive Statistics subjek penelitian memiliki strategi EFC yang cenderung tinggi dimana mean empiric sebesar 59,56, strategi PFC yang cenderung sedang dengan empiric sebesar 33,96 dan strategi MALC yang cenderung rendah dengan mean empiric sebesar 19,00. Adapun strategi coping yang digunakan ibu rumah tangga yang tidak bekerja untuk mengatasi stressor meliputi Problem Focused Coping (PFC) dengan cara Active Coping dan Suppression of Competing Activities. Untuk Emotion Focused Coping (EFC) dengan cara Positive Reinterpretation and Growth dan Turning to Religion. Yang terakhir untuk Maladaptive Coping (MALC) adalah Mental Disengagement. Kata Kunci : Stressor, Coping stres, Skripsi