

SKRIPSI

***COPING STRESS* PADA IBU RUMAH TANGGA YANG BEKERJA DI DESA SUMBERAGUNG KABUPATEN WONOGIRI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi
Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta**



Disusun Oleh:

**ANISA INDRIYANI
NIM. 2021031031**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA DAN SENI
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA
2024**

SURAT PERNYATAAN
ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Saya Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni Universitas Sahid Surakarta yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anisa Indriyani

NIM : 2021031031

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul *COPING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA YANG BEKERJA DI DESA SUMBERAGUNG KABUPATEN WONOGIRI* adalah benar-benar karya yang telah saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/karya orang lain seolah-olah hasil dari pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas, termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung konsekuensinya.

Surakarta, 19 Desember 2024

Yang menyatakan,


Anisa Indriyani

2021031031

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anisa Indriyani
NIM : 2021031031
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Sosial Humaniora dan Seni
Jenis Karya : Skripsi/Laporan Penelitian

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Nonexclusive Ryalty Free Right*) atas Skripsi/Laporan Penelitian* saya yang berjudul *COPING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA YANG BEKERJA DI DESA SUMBERAGUNG KABUPATEN WONOGIRI*.

Beserta instrument/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpang, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*author*) dan pembimbing sebagai *co-author* atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 19 Desember 2024

Yang menyatakan,



13AMX091593852

Anisa Indriyani

2021031031

LEMBAR PERSETUJUAN

COPING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA YANG BEKERJA DI DESA SUMBERAGUNG KABUPATEN WONOGIRI

Disusun oleh:

**ANISA INDRIYANI
NIM. 2021031031**

Skripsi ini telah disetujui untuk disusun dan difindaklanjuti
di hadapan dosen penguji skripsi
pada tanggal 11 Desember 2024

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Anniez Rachmawati M, M. Psi, Psikolog.
NIDN. 0623068501

Pembimbing II

Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M. A.
NIDN. 0607018803

**Mengetahui,
Ketua Program Studi**



Dhian Riskiana Putri, S.Psi., M. A.
NIDN. 0607018803

LEMBAR PENGESAHAN

COPING STRESS PADA IBU RUMAH TANGGA YANG BEKERJA DI DESA SUMBERAGUNG KABUPATEN WONOGIRI

Disusun oleh:

**ANISA INDRIYANI
NIM. 2021031031**

Skripsi ini telah diterima dan disahkan oleh dosen penguji skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Sosial Humaniora dan Seni
Universitas Sahid Surakarta
pada hari Jum'at tanggal 20 Desember 2024

Penguji I : Anniez Rachmawati Musslifah, M. Psi., Psikolog. ()
Penguji II : Dhian Riskiana Putri, S. Psi., M. A. ()
Penguji III : Sri Ernawati, M. Psi., Psikolog. ()

Mengetahui,

**Dekan
Fakultas Sosial Humaniora dan Seni**


Faqih Purnomosidi, S. Psi., M.Si.
NIDN. 0602058801

**Ketua Program Studi
Psikologi**


Dhian Riskiana Putri, S. Psi., M. A.
NIDN. 0607018803

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi dengan judul *Coping Stress* Pada Ibu Rumah Tangga yang Bekerja di Desa Sumberagung Kabupaten Wonogiri.

Tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak baik orang tua, dosen, dan orang terdekat yang memberikan semangat. Maka penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat membantu dalam penulisan laporan ini baik secara langsung maupun tidak langsung, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Sri Huning Anwariningsih., S.T., M. Kom. selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta.
2. Ibu Destina Paningrum, SE., MM. selaku Wakil Rektor bidang Sumberdaya Keuangan dan Pengembangan.
3. Ibu Dr. Erwin Kartinawati, S. Sos., M. Ikom. selaku Wakil Rektor bidang Akademik Kemahasiswaan Alumni dan Kerjasama.
4. Bapak Faqih Purnomosidi, S. Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Sosial Humaniora dan Seni.
5. Ibu Dhian Riskiana Putri, S. Psi., M. A. selaku Ketua Program Studi Psikologi sekaligus Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam pembuatan skripsi.

6. Ibu Anniez Rachmawati Musslifah, S. Psi., M. Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam pembuatan skripsi.
7. Bapak dan Ibu Dosen Psikologi Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan bekal dan ilmu pengetahuan selama mengikuti perkuliahan.
8. Keluarga, orang terdekat yang selalu memberikan afirmasi positif dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi.
9. Informan penelitian yang telah berkenan menjadi informan dalam penelitian ini.
10. Teman-teman psikologi angkatan 2021 yang selalu mendukung dan memberikan semangat, serta doa selama ini.
11. Semua pihak yang terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulisan dalam proses penyusunan skripsi ini.

Semoga segala bantuan dan partisipasi yang diberikan kepada penulis menjadi berkah. Penulis berharap semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata penulis sampaikan terima kasih.

Surakarta, 17 November 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
MOTTO	xi
PERSEMBAHAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan Penelitian.....	4
1.3. Manfaat Penelitian.....	4
1.3.1. Manfaat Teoritis.....	4
1.3.2. Manfaat Praktis	5
1.4. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI	8
2.1. <i>Coping Stress</i>	8
2.1.1. Pengertian <i>Coping Stress</i>	8
2.1.2. Aspek-aspek <i>Coping Stress</i>	9
2.1.3. Faktor-faktor <i>Coping Stress</i>	11
2.2. Ibu Rumah Tangga	14
2.3. Kerangka Berpikir	15
2.4. Dinamika <i>Coping Stress</i> pada Ibu Rumah Tangga yang Bekerja	16
2.5. Pertanyaan Penelitian	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
3.1. Fenomena Penelitian	18

3.2. Informan Peneltian	18
3.2.1. Informan Utama.....	18
3.2.2. Informan Pendukung.....	19
3.3. Metode Pengumpulan Data	19
3.3.1. Observasi	19
3.3.2. Wawancara.....	21
3.4. Validitas.....	24
3.5. Metode Analisis Data	24
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	27
4.1. Persiapan Penelitian	27
4.1.1. Orientasi Penelitian.....	27
4.1.2. Profil Tempat Penelitian	28
4.1.3. Persiapan Alat Pengumpulan Data.....	30
4.2. Pelaksanaan Penelitian	30
4.2.1. Penentuan Informan	30
4.2.2. Penentuan Jadwal Penelitian.....	31
4.3. Analisis Data	32
4.3.1. Karakteristik Informan Penelitian.....	32
4.3.2. Hasil Observasi	33
4.3.3. Hasil Wawancara	40
4.4. Pembahasan.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
5.1. Kesimpulan.....	59
5.2. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3. 1 <i>Guide</i> Observasi.....	15
Tabel 3. 2 <i>Guide</i> Wawancara.....	22
Tabel 4. 1 Jadwal Wawancara dengan Informan Utama.....	31
Tabel 4. 2 Jadwal Wawancara dengan Informan Pendukung	31
Tabel 4. 3 Hasil Observasi Informan Utama <i>Checklist</i>	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	15
-------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Penelitian	63
Lampiran 2: Surat Keterangan Penelitian	64
Lampiran 3: Formulir Bimbingan	65
Lampiran 4: Dokumentasi.....	67
Lampiran 5: Informed Consent	70
Lampiran 6: Verbatim Informan Utama	84
Lampiran 7: Verbatim Informan Pendukung	106



MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

QS. AL-Insyirah: 5

*“Barangsiapa bersungguh-sungguh, ia akan mendapatkan apa yang
diinginkannya.”*

Ali bin Abi Thalib

*“Jika kamu tidak tahan lelahnya belajar, maka kamu harus tahan menanggung
perihnya kebodohan.”*

Imam Syafi'i

“Berusahalah bukan untuk menjadi sukses, melainkan untuk menjadi bernilai.”

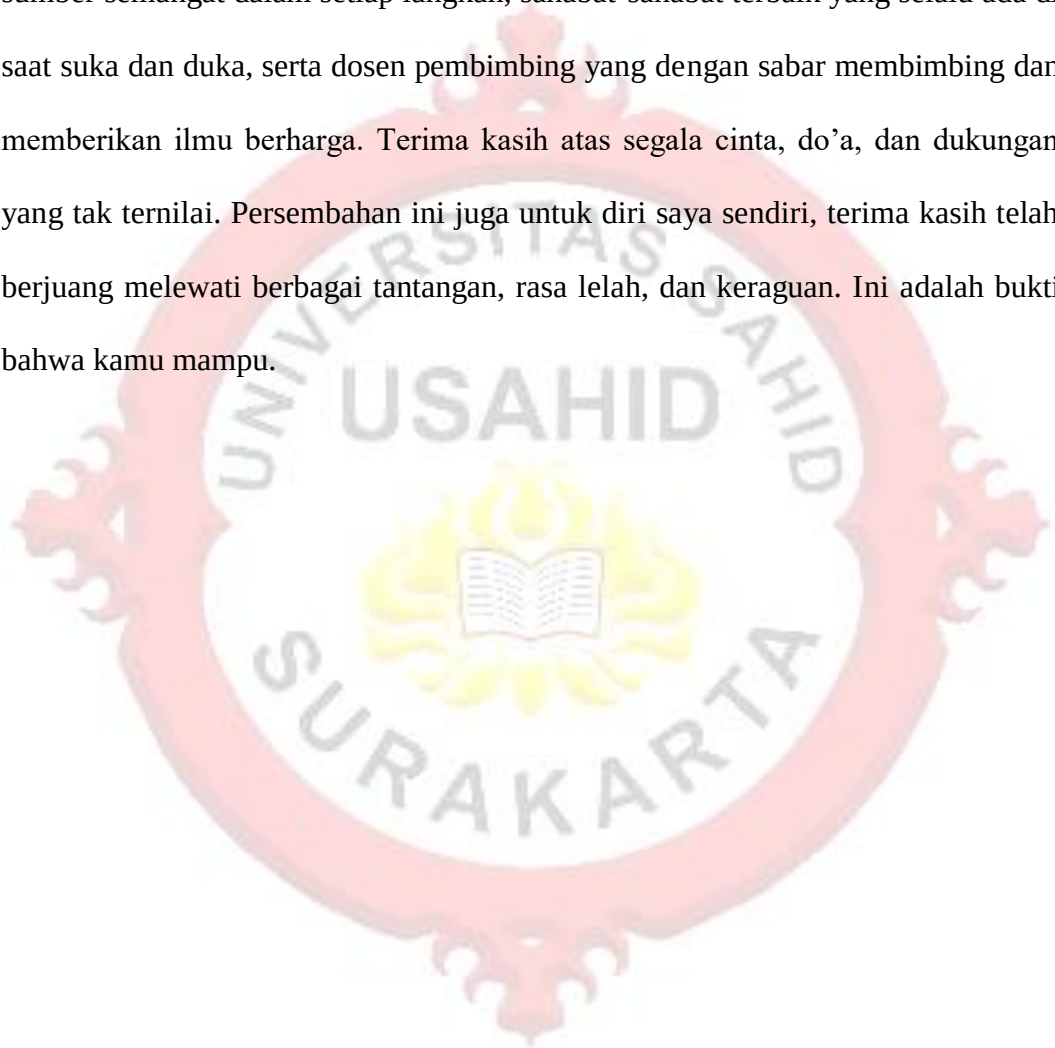
Albert Einstein

*“Mulailah menulis meskipun hanya satu kata, hal itu lebih baik daripada tidak
memulai sama sekali.”*

Nisa (2024)

PERSEMBAHAN

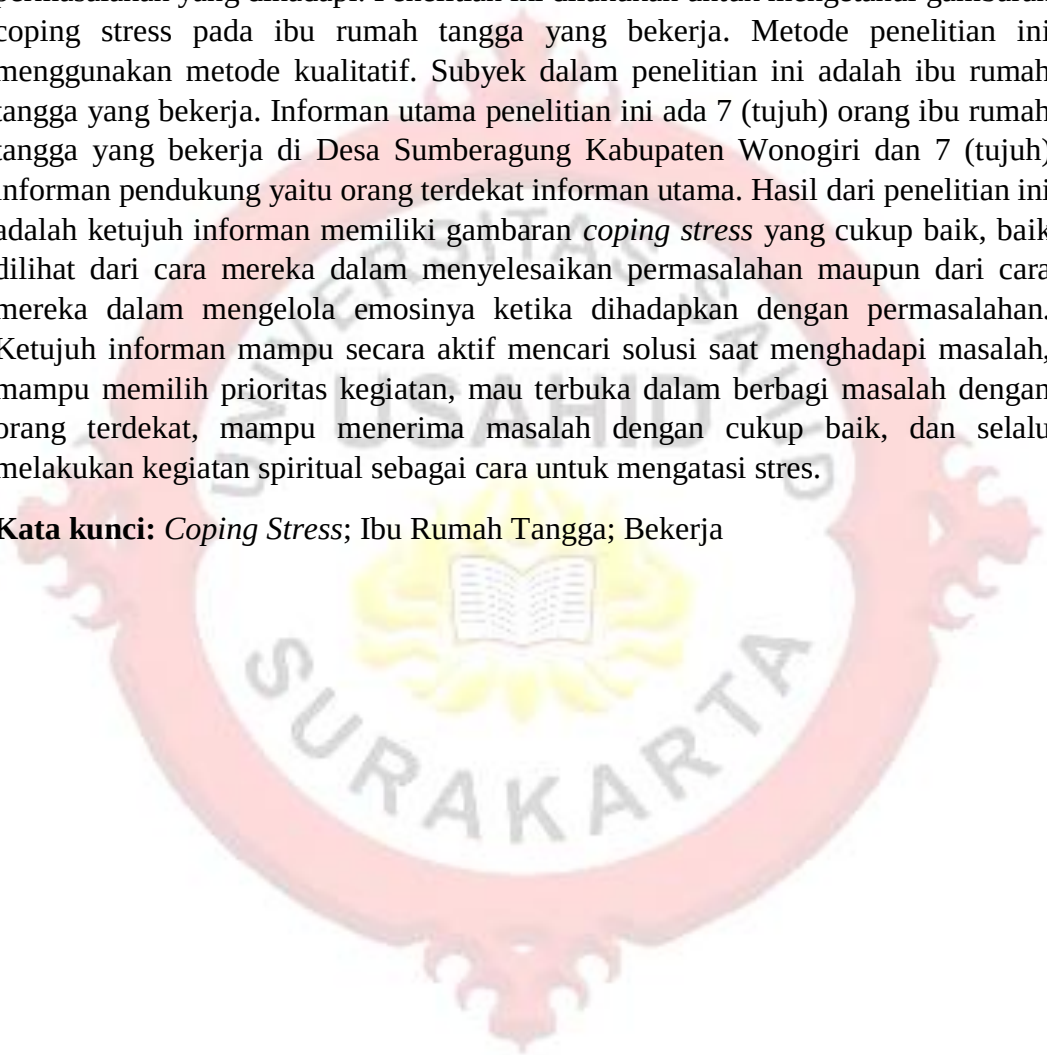
Skripsi ini saya persembahkan kepada Ayah dan Ibu tercinta yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan tanpa henti, seseorang yang menjadi sumber semangat dalam setiap langkah, sahabat-sahabat terbaik yang selalu ada di saat suka dan duka, serta dosen pembimbing yang dengan sabar membimbing dan memberikan ilmu berharga. Terima kasih atas segala cinta, do'a, dan dukungan yang tak ternilai. Persembahan ini juga untuk diri saya sendiri, terima kasih telah berjuang melewati berbagai tantangan, rasa lelah, dan keraguan. Ini adalah bukti bahwa kamu mampu.



ABSTRAK

Menjadi ibu rumah tangga yang juga bekerja di luar rumah tentu menjadi hal yang sudah biasa di zaman sekarang. Tentu saja wanita yang memiliki peran ganda harus memiliki jiwa dan raga yang kuat, karena akan semakin banyak tuntutan-tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan. Terkait dengan hal itu, seorang ibu rumah tangga yang juga bekerja seharusnya memiliki kualitas *coping stress* yang baik. *Coping stress* adalah upaya yang dilakukan individu untuk mengelola stres karena permasalahan yang dihadapi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran coping stress pada ibu rumah tangga yang bekerja. Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Subyek dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang bekerja. Informan utama penelitian ini ada 7 (tujuh) orang ibu rumah tangga yang bekerja di Desa Sumberagung Kabupaten Wonogiri dan 7 (tujuh) informan pendukung yaitu orang terdekat informan utama. Hasil dari penelitian ini adalah ketujuh informan memiliki gambaran *coping stress* yang cukup baik, baik dilihat dari cara mereka dalam menyelesaikan permasalahan maupun dari cara mereka dalam mengelola emosinya ketika dihadapkan dengan permasalahan. Ketujuh informan mampu secara aktif mencari solusi saat menghadapi masalah, mampu memilih prioritas kegiatan, mau terbuka dalam berbagi masalah dengan orang terdekat, mampu menerima masalah dengan cukup baik, dan selalu melakukan kegiatan spiritual sebagai cara untuk mengatasi stres.

Kata kunci: *Coping Stress*; Ibu Rumah Tangga; Bekerja



ABSTRACT

A housewife who also works generally occurs in this era. Women with dual roles must have a strong mental and physical because of the increasing demands of work. This causes a housewife should have good stress coping qualities. Stress coping is an individual's effort to manage stress due to the problems. The study aims to determine the description of stress coping in working housewife. This research method used a qualitative method. The subjects were working housewife. The main informants were 7 housewives who worked in Sumberagung Village in Wonogiri Regency and 7 supporting informants, namely the closest people to the main informant. The results show that the seven informants had a fairly good description of stress coping from their solving problems and managing emotions. The seven informants can actively find solutions, choose activity priorities, be open to sharing problems with those closest to them, accept problems quite well, and always carry out spiritual activities to overcome stress.

Keywords: coping stress, housewife, working

