

ABSTRAKSI

**Ajeng Nuria Kusuma, 110610181, Gambaran *Coping Stress* pada Pengasuh Anak di Panti Asuhan “X” Surabaya, *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2012.
Xxx + 139 halaman, 14 lampiran**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran coping stres yang dilakukan pada pengasuh anak di Panti Asuhan “X”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Penelitian dilakukan pada pengasuh anak di Panti Asuhan “X” dengan jumlah subjek 2 orang, berusia 20-40 tahun, menetap/bertempat tinggal di Panti Asuhan, dan berlatar belakang pendidikan sarjana.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik dengan menggunakan 6 fase menurut (Clarke V & Braun V, 2006) yaitu: mengenal data, menghasilkan kode-kode awal, menentukan tema, mereview tema, menjelaskan dan menamakan tema, dan melaporkan. Seluruh proses pelaksanaan penelitian dilakukan di Kota Surabaya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua pengasuh anak di Panti Asuhan ”X” dalam penelitian ini mengalami stres yang digambarkan pada faktor penyebab stres yang bersumber dari faktor internal dan eksternal. Bentuk strategi coping stres yang digunakan kedua subjek sebagai pengasuh adalah *problem-focused coping* dengan menyelesaikan masalah (*planful problem-solving*), dan mencari dukungan sosial (*seeking social support*). Dan *emotion-focused coping* dengan menjauhkan diri dari masalah (*distancing*), kontrol diri (*self control*), menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), dan menggali suatu makna (*positive reappraisal*).

Kata kunci: coping, stres, pengasuh Panti Asuhan
Daftar Pustaka, 53 (1980-2011)

ABSTRACT

***Ajeng Nuria Kusuma, 110610181, The illustrations of Coping Stress toward Children Caretakers at Orphanage "X" Surabaya, Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology Airlangga University Surabaya, 2012
Xxx+ 139 pages, 14 attachments***

This research objective was to know the illustration of Coping Stress toward Children Caretakers at Orphanage "X". This research was a qualitative research which used case study methodology. The research was done toward Children Caretakers at Orphanage "X" of 2subject, between 20-40 years old, stayed at the Orphanage, and graduated from university.

The data analysis technique which was used in this research was thematic analysis. Data organizing process used 6 phase recommended by (Clarke V & Braun V, 2006). The 6 phase were familiarising yourself with you data, generating initial codes, searching for themes, reviewing themes, defining and naming themes, and producing the report. The whole research process was done in Surabaya.

The results showed that the both caretakers in the Orphanage "X" in this study described experiencing stress in the stress factor that comes from internal and external factors. Forms of stress coping strategies used by both the subject as a caretakers is problem-focused coping to resolve the problem (planful problem-solving), and seeking social support (seeking social support). And emotion-focused coping by distancing themselves from the problem (distancing), self-control (self control), accepting responsibility (accepting responsibility), and explore the meaning of (positive reappraisal).

Keywords: *coping, stress, children caretakers at Orphanage. References, 53 (1980-2011)*

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

*The illustrations of Coping Stress toward Children Caretakers at Orphanage
“X” Surabaya*

adjenk_greeniest29@yahoo.co.id

ABSTRACT

Ajeng Nuria Kusuma, 110610181, The illustrations of Coping Stress toward Children Caretakers at Orphanage “X” Surabaya, Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology Airlangga University Surabaya, 2012

Xxx+ 139 pages, 14 attachments

This research objective was to know the illustration of Coping Stress toward Children Caretakers at Orphanage “X”. This research was a qualitative research which used case study methodology. The research was done toward Children Caretakers at Orphanage “X” of 2subject, between 20-40 years old, stayed at the Orphanage, and graduated from university.

The data analysis technique which was used in this research was thematic analysis. Data organizing process used 6 phase recommended by (Clarke V & Braun V, 2006). The 6 phase were familiarising yourself with you data, generating initial codes, searching for themes, reviewing themes, defining and naming themes, and producing the report. The whole research process was done in Surabaya.

The results showed that the both caretakers in the Orphanage "X" in this study described experiencing stress in the stress factor that comes from internal and external factors. Forms of stress coping strategies used by both the subject as a caretakers is problem-focused coping to resolve the problem (planful problem-solving), and seeking social support (seeking social support). And emotion-focused coping by distancing themselves from the problem (distancing), self-control (self control), accepting responsibility (accepting responsibility), and explore the meaning of (positive reappraisal).

Keywords: *coping, stress, children caretakers at Orphanage.*

References, 53 (1980-2011)

ABSTRAKSI

Ajeng Nuria Kusuma, 110610181, Gambaran *Coping Stress* pada Pengasuh Anak di Panti Asuhan “X” Surabaya, *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2012.

Xxx + 139 halaman, 14 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran coping stres yang dilakukan pada pengasuh anak di Panti Asuhan “X”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Penelitian dilakukan pada pengasuh anak di Panti Asuhan “X” dengan jumlah subjek 2 orang, berusia 20-40 tahun, menetap/bertempat tinggal di Panti Asuhan, dan berlatar belakang pendidikan sarjana.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik dengan menggunakan 6 fase menurut (Clarke V & Braun V, 2006) yaitu: mengenal data, menghasilkan kode-kode awal, menentukan tema, mereview tema, menjelaskan dan menamakan tema, dan melaporkan. Seluruh proses pelaksanaan penelitian dilakukan di Kota Surabaya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua pengasuh anak di Panti Asuhan ”X” dalam penelitian ini mengalami stres yang digambarkan pada faktor penyebab stres yang bersumber dari faktor internal dan eksternal. Bentuk strategi coping stres yang digunakan kedua subjek sebagai pengasuh adalah *problem-focused coping* dengan menyelesaikan masalah (*planful problem-solving*), dan mencari dukungan sosial (*seeking social support*). Dan *emotion-focused coping* dengan menjauhkan diri dari masalah (*distancing*), kontrol diri (*self control*), menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), dan menggali suatu makna (*positive reappraisal*).

Kata kunci: coping, stres, pengasuh Panti Asuhan

Daftar Pustaka, 53 (1980-2011)

PENDAHULUAN

I. LATAR BELAKANG

Dalam konteks pengasuhan dan perlindungan anak, orangtua dan keluarga mempunyai peran sentral, karena anak sangat tergantung pada orang dewasa. Bagi anak yang memiliki orang tua, pengasuhan anak menjadi tanggung jawab orangtuanya, tetapi bagi anak yang dalam kondisi tertentu tidak memiliki orangtua, maka negara berkewajiban mencarikan keluarga alternatif melalui hukum adopsi atau lembaga asuh pengganti keluarga agar mereka dapat berkembang sebagaimana layaknya anak-anak yang hidup dalam keluarganya yang asli.

Pada tahun 2004, diperoleh data bahwa jumlah anak terlantar di Indonesia sekitar 3,3 juta anak. Selain itu tercatat 10,3 juta anak rawan terlantar atau 17,6% dari jumlah seluruh anak (58,7 juta) di Indonesia (Al-Jufri, 2005). Pada tahun 2008, sesuai data Departemen Sosial, jumlah anak terlantar di Indonesia pada 2008 mencapai 2.815.393 anak. Jumlah terbanyak di Jawa Timur sebanyak 347.297 anak (Agustiar, 2007). Sedangkan berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2009, tercatat sebanyak 7,4 juta anak berasal dari rumah tangga sangat miskin, termasuk diantaranya 1,2 juta anak balita terlantar, 3,2 juta anak terlantar (Shalahuddin, 2010). Belum lagi pada tahun 2011 yang belum terdeteksi serta ditambah pula jumlah anak terlantar yang merupakan kelompok yang rentan hidup di jalanan sekitar 185.621 jiwa (DINSOS JATIM, 2011).

Cukup banyak anak-anak yang mengalami keterlantaran karena ketidakmampuan orang tua untuk memenuhi kewajibannya, atau memang mereka melalaikan kewajiban, dan dapat juga dikarenakan orang tuanya meninggal sehingga tidak ada yang merawat. Penyebab keterlantaran inilah yang menyebabkan anak-anak di asuh di Panti Asuhan yang mana anak-anak tersebut berasal dari latar belakang ekonomi yang berbeda-beda yang nantinya akan membentuk lingkungan masyarakat yang baru. Panti Asuhan baik yang diselenggarakan oleh negara maupun yayasan dimaksudkan sebagai tempat bernaung bagi anak-anak terlantar dalam pertumbuhan dan perkembangannya yang mengalami berbagai macam gangguan sosial, baik bersifat intrinsik yaitu

berasal dari anak itu sendiri maupun ekstrinsik yaitu karena pengaruh lingkungan luar dari anak, seperti orang tua tunggal, perpecahan dalam keluarga, kemiskinan dan lain sebagainya sehingga anak menjadi terlantar (Pusat Penelitian Kependudukan, LPPM UNS dengan UNICEF, 2009).

Panti sosial asuhan anak harus menyadari bahwa tidak hanya sekedar menampung dan mendidik anak, melainkan harus benar-benar terencana dan terarah untuk membentuk anak menjadi kader sumber daya manusia yang tangguh dalam arti memiliki sikap mandiri, berdedikasi, berakhlak tinggi, penuh rasa tanggung jawab dan memiliki kemampuan yang dapat menopang hidupnya kelak (Kuntari, 2000).

Menurut ketua tim peneliti (Tata Sudrajat, 2008), hasil penelitian yang dilakukan di 37 Panti Asuhan yang ada di Nanggroe Aceh Darussalam, Jawa Tengah, Maluku, Nusa Tenggara Barat, Sulawesi Utara, dan Kalimantan Barat itu juga menunjukkan bahwa mayoritas anak-anak Panti Asuhan tidak kehilangan orang tua dan ditelantarkan oleh keluarganya. Berikut ini merupakan hasil dari penelitian tersebut:

- a. Pengasuhan, menurut penelitian tersebut, belum dipandang sebagai tujuan penempatan sehingga keberadaan pengasuh profesional dengan jumlah memadai tidak diprioritaskan.
- b. Hampir semua Panti Asuhan yang diteliti mempunyai rasio staf yang kurang memadai dimana mayoritas Panti Asuhan mempunyai rasio kurang dari satu staf banding 10 anak dan staf yang ditugaskan di Panti Asuhan kebanyakan ditempatkan di berbagai posisi pada saat yang sama dan hanya sedikit yang ditugaskan untuk benar-benar bekerja dengan anak.
- c. Keterampilan dan kualifikasi yang ditetapkan dalam perekrutan staf Panti pun jarang yang berhubungan dengan pengasuhan anak dan lebih banyak difokuskan pada kualifikasi kemampuan pengajaran (Harian Merdeka, 2008).

Tidak jarang pengasuh terkadang mengalami salah satu kesulitan dalam memahami anak-anak. Spontanitas perilaku mereka yang tidak terduga terkadang membuat pengasuh Panti Asuhan mengalami kesulitan untuk menangani mereka (Tower, 1989). Salah satu kesulitan yang dialami oleh pengasuh dapat

menimbulkan kondisi stres, belum lagi jika kondisi stres yang dialami pengasuh berasal dari luar lingkup Panti Asuhan. Stres yang dialami seorang pengasuh akan menimbulkan gangguan psikologis pada anak yang merupakan indikator dari derajat penyimpangan perilaku anak (Bachanas, Kullgren, Suzman Schwartz, McDaniel, Smith, & Nesheim, 2001 dalam Satiadarma, 2006).

Munculnya berbagai permasalahan yang apabila pengasuh tidak dapat mengatasi masalahnya dengan baik, maka dapat menimbulkan kondisi stres yang berdampak pada perilaku kekerasan, pelecehan, dan penganiayaan. Seperti pada beberapa fenomena nyata yang dilakukan oleh pengasuh Panti Asuhan yaitu: penganiayaan yang dilakukan oleh seorang pengasuh Panti Asuhan kepada anak asuhnya hingga tewas hanya dikarenakan mencuri biskuit teman di sekelas (Indraswati, 2001); seorang pengasuh yang melakukan pencabulan kepada anak asuhnya (GM, 2010., & Hadi, 2009); pengasuh yang melakukan kekerasan kepada anak asuhnya dengan cara menyiram anak asuhnya dengan kuah sop panas, lalu menyetriknya (Koesma, 2009); dan anak asuh yang tidak diurus oleh pengasuhnya di Panti Asuhan (Eka, 2010).

Jika stres tersebut tidak ditangani dengan baik berpotensi menimbulkan masalah serius bagi diri sendiri, perkembangan anak asuh, dan mempengaruhi kinerjanya sebagai pengasuh di Panti Asuhan. Belum lagi jika para pengasuh Panti Asuhan tersebut harus menjalankan tugas perkembangan kehidupan pribadi, yang telah kita ketahui bahwa pekerjaan sebagai pengasuh anak Yatim Piatu di Panti Asuhan lebih banyak dihabiskan untuk memberikan pelayanan dan mencurahkan perhatian kepada anak-anak Negara yang ditelantarkan, dianiaya, dan korban kemiskinan untuk dididik/diasuh di Panti Asuhan.

Oleh karena itu, coping stres dapat dilakukan melalui upaya untuk mengontrol, mengurangi atau mentoleransi tuntutan-tuntutan yang diciptakan oleh stres. Begitu juga dengan pengasuh di Panti Asuhan yang membutuhkan coping stres. Coping stres yang tepat akan membantu pengasuh Panti Asuhan dalam menjalankan peran pengasuhannya di Panti Asuhan sesuai dengan definisi dan fungsi dari Panti Asuhan, dan juga dapat memotivasi diri pengasuh untuk bekerja lebih semangat dan lebih baik dalam mengasuh anak-anak di Panti Asuhan. Dari

gambaran di atas penulis tertarik untuk mengetahui mengenai gambaran coping stres yang dimiliki oleh pengasuh anak di Panti Asuhan.

II. TINJAUAN MASALAH

A. Pengertian Stres

Hans Selye (dalam Santrock, 2003) mengatakan, stres adalah respons umum terhadap adanya tuntutan pada tubuh. Tuntutan tersebut adalah keharusan untuk menyesuaikan diri, dan karenanya keseimbangan tubuh terganggu. Stres diawali dengan reaksi waspada (*alarm reaction*) terhadap adanya ancaman yang ditandai oleh proses tubuh secara otomatis, seperti meningkatnya denyut jantung yang kemudian diikuti dengan reaksi penolakan terhadap *stressor* dan akan mencapai tahap kehabisan tenaga (*exhaustion*) jika individu tidak mampu untuk terus bertahan.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), stres adalah keadaan internal yang dapat diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh (kondisi penyakit, latihan, dan lain-lain) atau oleh kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai potensial membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk melakukan *coping*.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa stres adalah kesenjangan antara kebutuhan fisik atau psikologis dengan sumber-sumber biologis, psikologis, atau sistem sosial pada diri individu.

B. Pengertian *Coping* Stres

Menurut Lazarus dan Folkman (Taylor, 1991), *coping* adalah proses untuk mengelola tuntutan (baik eksternal maupun internal) yang diterima individu. *Coping* terdiri atas usaha, baik tindakan maupun intrapsikis untuk mengelola lingkungan dan tuntutan internal dan konflik diantara mereka.

Coping juga merupakan bentuk tingkah laku individu untuk melindungi diri dari tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh *problem* pengalaman sosial (Pearlin & Schooler, 1978) dalam Sarafino, 1994.

C. Strategi Coping Stres

Menurut (Lazarus & Folkman, 1984) terbagi menjadi dua jenis strategi, yaitu *problem-focused coping* (coping yang berorientasi pada masalah) dan *emotion-focused coping* (coping yang berorientasi pada emosi).

1. *Problem-focused coping* (coping yang berorientasi pada masalah)

Adalah usaha yang dilakukan individu dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stres secara langsung. Tujuan dari perilaku coping ini adalah untuk mengubah situasi atau keadaan yang menekan dengan mencari informasi mengenai situasi tersebut, menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah yang ada.

a. *Planful problem-solving*

Individu berusaha menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan kemudian mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah.

b. *Confrontative coping*

Individu mengambil tindakan asertif untuk berusaha mengubah keyakinan orang lain atau mengambil resiko untuk mengubah situasi.

c. *Seeking social support*

Individu berusaha mencari informasi dan mencari kenyamanan secara emosi dari orang lain.

2. *Emotion-focused coping* (coping yang berorientasi pada emosi)

Usaha-usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres yang dirasakan. Upaya ini dilakukan apabila individu merasa situasi atau sumber-sumber stres tidak dapat diubah. Respon emosional ini dapat diatur melalui pendekatan perilaku atau kognitif.

a. *Distancing*

Usaha kognitif untuk menjauhkan diri sendiri dari situasi atau menciptakan pandangan yang positif terhadap masalah yang dihadapi.

b. *Escape/Avoidance*

Menghindari masalah dengan cara berkhayal, beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

c. *Self Control*

Usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan ketika menghadapi situasi yang menekan.

d. *Accepting Responsibility*

Usaha untuk mengakui peran diri sendiri dalam masalah dengan berusaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dan memperbaikinya.

e. *Positive Reappraisal*

Usaha untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

D. Definisi Panti Asuhan

Menurut (Kuntari, 2000) mengenai Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) yaitu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak terlantar serta melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar serta melalui pelayanan pengganti/perwalian anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan sosial pada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi cita-cita bangsa dan sebagai insan yang turut serta aktif dalam pembangunan nasional.

E. Tujuan Panti Asuhan

Maksud dan Tujuan Panti Sosial Asuhan Anak (Kuntari, 2000):

1. Tersedianya pelayanan-pelayanan kepada anak dengan cara membantu dan membimbing anak agar menjadi anggota masyarakat yang dapat hidup layak dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya, keluarga, maupun masyarakat.
2. Terpenuhinya kebutuhan anak akan kelangsungan hidup untuk tumbuh kembang dan memperoleh perlindungan sehingga memungkinkan untuk tumbuh kembang secara wajar.
3. Terbantunya anak dalam mempersiapkan pengembangan potensi dan kemampuannya secara memadai dalam rangka memberikan bekal untuk kehidupan dan penghidupannya di masa depan.

4. Terbantunya keluarga dan orangtua untuk dapat memenuhi kebutuhan hidupnya.

Tujuan Panti Asuhan adalah untuk merencanakan dan menyiapkan rumah permanen bagi anak termasuk kembali ke anggota keluarga biologis, menemukan orang tua angkat melalui adopsi, atau membantu anak-anak yang lebih tua memperoleh keterampilan hidup mandiri dan emansipasi (Meese, 2010)

F. Sasaran Pelayanan Panti Asuhan

Menurut (Standar Nasional Pengasuhan untuk Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak, 2011) pelayanan Panti Asuhan diberikan kepada anak yang membutuhkan pengasuhan alternatif adalah anak yang berada pada situasi sebagai berikut:

- a. Keluarga anak tidak memberikan pengasuhan yang memadai sekalipun dengan dukungan yang sesuai, mengabaikan, atau melepaskan tanggung jawab terhadap anaknya.
- b. Anak yang tidak memiliki keluarga atau keberadaan keluarga atau kerabat tidak diketahui.
- c. Anak yang menjadi korban kekerasan, perlakuan salah, penelantaran, atau eksploitasi sehingga demi keselamatan dan kesejahteraan diri mereka, pengasuhan dalam keluarga justru bertentangan dengan kepentingan terbaik anak.
- d. Anak yang terpisah dari keluarga karena bencana, baik konflik sosial maupun bencana alam.

G. Pengasuh (Tenaga Asuh) Panti Asuhan

Pengasuh anak di dalam Panti Asuhan dapat digolongkan ke dalam pekerja sosial. Pengasuh anak-anak di Panti Asuhan baik itu ibu atau bapak dari semua anak di Panti Asuhan yang tidak dapat hanya untuk mencurahkan perhatiannya pada satu anak saja. Kasih sayang yang mereka berikan kepada anak-anak di Panti Asuhan merupakan bentuk peranan dan tanggung jawab mereka akan tugas pengasuhan yang diembannya.

H. Peran Pengasuh Panti Asuhan

Menurut Buku Pedoman Penyelenggaraan Pembinaan Kesejahteraan Sosial Anak melalui Panti Asuhan Sosial Anak dari Departemen Sosial Republik Indonesia tahun 1997 dalam (Hartini & Cahyani, 2005) tujuan ini diperankan oleh pengasuh dalam kegiatan sehari-hari. Tujuan tersebut adalah:

1. Menyediakan pelayanan kepada anak dengan cara membantu dan membimbing anak agar menjadi anggota masyarakat yang dapat hidup layak dan penuh tanggung jawab, baik terhadap dirinya, keluarga maupun masyarakat.
2. Memenuhi kebutuhan anak akan kelangsungan hidup, untuk tumbuh kembang dan memperoleh perlindungan, dengan menghindarkan anak dari kemungkinan penelantaran pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial sehingga anak dapat tumbuh kembang secara wajar.
3. Membantu anak dalam mempersiapkan perkembangan potensi dan kemampuannya secara memadai untuk memberikan bagi kehidupannya di masa depan.
4. Membantu keluarga dan orang tua untuk dapat memenuhi fungsi keluarga kecuali fungsi reproduksi.

I. Stres pada Pengasuh Panti Asuhan

Para pengasuh juga mengalami stres dalam mengasuh anak-anak. Di samping mengalami stres kehidupan, para pengasuh juga menghadapi stres pengasuhan (Satiadarma, 2006) karena:

1. Konflik dengan orang tua anak yang diasuhnya.
2. Menghadapi anak dengan jenis hambatan atau gangguan perkembangan tertentu.
3. Memiliki pengetahuan terbatas tentang pengasuhan.
4. Dihadapkan pada tuntutan dari orang tua anak dan peraturan Panti Asuhan.
5. Mungkin juga harus menghadapi masalah yang terkait dengan fungsi keluarga asuh tempat mereka memberi bantuan mengasuh.

Penulis simpulkan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan stres pada pengasuh yang dibagi ke dalam:

1. Faktor Internal: stres yang bersumber dari dalam diri pengasuh
 - a. Variabel dalam kondisi individu meliputi usia, jenis kelamin, kondisi fisik, pendidikan, status ekonomi, keyakinan, dan karakteristik kepribadian.
 - b. Tujuan yang ingin dicapai dalam tugasnya. Jika seorang pengasuh memandang bahwa tujuan yang ingin dicapainya memiliki makna yang berarti bagi kehidupannya dan dirinya, maka hal tersebut akan berpengaruh terhadap kegiatannya sehari-hari di Panti Asuhan.
 - c. Keterampilan (*Skill*)
Seseorang akan terampil apabila ia memiliki kemampuan (*ability*) dan pengalaman. Pengalaman tidak hanya ditentukan oleh pengalaman kerja tetapi juga karena terampil dalam memanfaatkan waktu.
2. Faktor Eksternal: stres yang bersumber dari luar diri pengasuh.
 - a. Lingkungan fisik pekerjaan
 - b. Tanggung jawab pekerjaan
 - c. Pengawasan dalam melakukan pekerjaan
 - d. Jaminan pekerjaan
 - e. Dukungan sosial yang diterima
 - f. Kerjasama dalam jaringan sosial

J. Definisi Masa Dewasa Awal

Menurut Hurlock, Masa Dewasa Awal (*Young Adult Hood*) adalah masa pencaharian kemandirian dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru. Kisaran umurnya antara 21 tahun sampai 40 tahun (Hurlock, 1997).

III. PERSPEKTIF TEORITIS

Perspektif teoritis yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah teori coping stres dari Lazarus dan Folkman (1984). Penggunaan perspektif teori dari Lazarus & Folkman, dikarenakan teori ini lebih tepat untuk menganalisa keadaan psikologis pengasuh Panti Asuhan ketika mengalami stres. Teori Lazarus

& Folkman (1984) tersebut mendefinisikan coping stres sebagai cara atau usaha yang dilakukan oleh individu baik secara kognitif maupun perilaku dengan tujuan untuk menghadapi dan mengatasi tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap sebagai tantangan atau permasalahan bagi individu. Adapun dalam teori coping stres dari Lazarus & Folkman (1984) tersebut terbagi menjadi dua strategi yaitu *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*.

Teori coping stres Lazarus & Folkman (1984) tersebut akan digunakan untuk menggambarkan bentuk-bentuk strategi coping apa yang digunakan oleh pengasuh Panti Asuhan dalam melakukan peran pengasuhan. Tugas dan kewajiban seorang pengasuh memang tampaknya sangat berat. Selain harus memenuhi kewajiban fisik, mental, dan sosial anak-anak yang diasuhnya mereka juga dituntut untuk menjadi seorang konselor yang baik bagi anak asuhnya. Di samping urusan dalam mengasuh anak-anak di Panti, pengasuh juga harus berusaha untuk mengikuti kegiatan-kegiatan di luar agar dapat memperluas wawasan dan meningkatkan keterampilannya sebagai pengasuh yang mana secara keseluruhan dari peran seorang pengasuh dan tanggung jawab yang diembannya tersebut dapat mengakibatkan munculnya stres. Oleh karena itu, pentingnya penggunaan strategi coping stres yang tepat bagi pengasuh Panti Asuhan agar permasalahan yang mengakibatkan munculnya stres dapat tertangani dengan tepat menggunakan coping stres (Lazarus & Folkman, 1984).

METODE PENELITIAN

Berdasarkan jenis data yang dikumpulkan, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini dilakukan dalam situasi alamiah, peneliti tidak berusaha memanipulasi setting dan peneliti hanya melakukan studi terhadap suatu fenomena. Menurut Patton (1990, dalam Poerwandari, 2007) menjelaskan bahwa pemahaman tentang situasi nyata sehari-hari merupakan hal yang sangat penting karena akan memungkinkan deskripsi dan pengertian tentang tingkah laku yang tampak maupun kondisi-kondisi internal manusia.

Metode kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Poerwandari (2007) mendefinisikan studi kasus sebagai fenomena

khusus yang hadir dalam suatu konteks yang terbatas (*bounded context*), meski batas-batas antara fenomena dan konteks tidak sepenuhnya jelas.

Penelitian kualitatif ini menggunakan studi kasus intrinsik dimana peneliti dilakukan karena peneliti merasa tertarik pada suatu kasus khusus yang dianggap unik. Selanjutnya penelitian ini dimaksudkan untuk dapat memahami secara utuh kasus yang diteliti, tanpa dimaksudkan untuk menghasilkan konsep-konsep/teori ataupun tanpa ada upaya menggeneralisasi (Poerwandari, 2007). Alasan peneliti menggunakan tipe penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran secara menyeluruh tentang *Coping Stress* pada Pengasuh Anak di Panti Asuhan "X" Surabaya.

Pada penelitian ini, kasus yang hendak diteliti dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran coping stres pada pengasuh anak di Panti Asuhan "X".
Pengasuh di Panti Asuhan "X" menjadi fokus dalam penelitian ini karena pengasuh di Panti Asuhan "X" sebagai orang terdekat yang menggantikan peran orang tua kandung dari anak-anak asuh baik yatim, piatu, Yatim Piatu, maupun anak terlantar.
2. Faktor-faktor yang menyebabkan munculnya stres pada pengasuh anak di Panti Asuhan "X". Faktor yang dapat menyebabkan munculnya stres pada pengasuh anak di Panti Asuhan "X" adalah dapat berasal dari faktor internal (munculnya stres dari dalam diri pengasuh) ataupun eksternal (munculnya stres berasal dari lingkungan/luar diri pengasuh).
3. Pentingnya *coping stress* sebagai usaha-usaha baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengatasi, meredakan dan mentolerir stresor internal maupun eksternal. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) membagi penyelesaian masalah menjadi:
 - a. *Problem-Focused Coping*, yaitu perilaku penyelesaian masalah yang berpusat pada masalah. Individu akan mengatasi masalah dengan aktivitas penyelesaian langsung, mempelajari cara-cara atau ketrampilan yang baru.
 - b. *Emotional-Focused Coping*, yaitu perilaku penyelesaian masalah yang berpusat pada emosi dan digunakan untuk mengatur respon emosional

terhadap stres tanpa mengatasi sumber masalah (Lazarus & Folkman, 1984).

Pada penelitian ini, peneliti menentukan subjek penelitian dengan pengambilan sampel purposif terstratifikasi. Pengambilan sampel ini dilakukan karena peneliti tidak memfokuskan pada upaya mengidentifikasi masalah-masalah mendasar, melainkan pada upaya menangkap variasi-variasi besar dari responden atau objek penelitian (Poerwandari, 2007). Oleh karena itu peneliti menentukan subjek sesuai dengan karakteristik dalam masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Menetap/bertempat tinggal di Panti Asuhan.
2. Berlatar belakang pendidikan sarjana.
3. Berusia mulai dari 20-40 tahun.
4. Mampu melakukan komunikasi dengan baik dan lancar.
5. Bersedia terlibat untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Selain subjek utama, dalam penelitian ini juga dilakukan wawancara kepada responden untuk mengecek kembali informasi-informasi yang telah diperoleh dari subjek.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan adik kandung, kakak kandung, rekan kerja atau sahabat subjek sebagai responden, dengan memenuhi kriteria berikut ini:

1. Memiliki hubungan dekat dengan subjek penelitian.
2. Memahami dan mengetahui keseharian subjek.
3. Bersedia terlibat untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara dan catatan lapangan. Alasannya adalah karena peneliti selain ingin mendapatkan data secara mendalam dan personal terhadap subjek penelitian yang terpilih, juga karena kedua teknik tersebut dianggap paling efektif untuk menggali tema penelitian ini.

Teknik analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis tematik terhadap data yang diperoleh. Analisis tematik adalah proses yang memungkinkan penerjemahan gejala atau informasi kualitatif menjadi data kualitatif sesuai dengan kebutuhan peneliti (Boyatzis, 1998, dalam Poerwandari, 2007). Analisis

tematik merupakan proses mengkode informasi yang dapat menghasilkan daftar tema, model tema, atau indikator yang kompleks, kualifikasi yang biasanya terkait dengan tema tersebut, atau hal-hal diantara atau gabungan dari yang telah disebutkan (Poerwandari, 2007).

Menurut (Clarke V & Braun V, 2006) terdapat 6 fase dari analisa tematik, yaitu: mengenal data, menghasilkan kode-kode awal, menentukan tema, mereview tema, menjelaskan dan menamakan tema, dan melaporkan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis triangulasi data dan triangulasi metode. Triangulasi data yaitu triangulasi yang dilakukan dengan menggunakan data yang berasal dari berbagai sumber yang berbeda. Selain triangulasi data, peneliti juga menerapkan triangulasi metode dengan menggunakan beberapa metode yang berbeda, yaitu catatan lapangan.

HASIL PENELITIAN

Hasil Analisa Data Kedua Subjek

Selama kedua subjek bekerja sebagai pengasuh anak di Panti Asuhan, tentunya kedua subjek memiliki beban pekerjaan yang dapat menimbulkan stres pada diri kedua subjek. Terdapat 2 faktor yang dapat menjadi penyebab munculnya stres pada kedua subjek yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Berkaitan dengan faktor pertama adalah faktor internal, di sini faktor internal yang dapat menjadi penyebab munculnya stres dalam diri kedua subjek adalah segi kecemasan, gangguan kesehatan, dan kepribadian yang mudah marah/merasa jengkel.

Faktor kedua yang berpengaruh terhadap munculnya stres pada kedua subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X" adalah faktor eksternal. Faktor eksternal yang dapat memunculkan stres pada kedua subjek adalah dari segi beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, tuntutan pekerjaan subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan, fasilitas di Panti Asuhan yang kurang standar, terbebani dengan penghasilan yang terbatas, kewalahan, kelelahan/keletihan karena beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, dan kurangnya waktu untuk bersosialisasi/berkumpul dengan teman, tetangga, dan keluarga.

Beban tanggung jawab yang harus dipikul kedua subjek sebagai pengasuh anak-anak Yatim di Panti Asuhan "X" mulai dikerjakan sehabis adzan shubuh hingga menjelang anak-anak asuhnya kembali tidur malam. Rutinitas sebagai pengasuh tersebut selalu dijalankan oleh kedua subjek sebagai pengasuh. Belum lagi apabila kedua subjek sedang mendapatkan tugas kegiatan lain yang mengharuskannya ke luar kota. Rutinitas seperti itulah yang terkadang membuat kedua subjek menjadi mudah pusing dan kelelahan karena kurangnya waktu untuk beristirahat, terlalu banyak pikiran, dan terbatasnya waktu untuk bersantai sejenak.

Tuntutan pekerjaan kedua subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X" yang menuntutnya untuk selalu mendampingi, memperhatikan, dan menjaga anak-anak asuhnya ketika di Panti Asuhan "X" seringkali mengakibatkan kedua subjek menjadi kelelahan, kewalahan, berkurangnya waktu untuk berinteraksi dengan lingkungan, dan kurangnya waktu beristirahat.

Lingkungan fisik di Panti Asuhan "X" berpengaruh terhadap munculnya stres yang dialami kedua subjek karena kondisi di dalam Panti Asuhan yang seringkali kurang terjaga kebersihannya akibat ulah dari anak-anak asuhnya, apalagi jika subjek sedang tidak berada di Panti dan anak asuhnya tidak ada yang menjaga, anak-anak asuh tersebut akan membuat ulah dengan mengotori Panti Asuhan, mengotori pakaian mereka, tidak membereskan mainan, dan tidak merapikan kamar pribadi mereka. Selain itu, juga dikarenakan fasilitas di dalam Panti Asuhan "X" yang kurang memadai/tidak sesuai dengan standar Panti Asuhan yang layak.

Penghasilan yang diperoleh oleh kedua subjek sebagai pengasuh anak asuh di Panti Asuhan "X" hanya mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari anak kandung dan anak asuhnya, sehingga apabila ada anak asuh yang sedang mengalami sakit dan perlu dibawa ke Rumah Sakit, subjek merasa terbebani, dan subjek menginginkan adanya jaminan kesehatan pada anak asuhnya. Begitu pula apabila Panti Asuhan "X" akan mengadakan acara tertentu dan kekurangan dana, sehingga subjek terpaksa untuk ikut serta memberikan sebagian penghasilannya

dengan tujuan untuk menutupi kekurangan dana dan memperlancar pelaksanaan kegiatan tersebut.

Ketika bertugas menjadi pengasuh di Panti Asuhan "X" kedua subjek sering mengalami kewalahan, karena jumlah anak asuh yang banyak tidak memadai jumlah pengasuh. Apabila ada anak asuh yang sampai jatuh sakit karena kurang terjaganya kebersihan diri dan kebersihan di lingkungan Panti Asuhan "X" adalah karena kedua pengasuh tidak dapat selalu mendampingi dan memperhatikan anak-anak asuhnya setiap saat.

Kelelahan/keletihan karena beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan hampir tidak pernah luput dari pekerjaan kedua subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X". Beban tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan mengharuskan kedua subjek untuk selalu memperhatikan, mendampingi, dan memenuhi kebutuhan hidup mereka masing-masing.

Kurangnya waktu untuk bersosialisasi/berkumpul dengan teman, tetangga, dan keluarga merupakan konsekuensi yang harus mereka terima sebagai pengasuh anak di Panti Asuhan "X", karena kesibukan kedua subjek dalam mengasuh sembari melakukan pekerjaan lain membuat intensitas bersosialisasi, berkumpul, bercanda, dan berdiskusi bersama keluarga, teman-teman, dan tetangga sekitar menjadi berkurang, bahkan tidak memiliki kesempatan untuk bersosialisasi dengan teman-teman pengasuh anak di Panti Asuhan "X", karena kesibukan kedua subjek dalam mengasuh sembari melakukan pekerjaan lain membuat intensitas bersosialisasi, berkumpul, bercanda, dan berdiskusi bersama keluarga, teman-teman, dan tetangga sekitar menjadi berkurang, bahkan tidak memiliki kesempatan untuk bersosialisasi dengan teman-teman ataupun tetangga sekitar.

Dari penjelasan yang telah peneliti jelaskan di atas mengenai faktor internal dan eksternal yang dapat menimbulkan stres, berikutnya peneliti akan menggambarkan strategi coping stres yang digunakan kedua subjek selama menjadi pengasuh di Panti Asuhan "X". Maka berikut ini merupakan strategi coping yang digunakan NF selama bertugas menjadi pengasuh anak Yatim di Panti Asuhan "X".

Berbagai macam perilaku mulai dari perilaku anak asuh yang malas belajar, malas masuk sekolah, mendapatkan nilai yang kurang memuaskan, anak asuh yang rewel meminta kedua subjek untuk menuruti keinginannya, anak asuh yang membandel, anak asuh yang sedang bersedih, dan anak asuh yang melanggar peraturan yang telah diterapkan di Panti Asuhan yang membuat kedua subjek harus segera menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dibuat oleh anak asuhnya dengan jalan memberikan hukuman berupa latihan fisik bagi anak asuh yang melakukan kesalahan, jika ada anak asuh yang melakukan pelanggaran terhadap peraturan yang telah diterapkan maka kedua akan memberikan sanksi/denda yang berlaku sesuai dengan kesepakatan bersama yang ada di peraturan tersebut. Kecuali kepada anak-anak asuh yang mendapatkan nilai kurang memuaskan, anak asuh yang sedang bersedih, kedua subjek tetap memberikan motivasi dan menasehati mereka agar dapat lebih bersyukur dengan keadaan dirinya saat ini dan tetap bersemangat untuk menatap masa depan. Strategi coping stres yang digunakan oleh kedua subjek adalah *problem-focused coping strategy*.

Berbagai bentuk permasalahan yang muncul pada kedua subjek, sering membuat kedua subjek berusaha untuk mencari dukungan sosial dengan cara meminta saran/masukan kepada suami atau kakak kandung untuk membantunya menyelesaikan permasalahan tersebut. Apabila suami/istri sedang tidak ada di Panti Asuhan "X", kedua subjek berusaha sendiri untuk menyelesaikan permasalahan tersebut dengan menerapkan sanksi/hukuman atas peraturan yang telah dibuat. Strategi coping stres yang digunakan kedua subjek adalah *problem-focused coping strategy*.

Dari sekian banyak permasalahan perilaku yang dibuat oleh anak-anak asuhnya atau permasalahan pribadi, kedua subjek tidak langsung menyelesaikan permasalahan yang terjadi, biasanya kedua subjek mendiamkan permasalahan tersebut 1 hingga 2 hari. Strategi coping stres yang digunakan NF adalah *emotion-focused coping strategy*.

Berbagai macam permasalahan muncul terutama pada pekerjaannya sebagai pengasuh yang selalu berhubungan dengan anak-anak asuh, seperti yang

telah kita ketahui bersama bahwa kedua subjek berusaha untuk mengontrol diri. Pada subjek pertama, bentuk mengontrol diri adalah dengan cara mulai membiasakan diri untuk membuat jadwal kegiatan sehari-hari yang akan dilakukan keesokan harinya agar terhindar dari kelalaian akan tanggung jawabnya sebagai pengasuh. Sedangkan pada subjek kedua, mengontrol dirinya dengan cara menganggap setiap permasalahan yang muncul adalah biasa terjadi dan perasaan kejenuhan atau kelelahan adalah hanya emosi sesaat. Strategi coping stres yang digunakan kedua subjek adalah *emotion-focused coping strategy*.

Pekerjaan kedua subjek sebagai pengasuh anak Yatim di Panti Asuhan "X" mengharuskan kedua subjek untuk selalu siap-sedia, penuh perhatian dan kasih sayang dalam merawat dan menjaga anak-anak asuhnya sehingga terkadang di saat subjek pertama sedang dalam keadaan sakit, subjek pertama tetap menjalankan tugasnya dan menerima tanggung jawabnya sebagai pengasuh anak Yatim di Panti Asuhan. Begitu juga dengan subjek kedua yang menerima tanggung jawabnya sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X" untuk menjadi seorang ayah bagi keseluruhan anak asuh. Strategi coping stres yang digunakan kedua subjek adalah *emotion-focused coping strategy*.

Permasalahan yang muncul di saat kedua subjek bekerja sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X" membuat kedua subjek dapat menggali suatu makna dimana kedua subjek dapat menjadi lebih introspeksi diri, belajar memahami perbedaan karakter masing-masing anak asuh, menghargai orang lain, belajar bersikap menjadi lebih dewasa dalam menyikapi masalah, dan yang utama adalah kedua subjek menjadi lebih bersyukur kepada Allah atas nikmat dan karunia yang telah kedua subjek dapatkan dalam kehidupannya selama ini. Strategi coping stres yang digunakan kedua subjek adalah *emotion-focused coping strategy*.

PEMBAHASAN

A. Faktor yang menyebabkan munculnya stres pada pengasuh anak di Panti Asuhan "X"

Faktor yang menyebabkan munculnya stres pada kedua subjek sebagai pengasuh Panti Asuhan "X" berasal dari faktor internal dan eksternal. Faktor

internal (stres yang bersumber dari dalam diri pengasuh) meliputi: kecemasan, gangguan kesehatan, dan mudah marah. Sedangkan faktor eksternal (stres yang bersumber dari luar diri pengasuh) meliputi: beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, tuntutan pekerjaan subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan, fasilitas di Panti Asuhan yang kurang standar, terbebani dengan penghasilan yang terbatas, kewalahan, kelelahan/keletihan karena beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, dan kurangnya waktu untuk bersosialisasi/berkumpul dengan teman, tetangga, dan keluarga. Menurut Bethesda (1995, dalam Greenberg, 2002) menjelaskan bahwa terdapat beberapa tanda-tanda stres yang berhubungan dengan pengasuh yaitu: ragu-ragu, mudah marah, penolakan sosial, kecemasan, depresi, kelelahan, kurang tidur, merasa mudah sensitif, kurang konsentrasi, dan gangguan kesehatan. Apabila dilihat dari kedua faktor yang menyebabkan stres pada subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X", kedua subjek mengalami stres karena pekerjaannya sebagai pengasuh.

Beban tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan sebagai pengasuh di Panti Asuhan "X" yang dilakukan kedua subjek sesuai dengan Buku Pedoman Penyelenggaraan Pembinaan Kesejahteraan Sosial Anak melalui Panti Asuhan Sosial Anak dari Departemen Sosial Republik Indonesia tahun 1997 dalam (Hartini & Cahyani, 2005) tujuan ini diperankan oleh pengasuh dalam kegiatan sehari-hari. Tujuan tersebut adalah: menyediakan pelayanan kepada anak dengan cara membantu dan membimbing anak agar menjadi anggota masyarakat yang dapat hidup layak dan penuh tanggung jawab, memenuhi kebutuhan anak akan kelangsungan hidup, untuk tumbuh kembang dan memperoleh perlindungan, membantu anak dalam mempersiapkan perkembangan potensi dan kemampuannya secara memadai untuk memberikan bagi kehidupannya di masa depan, dan membantu keluarga dan orang tua untuk dapat memenuhi fungsi keluarga kecuali fungsi reproduksi.

Menurut teori kepribadian humanistik Maslow (Koswara, 1991), yang menjelaskan mengenai pencapaian aktualisasi diri merupakan penggambaran yang

optimistis dari corak kehidupan yang ideal. Berikut beberapa ciri-ciri aktualisasi diri yang telah disesuaikan dengan kepribadian pada kedua subjek adalah:

a. Kemandirian dari kebudayaan dan lingkungan

Tidak menggantungkan kepuasan-kepuasannya yang utama kepada lingkungan dan kepada orang lain. Mereka lebih bergantung kepada potensi-potensi mereka sendiri bagi perkembangan dan kelangsungan pertumbuhannya. Mereka memandang diri sendiri sebagai agen yang merdeka, aktif, bertanggung jawab, dan sebagai agen yang mendisiplinkan diri dalam menentukan nasibnya sendiri. Kedua subjek memiliki kepribadian untuk tidak bergantung kepada orang lain, terlebih kepada orang tua atau keluarga mereka.

b. Minat sosial

Meskipun orang-orang yang *self-actualized* itu kadang-kadang merasa terganggu, sedih, dan marah oleh kecacatan atau kekurangan umat manusia, mereka mengalami ikatan perasaan yang mendalam dengan sesamanya. Dalam mengasuh anak-anak Yatim di Panti Asuhan "X", kedua subjek terkadang merasakan perasaan ingin marah, sedih, dan terganggu karena kekurangan/kecacatan yang dimiliki oleh anak-anak asuhnya. Apalagi anak-anak asuh yang tinggal di Panti Asuhan "X" berasal dari berbagai daerah di Indonesia yang otomatis masing-masing pribadi mereka memiliki kebudayaan, kebiasaan, dan kepribadian yang berbeda. Belum lagi dengan pengalaman traumatis, kejadian-kejadian yang memilukan, dan perasaan kehilangan keluarga/orang tua yang harus mereka alami membuat kedua subjek ikut sedih dan dapat menjadi marah apabila anak-anak asuhnya mulai bersikap acuh dan membandel.

B. Strategi coping stres yang digunakan oleh pengasuh anak di Panti Asuhan "X".

Lazarus dan Folkman (1984) membagi strategi coping menjadi dua, yaitu *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*. *Problem-focused coping* yaitu perilaku coping yang berpusat pada masalah. *Emotional-focused coping*, yaitu perilaku penyelesaian masalah yang berpusat pada emosi. Penulis

mengelompokkan bentuk-bentuk strategi coping yang muncul berdasarkan teori tersebut.

Dalam coping yang berpusat pada masalah (*problem-focused coping*) pada kedua subjek sebagai pengasuh terdiri dari: menyelesaikan masalah (*planful problem solving*), dan mencari dukungan sosial (*seeking social support*). Kedua subjek sama-sama menggunakan kemampuan menyelesaikan masalah (*planful problem solving*) dimana individu berusaha menganalisa situasi untuk memperoleh solusi dan kemudian mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah. Kemampuan menyelesaikan masalah tepat digunakan oleh kedua subjek untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada anak-anak asuhnya karena kedua subjek merupakan individu yang diharapkan dapat memainkan peranan-peranan baru dalam hal sebagai suami/istri, orang tua dan sebagai pemimpin rumah tangga, serta mengembangkan sikap-sikap, minat-minat dan nilai-nilai dalam memelihara peranan baru tersebut, seperti yang telah dijelaskan oleh (Mappiare, 1983).

Kemudian, faktor mencari dukungan sosial (*seeking social support*) merupakan usaha mencari informasi dan mencari kenyamanan secara emosi dari orang lain, termasuk ke dalam coping yang berpusat pada masalah (*problem-focused coping*). Kedua subjek sama-sama membutuhkan dukungan dari lingkungan keluarga dan teman-teman sesama pengurus Panti Asuhan, karena permasalahan yang ditimbulkan oleh anak-anak asuhnya tidak mudah untuk diselesaikan secara sendiri, subjek pertama mencari dukungan sosial dengan meminta saran, masukan, atau sekedar untuk bercerita kepada suami, dan kakak kandungnya. Begitu pula dengan subjek kedua yang apabila tidak mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada anak-anak asuhnya, subjek kedua meminta saran, masukan, atau sekedar untuk bercerita kepada istri, adik kandung, dan teman sesama pengurus Panti Asuhan yang memiliki pengetahuan lebih dalam hal pengasuhan.

Kemudian pada coping yang berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*) pada kedua subjek sebagai pengasuh terdiri dari: menjauhkan diri dari masalah (*distancing*), kontrol diri (*self control*), menerima tanggung jawab

(*accepting responsibility*), dan menggali suatu makna (*positive reappraisal*). Kedua subyek menggunakan *emotion-focused coping*, yang berkaitan dengan *distancing* atau yang disebut dengan menjauhkan diri dari masalah merupakan salah satu cara untuk mengurangi agar perasaannya menjadi tidak cemas dan tertekan seperti yang biasa dilakukan oleh para remaja yang masih berusia belasan tahun, namun penggunaannya tidak terlalu efektif dalam menyelesaikan masalah. Menurut (Santrock, 2002) individu yang berada pada masa dewasa dini mulai menerima dan memikul tanggungjawab yang lebih berat. Begitu pula dengan penjelasan dari Santrock (1993, dalam Santrock, 2002) individu yang berada pada masa dewasa dini dituntut untuk maju satu generasi dan menjadi pemberi kasih sayang untuk generasi yang lebih muda. Agar dapat melalui fase yang panjang ini secara sukses dibutuhkan komitmen waktu sebagai orang tua, memahami peran sebagai orang tua, dan menyesuaikan diri dengan perubahan perkembangan anak, dan pada masa ini individu. Jadi, individu yang berada pada masa dewasa dini tersebut tidak dapat begitu saja menghindar dari permasalahan yang menimpa dirinya. Individu tersebut harus berani menerima segala tanggung jawab dan bentuk permasalahan yang terjadi dengan segera diselesaikan baik menggunakan cara seperti berdiskusi bersama, atau menyelesaikan masalah yang terjadi secara pribadi tanpa diketahui orang lain. Sedangkan subjek kedua tidak menggunakan *distancing* dalam menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan anak-anak asuh.

Kemudian, kedua subjek sama-sama menggunakan faktor kontrol diri (*self control*) yang merupakan usaha individu untuk menyesuaikan diri dengan perasaan ataupun tindakan ketika menghadapi situasi yang menekan. Subjek pertama melakukan kontrol diri dengan cara membuat jadwal kegiatan sehari-hari yang akan dilakukan keesokan harinya, sedangkan pada subjek kedua menganggap setiap permasalahan yang menimpanya atau perasaan jenuh, dan marah sebagai suatu hal yang biasa terjadi dan merupakan bagian dari emosi sesaat.

Lalu, faktor menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*) merupakan usaha untuk mengakui peran diri sendiri dalam masalah dengan berusaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dan memperbaikinya.

Kedua subjek sama-sama menyadari tanggung jawab yang harus dijalannya sebagai pengasuh anak Yatim di Panti Asuhan sekaligus pengajar. Bahkan tanggung jawab mengasuh dan mengajar anak-anak asuh Panti Asuhan tersebut tetap dijalankan oleh subjek pertama meskipun subjek pertama dalam keadaan sakit. Begitu juga dengan subjek kedua yang harus memposisikan dirinya sebagai ayah bagi anak-anak asuhnya di Panti Asuhan.

Faktor terakhir dari coping yang berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*) merupakan usaha untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius. Kedua subjek sama-sama dapat melakukan introspeksi atas kekurangan yang ada pada diri masing-masing, terutama yang berkaitan dengan keterbatasan kemampuan dan pengetahuan dalam hal kepengasuhan anak-anak Yatim di Panti Asuhan.

SIMPULAN

1. Munculnya stres yang dialami oleh kedua subjek berasal dari faktor internal (munculnya stres yang bersumber dari dalam diri pengasuh) yaitu: merasakan kecemasan, gangguan kesehatan, dan mudah marah/jengkel. Sedangkan faktor eksternal (munculnya stres yang bersumber dari dalam luar diri pengasuh) yaitu: memikul beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, tuntutan pekerjaan subjek sebagai pengasuh di Panti Asuhan, fasilitas di Panti Asuhan yang kurang standar, terbebani dengan penghasilan yang terbatas, kewalahan, kelelahan/keletihan karena beban tanggung jawab sebagai pengasuh di Panti Asuhan, dan kurangnya waktu untuk bersosialisasi/berkumpul dengan teman, tetangga, dan keluarga.
2. Kedua subjek berusaha untuk dapat menyelesaikan setiap permasalahan yang terjadi dengan menggunakan strategi *coping stress* yang tepat dan baik. Kedua subjek menggunakan *problem-focused coping*, terdiri dari: menyelesaikan masalah (*planful problem-solving*), dan mencari dukungan sosial (*seeking social support*). Sedangkan *emotion-focused coping*, terdiri dari: menjauhkan diri dari masalah (*distancing*), kontrol diri (*self control*),

mencari makna positif dari setiap permasalahan (*positive appraisal*), dan menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*).

3. Kedua subjek dalam mengatasi masalah tidak menggunakan *escape/avoidance* dari *emotion-focused coping*. *Escape/avoidance* merupakan salah satu bentuk coping yang menghindari masalah dengan cara berkhayal, beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.
4. Pekerjaan kedua subjek sebagai pengasuh anak di Panti Asuhan “X” yang setiap hari selalu berinteraksi dengan anak-anak asuh membuat keduanya menggunakan strategi *distancing (emotion-focused coping)*, agar permasalahan yang sedang terjadi baik dikarenakan permasalahan dari faktor internal maupun eksternal tidak didengarkan oleh anak-anak asuhnya.

PUSTAKA ACUAN

- Agustiar, D. R. (2007, 4 April). *Pemerintah Didesak Perhatikan Anak Terlantar*. TEMPO Interaktif [on-line]. Diakses pada tanggal 19 September 2011. Dari <http://www.tempo.co.id/hg/nasional/2007/04/04/brk,20070404-97175.id.html>
- Al-Jufri, S. S. (2005). *Bab I Pendahuluan*. Menteri Sosial Republik Indonesia [on-line]. Diakses pada tanggal 13 Juni 2011. Dari <http://renstra.depsos.go.id/>
- Al-Jufri, S. S. (2011, 18 Maret). *Standar Nasional Pengasuhan untuk Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak*. Menteri Sosial Republik Indonesia [on-line]. Diakses pada tanggal 19 September 2011. Dari <http://www.pkas-kemensos.com/wp-content/uploads/2011/01/standart-pengasuhan.pdf>
- Clarke, V., & Braun, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3 (2), 77-101.
- Eka. (2010, 2 Oktober). *Dianiaya, Anak Panti Demo*. Lokal News [On-line]. Diakses pada tanggal 14 Juni 2011. Dari <http://lokalnews.fajar.co.id/read/106347/98/index.php>

- GM (2010, 9 November). *Diduga Melakukan Pencabulan Pengasuh Panti Dilaporkan ke Polisi*. Galamedia [on-line]. Diakses pada tanggal 14 Juni 2011. Dari <http://klik-galamedia.com/indexedisi.php?id=20101109&wartakode=20101109081848>
- Greenberg, Jerrold S. (2002). *Comprehensive Stress Management*. Seventh Edition. New York: McGraw-Hill.
- Gunarsa, S. D. (2006). *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan: dari Anak sampai Usia Lanjut*. Dalam Satiadarma, M. P. (2006). *Mewaspadai Stres Pengasuh*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia.
- Hadi. (2009, 11 Januari). *16 Santriwati di Ponpes Blitar Diduga Dicabuli Kiai*. Detik Surabaya [On-line]. Diakses pada tanggal 14 Juni 2011. Dari <http://surabaya.detik.com/read/2009/01/11/181634/1066478/475/16-santriwati-di-ponpes-blitar-diduga-dicabuli-kiai>
- Hartini, N., & Cahyani, I. Y. (2005). *Pola Penerimaan Terhadap Anak Panti Asuhan sebagai Sumber Stress Pengasuh*. Universitas Airlangga: Fakultas Psikologi.
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Indraswati. (2001). *Nasib Tragis Si Anak Panti, Hukuman Yang Berakibat Kematian*. Nova [on-line]. Diakses pada tanggal 17 Juni 2011 dari <http://nostalgia.tabloidnova.com/articles.asp?id=1777>
- Koesma. (2009, 9 Desember). *Bocah Perempuan Disiram Sop Panas Pengasuh Panti*. Bataviase [On-line]. Diakses pada tanggal 14 Juni 2011. Dari <http://bataviase.co.id/detailberita-10381818.html>
- Koswara, E. (1991). *Teori-teori Kepribadian*. Bandung: PT. Eresco.
- Kuntari, S., dkk. (2000). *Model Pengembangan Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) sebagai Piranti Pembangunan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Departemen Sosial Republik Indonesia, Badan Pendidikan dan Penelitian Kesejahteraan Sosial Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesejahteraan Sosial.

- Lazarus, L. A. & Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- Mappiare, A. (1983). *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Meese, R. L. (2010). *Family Matters: Adoption and Foster Care in Children's Literature*. USA: Greenwood Publishing Group.
- Poerwandari, K. E. (2007). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Cetakan Kedua. Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Program Penanganan Anak Jalanan* (2011, 18 Januari). Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur [on-line]. Diakses pada tanggal 18 Januari 2011. Dari <http://pusatdata.jatimprov.go.id/eis/content.php?dept=481&post=450>
- Pusat Penelitian Kependudukan, LPPM UNS dengan UNICEF. (2009). *Pola Pengasuhan Anak di Panti Asuhan dan Pondok Pesantren Kota Solo dan Kabupaten Klaten* [on-line]. Diakses pada tanggal 13 Juni 2011. Dari <http://argyo.staff.uns.ac.id/files/2010/08/pola-pengasuhan-anak-panti.pdf>
- Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup (Jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja (6th. ed.) (Terjemahan oleh Chusairi, A. & Damanik, J)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health Psychology (Biopsychosocial Interactions)*. USA: John Willey & Sons, Inc.
- Sembilan Puluh Persen Anak Panti Asuhan Masih Punya Orang Tua* (2008, 04 Juni). Merdeka.com [on-line]. Diakses pada tanggal 13 Juni 2011. Dari <http://www.merdeka.com/pernik/90-anak-panti-asuhan-punya-orang-tua-lhfqdh.html>
- Shalahuddin, O (2010, 30 Desember). *230.000 Anak Jalanan di Indonesia*. Kompas [on-line]. Diakses pada tanggal 26 Juni 2011. Dari <http://odishalahuddin.wordpress.com/2012/01/06/230000-anak-jalanan-di-indonesia/>
- Taylor, S. E. (1991). *Health Psychology (Second Edition)*. New York: McGraw-Hill.

Tower, C. C. (1989). *Understanding Child Abuse and Neglect*. Massachusetts:
Allyn and Bacon.