

**GAMBARAN *COPING STRESS* PADA PENGASUH  
ANAK DI PANTI ASUHAN “X” SURABAYA**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh:**

**AJENG NURIA KUSUMA**

**NIM. 110610181**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA**

**2012**

**GAMBARAN *COPING STRESS* PADA PENGASUH  
ANAK DI PANTI ASUHAN “X” SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Airlangga Surabaya

Disusun oleh:

Ajeng Nuria Kusuma

NIM. 110610181

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS AIRLANGGA  
SURABAYA

2012

## **HALAMAN PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka saya rela gelar kesarjanaan saya dicabut.

Surabaya, 15 Februari 2012

Ajeng Nuria Kusuma

NIM. 110610181

## **HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi ini telah disetujui oleh  
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

Nur Ainy Fardhana N, S. Psi., M. Si

NIP. 197202271998022001

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan dewan penguji pada hari Rabu, tanggal 15 Februari 2012 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua,

Fitri Andriani, S. Psi. M. Si.

NIP. 197111191998022001

Sekretaris,

Anggota,

Iwan Wahyu Widayat, S. Psi, M. Psi

NIP. 1976504162008011009

Nur Ainy Fardhana N, S.Psi., M. Si

NIP. 197202271998022001

## HALAMAN MOTTO

**“Jangan pernah menyerah jika kamu masih ingin mencoba. Jangan biarkan penyesalan datang karna kamu selangkah lagi tuk menang”**



## KEHIDUPAN ANAK-ANAK

Mereka tidak butuh dikasihani, Mereka tidak butuh harapan-harapan kalian.

Bantulah Mereka membuat pilihan-pilihan baru dalam hidup Mereka.

Mereka hanya butuh sedikit perhatian dan kasih sayang.

Agar Mereka dapat merubah hidup Mereka.

Mereka juga anak Bangsa ini.

Mereka juga adik-adik kita.

Walau Mereka tidak seberuntung kita.

Tapi marilah kita buat Mereka tersenyum.

Dan memberikan sedikit arti kehidupan kepada Mereka.

Terkadang terlalu banyak alasan kita untuk menutup mata, kuping dan hati kita.

**Anonim**

“Anak-anak itu mirip adonan semen basah. Apapun yang jatuh ke atasnya, meninggalkan bekas, yang kalau tidak segera dihaluskan kembali, bekas tersebut akan mengeras selamanya.”

**Haim Ginott**

Jika anak hidup dengan kritikan, Ia akan belajar untuk mengutuk.

Jika anak hidup dengan kekerasan, Ia akan belajar untuk melawan.

Jika anak hidup dengan ejekan, Ia akan belajar untuk menjadi pemalu.

Jika anak hidup dengan dipermalukan, Ia akan belajar merasa bersalah.

Jika anak hidup dengan toleransi, Ia akan belajar bersabar.

Jika anak hidup dengan dorongan. Ia akan belajar percaya diri.

Jika anak hidup dengan pujian, Ia akan belajar untuk menghargai.

Jika anak hidup dengan tindakan yang jujur, Ia akan belajar tentang keadilan.

Jika anak hidup dengan rasa aman, Ia akan belajar untuk mempercayai.

Jika anak hidup dengan persetujuan, Ia akan belajar untuk menghargai dirinya.

Jika anak hidup dengan penerimaan dan persahabatan, Ia akan belajar untuk menemukan cinta di muka bumi ini.

Dorothy Law Nolte  
*Children Learn What They Live*



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Perkenankan Ajeng untuk Mempersembahkan Sedikit Coretan Tinta  
kepada...:

ALLAH MAHHA BESAR  
PEMBERI CINTA DAN AMPUNAN DI DUNIA KEPADA  
MAKHLUK-NYA

MAMA, BAPAK, dan ADIKKU  
Keluarga Terindah yang ananda Ajeng Miliki...

Bintang-bintang Kecil di Panti Asuhan  
yang Lemah namun Tetap Berjuang  
Menunjukkan Sinarnya  
Tetaplah Bersinar Menatap Masa Depan  
Bintang-bintangku...

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr, Wb..

Alhamdulillah robbil ‘alamin, Maha Besar Allah, segala puji hanya untuk-Nya yang selalu memberikan limpahan rahmat, petunjuk, kekuatan, dan keajaiban-Nya, hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam selalu tercurah pada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW.

Penulis menyadari bahwa terselesaikannya pengerjaan skripsi ini bukan hanya usaha tunggal dari penulis, melainkan juga atas bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, ijin penulis untuk menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Seger Handoyo, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. Sosok pemimpin yang selalu tenang dan ramah.
2. Primatia Yogi W, S.Psi, M.Si, selaku dosen wali penulis sejak dari awal masuk kuliah hingga pada saat ini. Walaupun sempat ditinggal beberapa waktu, tapi beliau selalu mengikuti perkembangan IP anak didiknya. Terima kasih atas segala dorongan, motivasi, dan curhatnya selama penulis mengerjakan skripsi.
3. Nur Ainy Fardhana, S.Psi, M.Psi, selaku dosen pembimbing skripsi, terima kasih yang sebesar-besarnya atas ilmu, dorongan, diskusi, kesabaran yang luar biasa, dan keleluasaan waktu yang diberikan kepada penulis, hingga akhirnya penulis mampu menyelesaikan semuanya ini. Semoga Allah selalu memberkahi, Amin..

4. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang telah banyak memberikan kelapangan ilmu, wawasan, dan pengalaman, kepada penulis hingga penulis menjadi seperti sekarang ini. Mudah-mudahan semuanya bermanfaat untuk masa depan selanjutnya, Amin..
5. Seluruh staf karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang sudah baik hati dan bersabar membantu penulis dalam melakukan kepentingan akademis.
6. Para subjek dan *Responden* penelitian yang terlibat dalam penelitian ini. Terima kasih atas segala waktu, curahan pengalaman, dan pelajaran hidup, yang telah diajarkan kepada penulis sehingga tetap kuat dan sabar untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Para pihak Badan Koordinasi Panti Asuhan Islam Surabaya dan seluruh staf yang bekerja di kantor Panti Asuhan "X", terima kasih atas keluahan waktunya membantu penulis mencari subjek di tengah repotnya pekerjaan dan membantu memfasilitasi peneliti dengan subjek.
8. Mamaku Pulandjari dan bapakku Wisnu Pudjiatmoko, orang tuaku tersayang. Terima kasih atas segalanya...Terima kasih atas pengalaman hidup untuk ananda tersayang...Terima kasih atas motivasi yang diberikan buat ananda hingga jadi seperti sekarang ini...Terima kasih atas segala doa...mudah-mudahan doa dan semangat dari mama dan papa menjadikan ananda semakin dewasa, Amiin..
9. Adekku Brian Rahardy, tercuek tapi tetap kakak sayangi. Terima kasih atas doa dan bantuan yang diberikan kepada kakak selama ini. Maafkan kesalahan

yang pernah kakak perbuat. Mudah-mudahan adek selalu diberi kesehatan dan kesuksesan, Amiin..

10. Abang Fadli. Terima kasihku pada-Nya yang telah mempertemukan kita dalam sebingkai cerita penuh makna. Terima kasih ya, Abang Fadli, buat dukungan yang tiada henti untuk Ajeng selama ini, memberikan ilham untuk selalu menjadi yang terbaik, memberikan kesejukan di tengah-tengah kejenuhan mengerjakan skripsi, dan belajar tentang kesederhanaan hidup. Terima kasih atas kebersamaan indah yang hanya sekejap namun penuh kenangan.
11. Sahabat sekaligus kakak-kakakku, teman satu angkatan Fakultas Psikologi Unair 2006 yang mampu membuat aku selalu merasa bahagia dan semangat: Mbak Happy, Astri, Putri, Titi, Denia, Iin, Nafi'ah, Mitha, Puan, Prima dan semuanya. Terima kasih karena sudah menjadikan aku bagian dari persahabatan yang kita jalin selama ini, aku selalu kangen akan kehadiran kalian...semoga kita bisa bertemu kembali kelak dalam keadaan sehat dan sukses, Amiin...
12. Almarhum Alam Suryanandra dan Almarhumah Binar Indah Wahyuni Psikologi 2006, teman yang selalu memberi secuil senyum dan keramahan. Kalian telah mengakhiri perjuangan hidup dengan indah. Selamat jalan, kawan...Allah pasti membalas kebaikan dan ketulusan kalian, dan tempat terindah-Nya untukmu..kawan. Amiin..

13. Keluarga Besar dari Bude Ratna, Bude Suti, Mbak Ati, Ibu Bahrodji, Ibu Harsi, dan Ibu Kuntadi yang telah perhatian dan selalu memberi semangat ananda Ajeng untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
14. Teman, saudara, rekan, kenalan, serta semua pihak yang tidak mungkin penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih semuanya....Allah akan membalas seluruh kebaikan kalian.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini adalah jauh dari sempurna. Kritik, saran, dan dukungan selalu menjadi hal yang ditunggu untuk masa depan yang jauh lebih baik lagi. Semoga karya sederhana ini dapat membawa manfaat untuk kita semua. Terima kasih.

Wassalamualaikum, Wr. Wb

Surabaya, 15 Februari 2012

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	v
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	vi
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xx
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xxi
<b>ABSTRAKSI</b> .....	xxii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
I.1. Latar Belakang Masalah.....	1
I.2. Fokus Penelitian.....	9
I.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	10
I.4. Tujuan Penelitian.....	11
I.5. Manfaat Penelitian.....	11

## **BAB II. PERSPEKTIF TEORETIS**

II.1. Kajian Pustaka.....	14
II.1.1. Pengertian Stres.....	14
II.1.2. Gejala dan Akibat Stres.....	17
II.1.3. Respon terhadap Stres.....	18
a. Aspek Biologis terhadap Stres.....	18
b. Aspek Psikologis Terhadap Stres.....	19
II.2.1. Pengertian Coping Stres.....	22
II.2.2. Strategi Coping Stres.....	23
II.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Coping Stres.....	25
II.2.4. Komponen Coping Stres.....	26
II.3.1. Panti Asuhan.....	28
II.3.1.1. Definisi Panti Asuhan.....	28
II.3.1.2. Tujuan panti Asuhan.....	29
II.3.1.3. Fungsi Panti Asuhan.....	30
II.3.1.4. Sasaran Pelayanan Panti Asuhan.....	33
II.3.1.5. Pengasuh (Tenaga Asuh) Panti Asuhan.....	33
II.3.1.6. Peran Pengasuh Panti Asuhan.....	34
II.3.1.7. Syarat-syarat menjadi Pengasuh.....	35
II.3.1.8. Stres pada Pengasuh Panti Asuhan.....	35
II.4.1. Masa Dewasa Awal.....	37
II.4.1.1. Definisi Masa Dewasa Awal.....	37
II.4.1.2. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal.....	38

II.2. Perspektif Teoritis.....	41
--------------------------------	----

### **BAB. III. METODE PENELITIAN**

III.1. Tipe Penelitian.....	44
III.2. Unit Analisis.....	45
III.3. Subjek Penelitian.....	47
III.4. Teknik Penggalan Data.....	49
III.4.1. Wawancara.....	50
III.4.2. Catatan Lapangan.....	53
III.5. Teknik Pengorganisasian dan Analisis Data.....	54
III.6. Teknik Pematapan Kredibilitas Penelitian.....	56

### **BAB. IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

IV.1. Pelaksanaan Penelitian.....	58
a. Tahap Pra Penggalan Data.....	58
b. Tahap Penggalan Data.....	60
c. Tahap Pasca Penggalan Data.....	63
IV.2. Hasil Penelitian.....	64
IV.2.1. Deskripsi Penemuan Subjek I.....	64
a. Identitas Diri Subjek I.....	64
b. Identitas Diri <i>Responden</i> Subjek I.....	65
IV.2.2. Deskripsi Penemuan Subjek II.....	66
a. Identitas Diri Subjek II.....	66



b. Identitas Diri <i>Responden</i> Subjek II.....	66
IV.3. Faktor yang Menyebabkan Stres pada Pengasuh di Panti Asuhan “X”.....	68
IV.3.1. Faktor Internal	
(Stres yang Bersumber dari Dalam Diri Pengasuh).....	68
a. Kecemasan.....	68
b. Gangguan Kesehatan.....	70
c. Mudah Marah/Jengkel.....	70
IV.3.4. Faktor Eksternal	
(Stres yang Bersumber dari Luar Diri Pengasuh).....	72
a. Beban Tanggung Jawab sebagai Pengasuh di Panti Asuhan.....	72
b. Tuntutan Pekerjaan Subjek sebagai Pengasuh di Panti Asuhan.....	74
c. Fasilitas di Panti Asuhan yang Kurang Standar.....	76
d. Terbebani dengan Penghasilan yang Terbatas.....	77
e. Kewalahan.....	78
f. Kelelahan/Keletihan karena Beban Tanggung Jawab sebagai Pengasuh di Panti Asuhan.....	80
g. Kurangnya Waktu untuk Bersosialisasi/Berkumpul dengan Teman, Tetangga, dan Keluarga.....	83
IV.4. Coping Stres Kedua Subjek.....	84

IV.4.1. <i>Problem-Focused Coping</i> (Coping yang Berorientasi pada Masalah).....	84
a. <i>Planful Problem-Solving</i> (Menyelesaikan Masalah).....	84
b. <i>Seeking Social Support</i> (Mencari Dukungan Sosial).....	88
IV.4.2. <i>Emotion-Focused Coping</i> (Coping yang Berorientasi pada Emosi).....	89
a. <i>Distancing</i> (Menjauhkan Diri dari Masalah).....	89
b. <i>Self Control</i> (Kontrol Diri) .....	90
c. <i>Accepting Responsibility</i> (Menerima Tanggung Jawab)...	91
d. <i>Positive Reappraisal</i> (Menggali Suatu Makna).....	92
IV.5. Hasil Analisa Data Kedua Subjek.....	94
IV.7. Pembahasan.....	127
<b>BAB. V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
V.1. Kesimpulan.....	135
V.2. Saran.....	137
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	140

## **DAFTAR TABEL**

Tabel. 1. Jadwal Pelaksanaan Wawancara dan Catatan Lapangan.....	62
Tabel. 2. Analisis Data Wawancara Subjek I.....	94
Tabel. 3. Analisis Data Wawancara Subjek II.....	110
Tabel. 3. Analisa Data Catatan Lapangan Subjek I.....	158
Tabel. 4. Analisa Data Catatan Lapangan Subjek II.....	178

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	13
------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Kesediaan Subjek Penelitian .....	192
2. Surat Kesediaan Responden.....	194
3. Verbatim Wawancara Subjek Penelitian I Yang Ke-1.....	199
4. Verbatim Wawancara Subjek Penelitian I Yang Ke-2.....	225
5. Verbatim Wawancara Subjek Penelitian I Yang Ke-3.....	243
6. Verbatim Wawancara Subjek Penelitian II Yang Ke-1.....	284
7. Verbatim Wawancara Subjek Penelitian II Yang Ke-2.....	321
8. Verbatim Wawancara Responden Subjek Penelitian I Yang Ke-1.....	257
9. Verbatim Wawancara Responden Subjek Penelitian I Yang Ke-2.....	275
10. Verbatim Wawancara Responden Subjek Penelitian II Yang Ke-1.....	346
11. Verbatim Wawancara Responden Subjek Penelitian II Yang Ke-2.....	357
12. Verbatim Wawancara Responden Subjek Penelitian II Yang Ke-3.....	366
13. Catatan Lapangan ( <i>Fields Note</i> ) Subjek Penelitian I.....	145
14. Catatan Lapangan ( <i>Fields Note</i> ) Subjek Penelitian II.....	170