

COPING STRESS PADA MAHASISWA BERKELUARGA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh :

RIZKI OKTAGUSANI

F 100 140 190

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2018

COPING STRESS PADA MAHASISWA BERKELUARGA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh :

RIZKI OKTAGUSANI

F100140190

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

COPING STRESS PADA MAHASISWA BERKELUARGA

Diajukan oleh :

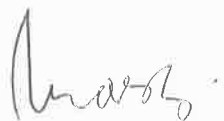
RIZKI OKTAGUSANI

F100140190

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Usmi Karyani, S.Psi, M.Si. Psikolog

Surakarta, 10 November 2018

COPING STRESS PADA MAHASISWA BERKELUARGA

Diajukan oleh :

RIZKI OKTAGUSANI

F.100140190

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal

10 November 2018

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Usmi Karyani, S.Psi, M.Si, Psikolog



Penguji Pedamping I

Dr. Daliman, SU



Penguji Pedamping II

Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psikolog



Surakarta, 10 November 2018



Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan,

(Susatyo Yuwono, S.Psi, M.Psi.,Psi)

NIK. 8380624067301

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizki Oktagusani
NIM : F100140190
Fakultas : PSIKOLOGI
Jurusan : Psikologi
Judul : *Coping Stress* pada Mahasiswa Berkeluarga
Pembimbing Skripsi : Usmi Karyani, S.Psi, M.Si.

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini merupakan hasil karya saya pribadi dengan benar adanya. Karya ini dilakukan sebaik-baiknya tanpa melakukan plagiat ataupun meminta bantuan jasa pembuatan skripsi dari pihak lain. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya pendapat yang pernah dituliskan atau diterbitkan oleh pihak lain kecuali secara tertulis digunakan sebagai acuan penulisan naskah ini dan telah disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sadar dan dengan kesungguhan. Apabila di lain waktu ditemukan hal-hal bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya akan menerima konsekuensinya.

Yang menyatakan,

Surakarta, 10 November 2018


Rizki Oktagusani
F100140190

VISI MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI:

Menjadi Pusat Pendidikan Pencetak Sarjana Psikologi yang Kompeten dan Berkarakter Sesuai Risalah Islam dan Budaya Indonesia.

MISI:

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang menguasai dan terampil mengaplikasikan dasar-dasar psikologi serta memiliki integritas sebagai ilmuwan psikologi.
2. Mengembangkan pusat penelitian psikologi Islam dan Indegenous yang menjadi rujukan nasional dan Asia.
3. Mengembangkan pusat layanan psikologi bagi masyarakat

TUJUAN:

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang mandiri, jujur, kreatif dan bertanggung jawab dalam menerapkan dasar-dasar ilmu psikologi.
2. Meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian mahasiswa dan dosen tentang psikologi Islam dan Indigenous.
3. Meningkatkan peran aktif dosen dan mahasiswa dalam pelayanan psikologi bagi masyarakat.

MOTTO

Ilmu adalah cahaya yang ditempatkan Allah didalam hati seseorang. (imam Adz-Dzahabi)

Kebahagiaan itu bergantung pada dirimu sendiri

–Aristoteles–

Menikah itu bukan soal umur. Melainkan bagaimana menemukan orang yang tepat

–Sophia Bush–

Mintalah ridho kepada orang tua atas segala tindakan yang diambil, karena ridhonya orang tua merupakan ridhonya Allah SWT

-penulis-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Tri Agus Budi Prihanto dan Yuliani kedua orang tua yang telah melahirkan penulis dengan curahan kasih sayang yang luar biasa, dukungan yang luar biasa serta do'a yang selalu dipanjatkan.
2. Rizka Yuanita dan Resti Agni Putri selaku saudara dari penulis yang selalu memberikan semangat.
3. Seluruh keluarga besar penulis yang telah yang telah memberikan semangat dan doanya kepada penulis agar selalu kuat dalam berjuang menyelesaikan karya ini.
4. Almamater tercinta, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah menjadi tempat menimba ilmu. Semoga semakin maju dan jaya.

KATA PENGANTAR



Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, kekuatan, kesabaran, dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari dalam menyelesaikan skripsi ini telah mendapat bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Maka dengan segala kerendahan hati dan penghargaan yang tulus, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, karena berkat izin dan restu-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
2. Bpk Susatyo Yuwono, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Santi Sulandari, M.Ger selaku pembimbing akademik yang telah membimbing akademik sejak awal perkuliahan
4. Ibu Usmi Karyani, S.Psi, M.Si, Psi, pembimbing utama, penulis ucapkan terima kasih atas bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani studi hingga mampu menyelesaikan skripsi
5. Dr. Daliman, SU selaku dewan penguji I dalam sidang skripsi saya, penulis mengucapkan terimakasih atas saran dan masukan yang telah di berikan kepada penulis.

6. Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psikolog selaku dewan penguji II dalam sidang skripsi saya, penulis mengucapkan terimakasih atas saran dan masukan yang telah di berikan kepada penulis.
7. Bapak-bapak dan ibu-ibu Dosen dan Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu, serta staff Tata Usaha yang membantu kelancaran penulis dalam menyelesaikan skripsi.
8. Ibu Dra. Juliani Prasetyaningrum, M.si Psikolog selaku kepala Laboratorium Fakultas Psikologi UMS yang telah dengan sabar membimbing dan mengajarkan arti kesabaran, keikhlasan dan kerja keras kepada penulis selama penulis menjadi asisten Laboraturium Psikologi UMS.
9. Kepada informan-informan penulis Y,P,T,H dan V yang baik hati dan sudah meluangkan waktunya untuk penulis.
10. Kepada bapak dan ibu, rizka dan resta yang selalu memberikan dukungan, semangat yang sangat besar, selalu mendo'akan setiap saat, semoga Allah SWT memberikan penulis kesempatan untuk membalas kebaikan bapak ibu dan adik-adik yang telah di berikan selama ini.
11. Untuk Yasinta, Tila, Ghaida dan Danu yang selalu setia menemani dari awal kuliah tahun 2014 sampai sekarang, terimakasih sudah selalu ada dalam keadaan apapun terimakasih sudah selalu *support* satu sama lain sudah membantu dalam kuliah semoga Allah SWT selalu melindungi kalian dimanapun kalian berada *jazakumullah khoiron katsir*.

12. Untuk Linggar, Caesar dan Jenita yang udah setia menjadi sahabat saya sejak kelas 3 SMA sampai sekarang terimakasih atas dukungannya satu sama lain semoga ukhuwah kita selalu terjaga untuk seterusnya.
13. Untuk keluarga kecilku asisten laboratorium ASLAB (Mbak Ariesta, Mbak Azizah, Luluk, umi, nanda, putri, ghaida, jasmira, ajeng, uty, hafida dan niken) terimakasih teman-teman sudah saling membantu selama satu tahun, terimakasih atas pengalaman berharga selama 1 tahun, terimakasih telah saling *support* ketika *down*, ketika kita sama-sama melalui masa genting itu dan kita bisa sukses , *jazakumullah khoiron katsiron* yaa :')
14. Untuk Danu yang selalu ada saat saya membutuhkan, terimakasih sudah mau mendengarkan keluh kesah saya, terimakasih sudah memerikan saya semangat ketika kuliah dan untuk menyelesaikan skripsi saya.
15. Untuk teman-teman kelas E Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta terimakasih atas kekeluargaanya sudah selalu mendukung satu sama lain.
16. Untuk rekan-rekan di Fakultas Psikologi UMS angkatan 2014 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas dukungan dan doanya. Hanya ucapan terimakasih yang penulis bisa haturkan, semoga amal kebaikan yang telah diberikan mendapat balasan yang melimpah dari Allah SWT dan harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semuanya. Aamiin.

Surakarta, November 2018

Rizki Oktagusani
F1001401

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i.
HALAMAN DEPAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
VISI MISI DAN TUJUAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. <i>Stress</i>	10
1. Pengertian <i>stress</i>	10
2. Aspek <i>stress</i>	11
3. Fakor-faktor yang mempengaruhi <i>stress</i>	13
B. <i>Coping stress</i>	17
1. Pengertian <i>coping stress</i>	17
2. Bentuk-bentuk <i>coping stress</i>	19
3. Aspek <i>coping stress</i>	21
4. Faktor-faktor <i>coping stress</i>	24

C.	Mahasiswa Berkeluarga	26
D.	<i>Coping stress</i> pada Mahasiwa Berkeluarga.....	28
E.	Pertanyaan Penelitian	29
BAB III	METODE PENELITIAN.....	30
A.	Fokus Penelitian	30
B.	Definisi Operasional Gejala Penelitian	30
C.	Informan Penelitian	31
D.	Metode Pengumpulan Data	31
E.	Validitas.....	34
F.	Metode Analisis Data	34
BAB IV	PEMBAHASAN.....	37
A.	Persiapan Penelitian	37
1.	Orientasi lapangan	37
2.	Persiapan administrasi	38
B.	Pengumpulan Data	40
1.	Penentuan informan penelitian	40
2.	Pelaksanaan pengumpulan data	40
C.	Hasil Penelitian.....	43
D.	Pembahasan	68
E.	Kelemahan.....	71
BAB V	PENUTUP.....	72
A.	Kesimpulan.....	72
B.	Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Pedoman Wawancara	33
Tabel 2. Panduan Kuesioner Terbuka	33
Tabel 3. Pelaksanaan Wawancara	43
Tabel 4. Tabel data informan	43
Tabel 5. Faktor penyebab stress	55
Tabel 6. Aspek stress.....	61
Tabel 7. Coping stress	66
Tabel 8 Dinamika Coping Stress Mahasiswa yang Sudah Menikah	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Verbatim	78
Lampiran 2. Matriks.....	187
Lampiran 3. Kuisisioner Terbuka	189
Lampiran 4. Informed Consent	204

COPING STRESS PADA MAHASISWA BERKELUARGA

ABSTRAK

Rizki Oktagusani

rizkioktagusani@gmail.com

Usmi Karyani

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Coping stress merupakan kemampuan individu dalam mengatasi *stress* yang timbul di kehidupan sehari-hari untuk mempertahankan keadaan dirinya agar tetap memiliki pikiran dan tubuh yang sehat walaupun sedang memiliki masalah. *Coping stress* yang dilakukan oleh individu berupa penyelesaian masalah secara langsung atau mekanisme pertahanan diri yang digunakan untuk melindungi dari *stress*. *Coping stress* dibagi menjadi dua yaitu mekanisme *coping* adaptif dan mekanisme *coping* maladaptif. Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui faktor penyebab *stress* pada mahasiswa yang sudah berkeluarga dan *coping stress* yang digunakan dalam mengatasi masalah. Metode penelitian yang digunakan yaitu Kualitatif Naratif yang datanya dikumpulkan melalui wawancara dan pengisian kuesioner terbuka kepada 5 informan, informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa yang sudah menikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab *stress* pada mahasiswa berkeluarga ialah tuntutan akademik, perbedaan pendapat, faktor lingkungan, faktor ekonomi, perilaku negatif pasangan perijodohan, sulit membagi waktu, hubungan jarak jauh dengan pasangan. *Coping stress* yang dilakukan ada dua bentuk yaitu *Problem focused coping* dan *Emotion focused coping*.

Kata kunci : *coping stress*, mahasiswa berkeluarga

COPING STRESS IN FAMILY STUDENTS

ABSTRACT

Rizki Oktagusani

rizkioktagusani@gmail.com

Usmi Karyani

Faculty of Psychology

Muhammadiyah Surakarta university

Coping stress is an individual's ability to deal with *stress* arising in daily life to maintain his condition so that he still has a healthy mind and body even though he has a problem. *Coping stress* is carried out by individuals in the form of direct problem solving or self defense mechanisms used to protect from *stress*. *Stress coping* is divided into two: adaptive *coping* mechanisms and maladaptive *coping* mechanisms. The purpose of this study is to find out the causes of *stress* for students who are already married and *stress coping* used in solving problems. The research method used was Qualitative Narrative whose data was collected through interviews and filling out open questionnaires to 5 informants, informants selected using *purposive sampling technique* with the criteria of students who were married. The results of the study show that the factors causing *stress* in students with families is academic direction, differences of opinion, environmental factors, economic factors, negative behavior matchmaking couples, difficult to divide time, long distance relationships with partners. *Stress coping* is done in two forms, namely *Problem focused coping* and *Emotion focused coping*.

Keywords: *stress coping*, family students