

ABSTRAK

Universitas Airlangga Fakultas Psikologi
 Program Magister Profesi Psikologi
 Mayoring Psikologi Klinis

Nama : Vita Ariyanti Kusumaningrum

Nim : 111041022

Judul : Penerapan Coping Skill Program untuk Menurunkan Stres Pengasuhan pada Wanita Single Parent

Single parent merupakan orang tua yang berperan ganda dalam membesarkan anak-anaknya. Ada beberapa hal yang menyebabkan seseorang menjadi *single parent*, salah satunya adalah perceraian. Menjadi *single parent* merupakan keadaan yang cukup berat, hal ini karena umumnya individu menjadi wanita *single parent* terlebih dahulu melewati masa-masa yang penuh stres, ketakutan dan rasa bersalah dari kejadian-kejadian traumatis yang dialaminya, baru kemudian menyesuaikan diri dengan kehidupan yang baru serta tanggung jawab yang lebih besar terhadap keluarganya. Perasaan semacam inilah yang bisa menghambat wanita *single parent* dalam menjalankan fungsinya khususnya dalam hal pengasuhan (*parenting*) dan akan memacu timbulnya stres pengasuhan. Stres pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi antara orang tua dan anak. Secara emosional, perempuan lebih mudah berkecil hati, bingung dan cemas ketika menghadapi permasalahan. Mereka membutuhkan keterampilan menghadapi permasalahan atau yang dalam istilah psikologis keterampilan ini disebut dengan *coping*, sehingga dilakukanlah *coping skill program* yang meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

Tipe penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan desain penelitian *non-randomized pretest-postes control group design* yang merupakan desain eksperimen yang dilakukan dengan pretest sebelum perlakuan diberikan dan pascates sesudahnya, sekaligus ada kelompok perlakuan dan kontrol. Populasi penelitian ini adalah wanita *single parent* karena perceraian, dan sampelnya diambil berdasarkan *puposive sampling* yakni 8 orang wanita *single parent* berusia dewasa awal, telah bercerai 0-2 tahun dan memiliki anak berusia 0-12 tahun. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Parenting Stress Index yang digunakan untuk mengukur tingkat parenting stress kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai pretest dan posttest. Alat pengumpulan data yang lain sebagai pelengkap dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi selama proses pelatihan, dan lembar evaluasi. Validitas alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah validitas isi menggunakan *rater judgement professional*. Analisis hasil penelitian memakai analisis kuantitatif non parametrik Mann-Whitney. Hasil analisis data didapatkan bahwa terdapat perbedaan penurunan stress antara kelompok wanita *single parent* yang mendapatkan *coping skill program* dan kelompok wanita *single parent* yang tidak mendapatkan *coping skill program*. Saran bagi penelitian selanjutnya menggunakan proses *follow up* yang mendalam melalui proses wawancara dan observasi kepada subjek penelitian dengan cara berkelanjutan setelah proses *coping skill program* untuk mengetahui sejauh mana pengaruh penerapan *coping skill program* untuk tiap wanita *single parent* yang menjadi subjek penelitian.

Kata Kunci : Single Parent, Stres Pengasuhan, Coping Skill Program
 Daftar Pustaka, 36 (1982 – 2011)

ABSTRACT

Universitas Airlangga Fakultas Psikologi
 Program Magister Profesi Psikologi
 Mayoring Psikologi Klinis

Nama : Vita Ariyanti Kusumaningrum
 Nim : 111041022
 Title : The Application of Coping Skills Program to Decrease Parenting Stress in
 Female Single Parents.

Single parents are the parents with dual roles in raising their children. There are several things that cause people to become single parents, one of which is divorce. Being a single parent is a tough situation because most individuals who become female single parents have previously got through stressful, fearful, and guilty periods of the traumatic incidents that happened to them, until finally they are able to adjust to a new life and have more responsibilities to their family. Feelings of this kind can prevent female single parents in carrying out their functions, especially in terms of parenting, and will spur the emergence of parenting stress. Parenting stress is described as the anxiety and tension that go beyond borders and specifically relate to the role of parents and the interaction between parents and children. Emotionally, women are more easily discouraged, confused, and anxious when facing problems. They need skills in dealing with problems or in psychological term this is called the coping skills. The coping skills programs include the ability to find information, analyze situations, identify problems in order to generate alternative actions, and then consider these alternatives related to the results to be achieved, and ultimately implement a plan to conduct an appropriate action.

The type of this study is Quasi Experiment with non-randomized pretest-posttest control group design, which is an experiment design conducted with pretest before the treatment and posttest after the treatment, while at the same time there are also treatment and control groups. The population of the study were female single parents caused by divorce, and the samples were taken in accordance with the purposive sampling, those are 8 women single parent of early adulthood, having been divorced for 0-2 years, and having 0-12 years old children. The technique of data collection of this study used the Parenting Stress Index to measure levels of parenting stress of the experimental group and control group with pretest and posttest value. Other complementary data collection tools in this research are interviews, observations during the training process, and evaluation sheets. The validity of the data collection tool in this study is the validity of the content using professional judgment rater. The analysis of the research results used non-parametric quantitative analysis of Mann-Whitney. From the results of the data analysis, it was found that there are differences in decreasing the stress between the group of female single parents who got the coping skills program and the group of female single parents who did not get the coping skills program. It is suggested for future studies to use in-depth follow-up process through interviews and observations to the research subjects continuously after the coping skill program to determine the extent of the influence of the application of coping skills program for every female single parent who become the research subjects.

Keywords : Single Parent, Parenting Stress, Coping Skill Program

References, 36 (1982 – 2011)