

COPING STRATEGY PADA MAHASISWI YANG HAMIL

(Studi Fenomenologi pada dua mahasiswa Prodi Bimbingan dan konseling islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2012)



SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

Untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh

Gelar Sarjana 1 (S1) dalam ilmu Bimbingan dan Konseling Islam

Disusun oleh:

Much Faisal Ridlo
NIM 12220002

Dosen Pembimbing:

Dr. CASMINI, M. Si.
NIP.:19711005 199603 2 002

**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2015

ABSTRAK

MUCH FAISAL RIDLO, “*Coping Strategy pada Mahasiswi yang Hamil (Studi Fenomenologi pada dua mahasiswi prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2012)*”, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015.

Berbagai macam kondisi yang menyulitkan (problematika) mahasiswi yang hamil dalam menjalani kegiatan di bangku perkuliahan menyebabkan diperlukannya kemampuan menyesuaikan diri yang baik dengan lingkungan perkuliahan agar kondisi yang menyulitkan dapat di minimalisir bahkan diatasi tanpa mengganggu janin yang ada di dalamnya. Oleh karena itu, dibutuhkan strategi adaptasi (*coping strategy*) guna kelancaran proses perkuliahan.

Penelitian ini bertujuan guna mengetahui berbagai macam kondisi yang menyulitkan (problematika) mahasiswi yang sedang hamil, dan juga guna mengetahui pengaruh dari problematika yang ada. selain itu, dari berbagai macam problematika yang ada maka dapat dilihat berbagai strategi adaptasi (*coping strategy*) dalam mengatasi problema yang dihadapinya. Strategi adaptasi (*coping strategy*) didefinisikan sebagai cara atau perilaku individu untuk menyelesaikan suatu permasalahan yang meliputi *problem focus coping* dan *emotional focus coping*. Serta respon yang dihadapinya. Problematika dan pengaruh pada penelitian ini mencakup 3 aspek pokok yaitu 1) akademis, 2) psikologis dan 3) sosial.

Penelitian ini bersifat kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi fenomenologi. Dalam penelitian ini menggunakan wawancara yang mendalam sebagai alat pengumpul data. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswi prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga yang hamil pada masa perkuliahan. Informan dalam penelitian ini berjumlah 2 orang mahasiswi, dimana 2 orang mahasiswi ini masih berstatus sebagai mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta prodi Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2012.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, adanya problematika serta pengaruh pada aspek akademis, psikologis dan sosial yang terjadi pada kedua subjek. Selain itu, ditemukan pula *coping strategy* yang dilakukan kedua subjek dalam mengatasi problematikanya.

Kata Kunci: Coping, Problem, Hamil

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Much Faisal Ridlo
NIM : 12220002
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: "*Coping Strategy pada Mahasiswi yang Hamil*" adalah karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang di publikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Yogyakarta, 14 Desember 2015

Yang menyatakan,



Much Faisal Ridlo

NIM: 12220002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Adisucipto Telp. (0274) 515856

Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga

Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa Saudara:


Nama	: Much Faisal Ridlo
NIM	: 12220002
Judul Skripsi	: <i>Coping Strategy</i> pada Mahasiswi yang Hamil (Studi Fenomenologi pada dua Mahasiswi Bimbingan dan Konseling Islam yang hamil)

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Sosial Islam.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqashahkan.. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta 11, November 2015

Ketua Prodi


A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.

NIP 19750427 200801 1 008

Pembimbing


Dr. Casmini, S.Ag., M.Si.

NIP 19711005 199603 2 002



PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/2382 /2015

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul :
**COPING STRATEGY PADA MAHASISWI YANG HAMIL (STUDI FENOMENOLOGI
PADA DUA ORANG MAHASISWI PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA)**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

N a m a : Much Faisal Ridlo
Nomor Induk Mahasiswa : 12220002
Telah dimunaqasyahkan pada : Senin, 21 Desember 2015
Nilai Munaqasyah : 96 (A)

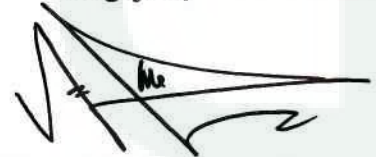
dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga.

TIM MUNAQOSYAH

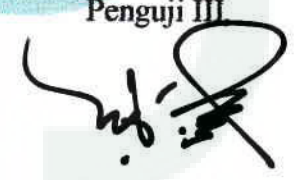
Ketua Sidang/Penguji I,


Dr. Casmini, M.Si
NIP: 19711005 199603 2 002

Penguji II,

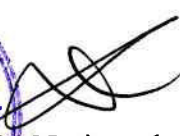

Drs. H Abdullah, M. Si.
NIP : 19640204 199203 1 004

Penguji III


Muhsin, S.Ag, MA.
NIP: 19700403 200312 1 001

Yogyakarta, 31 Desember 2015
Dekan,




Dr. Nurjannah, M.Si
NIP: 19600310 198703 2 001

MOTTO

“Pagawean anu dilaksanakeun kalayan jeung hate, pasti ngahasilkeun anu alus”

Pekerjaan yang dilakukan dengan hati pasti hasilnya bagus¹

-Pepatah Sunda-



¹ <http://gambarfoto.co/kata-mutiara-bahasa-sunda-dan-artinya.html>, diakses tanggal 22 Desember 2015.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya tulis ini saya persembahkan untuk:

Yang tercinta dan selalu ku cintai Ibu, Bapak (Ibu Siti Aisah dan Bapak Tanto Jauhari) yang telah menjadi pelita di kegelapan hidupku, cahaya yang selalu menerangi jalanku, serta embun yang menenangkan hatiku. You are better by far, than all the rest, these two words say it all “you’re the best”.



KATA PENGANTAR

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Puji syukur Alhamdulillah, kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan kepada kita sehingga kita masih mempunyai kesempatan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang selalu memberi inspirasi bagi kami untuk tetap peduli kepada sesama.

Alhamdulillah, penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik atas dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dengan segala partisipasinya kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Machasin, MA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Nurjannah selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M. Si. selaku ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Dr. Casmini, M.Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam proses penyelesaian skripsi ini, terima kasih banyak atas segala bimbingan dan ilmu yang telah diberikan.
5. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M. Si. selaku dosen penasehat akademik

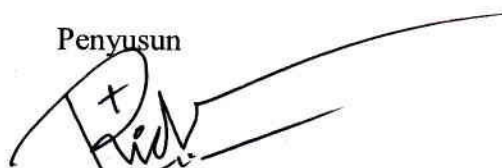
6. Segenap staff TU prodi Bimbingan dan Konseling Islam dan staff TU Fakultas bidang Akademik yang memudahkan administrasi bagi penulis selama kegiatan perkuliahan sampai akhir masa studi.
7. Ibu bapakku (Ibu Siti Aisah dan Bapak Tanto Jauhari), adik kakakku (Annida Nurul Qurani dan Astri Afianti Jauhari) serta Jahida Wildani, terimakasih selalu memberikan senyum penyemangat, support dan perhatiannya untuk saya.
8. Teman-teman seribu satu kisah yang telah kita lalui bersama, *special thanks to* BKI angkatan 2012 yang telah berjuang bersama dalam suka dan duka.
9. Berbagai pihak yang telah membantu proses penulisan skripsi yang tidak bisa penyusun sebutkan satu-persatu.

Penyusun menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penyusun sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan pada masa yang akan datang. Harapan penyusun semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Yogyakarta, 14 Desember 2015

Penyusun



Much Faisal Ridlo

NIM: 12220002

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	I
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	V
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan judul.....	1
B. Latar belakang masalah.....	2
C. Rumusan masalah.....	6
D. Tujuan penelitian.....	6
E. Manfaat penelitian.....	6
F. Tinjauan pustaka.....	7
G. Kerangka teori.....	13
H. Metode penelitian.....	42
I. Sitematika pembahasan.....	48

BAB II PROFIL DAN GAMBARAN UMUM SUBJEK.....	49
A. Identitas subjek pertama (X).....	49
B. Identitas subjek kedua (Y).....	50
C. Latar belakang pendidikan subjek pertama (X).....	51
D. Latar belakang pendidikan subjek kedua (Y).....	52
E. Latar belakang sosial subjek pertama (X).....	53
F. Latar belakang sosial subjek kedua (Y).....	53
G. Latar belakang budaya subjek pertama (X).....	54
H. Latar belakang budaya subjek kedua (Y).....	55
I. Kondisi perekonomian keluarga subjek pertama (X).....	56
J. Kondisi perekonomian keluarga subjek kedua (Y).....	57
K. Kondisi keagamaan subjek pertama (X).....	58
L. Kondisi keagamaan subjek kedua (Y).....	58
 BAB III PROBLEMATIKA, PENGARUH SERTA COPING STRATEGY PADA MAHASISWI YANG HAMIL.....	 59
A. Problematika yang dialami mahasiswa yang hamil.....	59
1. Problematika akademis.....	59
2. Problematika psikologis.....	64
3. Problematika sosial.....	70
B. Pengaruh kehamilan pada proses akademis, psikologis dan sosial.....	72
1. Pengaruh pada akademis.....	72
2. Pengaruh pada psikologis.....	76

3. Pengaruh pada sosial.....	79
C. Coping Strategy pada mahasiswa yang hamil.....	84
1. Problem Focus Coping.....	84
2. Emotional Focus Coping.....	95
BAB IV PENUTUP.....	108
A. Kesimpulan.....	108
B. Saran.....	110
DAFTAR PUSTAKA.....	112
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Problematika dan pengaruh mahasiswa yang hamil.....	82
Tabel 2	Bentuk dan respon coping pada mahasiswa yang hamil.....	106



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan judul

Dalam upaya memberikan pemahaman juga penafsiran terhadap skripsi yang berjudul “*Coping Strategy* Pada Mahasiswi yang Hamil” maka penyusun memberikan batasan-batasan pengertian beserta penegasan sebagai berikut:

1. *Coping Strategy*

Stategi Koping (*coping strategy*) itu sendiri merupakan upaya yang berfokus pada masalah (*Problem Focus Coping*) dan berfokus pada emosi (*Emotion Fokus Coping*) untuk mengelola tuntutan-tuntutan eksternal maupun internal (konflik antar keduanya) yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya seseorang.¹

Coping strategy pada penelitian ini merupakan cara seseorang untuk menghadapi suatu masalah, yang pada umumnya dilakukan 2 jenis cara:

- a. *Emotional Focused Coping* yaitu lebih menghadapi masalah berdasarkan hal-hal yang dirasakan sebagai akibat masalah tersebut.
- b. *Problem Focused Coping*, jika seseorang cenderung melakukan pendekatan terhadap akar/penyebab masalahnya.²

Pemahaman *Coping Strategi* pada penelitian ini lebih ditekankan pada cara dalam menghadapi masalah.

¹Richard S. Lazarus, *Emotion and Adaptation*, (New York: Oxford University Press, 1991), hlm. 112.

²Djohan, *Terapi Musik*, (Yogyakarta: Galangpress Group, 2006), hlm. 216.

2. Mahasiswi yang hamil

Pemahaman mahasiswi yang hamil pada skripsi ini adalah pelajar perempuan yang sedang hamil pada saat kuliah. Dalam hal ini penyusun meneliti 2 (dua) mahasiswa yang pernah hamil pada saat kuliah.

Berdasarkan definisi diatas, dapat diketahui bahwa maksud penelitian yang berjudul "*Coping Strategy* pada Mahasiswi yang hamil" menitikberatkan pada cara dalam menghadapi masalah yang dilakukan oleh mahasiswi yang sedang hamil pada saat menempuh studinya di perguruan tinggi, dalam mengatasi masalah akademis, psikis dan sosial yang ada di lingkungan perkuliahannya.

B. Latar belakang masalah

Kehamilan merupakan momen sakral yang dialami oleh seorang wanita dalam hidupnya. Tentunya banyak wanita yang mendambakan kehamilan. Namun, sering kali terjadi problematika yang menjadikan seorang wanita takut dalam menjalani aktifitas saat kehamilan. Menjalankan sebuah aktifitas dipandang akan mengganggu proses kehamilan yang berlangsung. Maka dari itu, banyak sekali wanita yang membatasi aktifitasnya guna menjaga stabilitas janin yang dikandungnya. Wanita hamil yang memiliki kegiatan yang padat akan mengalami kesulitan (problematika) dalam menjalankan aktifitasnya. Termasuk wanita hamil yang sedang mengalami proses pembelajaran di sebuah perguruan tinggi. Wanita hamil yang sedang menjalankan proses pembelajaran di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswi yang sedang hamil. Mahasiswi yang sedang hamil seringkali mengalami resistensi atau prolematika baik problematika akademis, psikologi ataupun sosial. Problematika tersebut dapat menghambat aktifitas yang biasa

mereka jalani di lingkungan perkuliahan. Maka dari itu, dibutuhkan *coping strategy* dalam menyikapi semua permasalahan yang terjadi.

Coping strategy menjadi penting terutama bagi mahasiswa yang hamil pada masa perkuliahan. Banyak persoalan mahasiswa di lingkungan perkuliahan yang perlu diatur seperti : mengatur waktu, mengatur pergaulan, mengatur aktivitas, dll. Kegagalan mahasiswa mengatur diri, menilai lingkungan, dan mengambil keputusan mengakibatkan terjadi permasalahan dalam diri dan permasalahan dengan orang lain. Peristiwa ini membuktikan mahasiswa kurang memiliki *coping strategy*.

Coping strategy merupakan suatu proses usaha untuk mempertahankan tuntutan yang berasal dari diri sendiri dan lingkungan. Beberapa psikolog menganggap *coping strategy* ini sebagai hasil dan setiap individu menemukan keberhasilannya untuk mendapatkan penghargaan.³ Mahasiswa yang sedang hamil secara tidak langsung akan beradaptasi dengan lingkungan perkuliahannya. Mahasiswa yang sedang hamil akan belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahannya guna mengatasi permasalahan yang muncul. Mahasiswa yang hamil dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahannya dikarenakan mahasiswa yang hamil akan mengalami suatu proses belajar yang kompleks secara sosial dan kognitif.⁴ Adaptasi (*coping*) pada masa kehamilan akan berjalan seiring dengan kondisi lingkungan yang ditempatinya dikarenakan kehamilan merupakan krisis maturasi yang akan menimbulkan berbagai permasalahan. Namun, jika permasalahan tersebut dapat ditanggulangi, maka mahasiswa yang sedang hamil

³Arie Arumwardhani, *Psikologi Kesehatan*, (Yogyakarta: Galang Press, 2011), hlm. 243.

⁴Ni Nengah Susanti, *Psikologi Kehamilan*, (Jakarta: EGC, 2008), hlm. 8.

akan siap untuk memasuki fase baru, yaitu mengemban tanggung jawab dan merawat kehamilannya tanpa mengabaikan statusnya sebagai seorang pelajar. Konsep diri akan berubah, dan menyiapkan peran baru. Secara bertahap, akan berubah dari memerhatikan dirinya sendiri dan mempunyai kebebasan, menjadi komitmen untuk bertanggung jawab kepada makhluk lain. Hal ini membutuhkan tugas perkembangan yang pasti dan tuntas, yaitu menerima kehamilan, mengidentifikasi peran (sebagai ibu dan mahasiswa) membangun kembali hubungan dengan anak yang di kandungnya⁵, serta dengan sosial ataupun lingkungan sekitarnya.

Dalam hal ini strategi menyesuaikan diri (*coping strategy*) menurut penyusun adalah teknik dalam mengatasi berbagai macam resistensi yang timbul akibat proses perkembangan yang dipengaruhi oleh aspek-aspek eksternal seperti: interaksi, lingkungan, budaya, dsb.

Pada kasus *coping strategy* pada mahasiswi yang hamil ini, penyusun memahaminya sebagai sebuah konteks dimana:

1. Mahasiswi yang hamil yang menjalankan aktifitas pembelajaran di perguruan tinggi. Dalam hal ini, penyusun meneliti dua orang mahasiswi yang pernah hamil pada masa perkuliahan.
2. Mahasiswi yang hamil yang mengalami kesulitan di bidang akademis.
3. Mahasiswi hamil yang sudah memahami bagaimana cara menyesuaikan diri dengan kondisinya.

⁵*Ibid.*, hlm. 9.

4. Mahasiswi yang hamil yang tidak dapat berinteraksi baik dengan lingkungan perkuliahannya (dosen, teman, mata kuliah, dsb) juga tidak bisa mengendalikan respon negatif dari kondisi psikisnya.

Penyusun membatasi penelitian ini ditujukan pada mahasiswi yang hamil pada masa perkuliahan. Hal ini akan menjadi menarik untuk diteliti apabila *coping strategy* yang digunakan oleh mahasiswi yang sedang hamil relevan dengan realitas yang terjadi.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka maksud dari judul “*Coping Strategy Pada Mahasiswi yang Hamil di Lingkungan Perkuliahan*” adalah penelitian ini berfokus pada berbagai macam problematika yang menyangkut 3 aspek yaitu 1) Akademis, 2) Psikologis dan 3) Sosial, yang dialami oleh mahasiswi hamil yang sedang menjalani aktifitas pembelajaran di lingkungan perkuliahan, dan respon terhadap problematika yang dialaminya (*coping strategy*). Respon pada penelitian ini berupa upaya yang berfokus pada masalah (*Problem Focus Coping*) dan berfokus pada emosi (*Emotion Focus Coping*). Dalam hal pemecahan masalahnya respon yang digunakan adalah respon untuk menghadapi (*fight*), respon membiarkan (*Freeze*) dan respon untuk menghindar (*flight*). Ketiga respon ini akan memunculkan (*coping strategy*) yang berbeda.

C. Rumusan masalah

1. Apa saja problematika yang dialami oleh mahasiswa yang hamil?
2. Bagaimana pengaruh kehamilan terhadap proses akademik, sosial dan psikologi?
3. Bagaimana *coping strategy* yang dilakukan oleh mahasiswa yang hamil dalam mengatasi problematikanya?

D. Tujuan penelitian

1. Mengetahui problematika yang dialami oleh mahasiswa yang hamil.
2. Mengetahui pengaruh kehamilan terhadap proses akademik, sosial dan psikologi.
3. Mengetahui *coping strategy* yang dilakukan oleh mahasiswa yang hamil dalam mengatasi problematikanya.

E. Manfaat penelitian

1. Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan *treatment* konselor dalam menghadapi masalah yang serupa, juga dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan di bidang *coping strategy* serta dapat diaplikasikan dalam kegiatan Bimbingan dan Konseling Islam.

2. Praktis

- a. Bagi Penyusun: Dengan adanya penelitian ini penyusun bisa mendapatkan pengalaman dan wawasan yang luar biasa yang bisa dijadikan acuan penyusun dalam pengembangan keilmuan di kemudian hari.

- b. Bagi Orang yang Diteliti: dengan adanya penelitian ini orang yang diteliti bisa mendapatkan pemahaman baru terkait *coping strategy* guna membantu mengatasi problematika yang dialaminya.
- c. Bagi Jurusan: Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan *treatment* atau intervensi untuk mengatasi problematika bagi mahasiswa yang sedang hamil dalam menjalankan aktivitas perkuliahannya, juga sebagai bahan acuan untuk penelitian serupa di masa yang akan datang untuk dikembangkan lebih lanjut.

F. Tinjauan pustaka

Sebelum penelitian dilakukan, penyusun telah menelaah dan membaca beberapa referensi yang membahas mengenai *coping strategy*. Hal ini guna memastikan originalitas penelitian yang akan dilakukan. Dari proses telaah yang telah dilakukan, beberapa penelitian yang terkait *coping strategy*, diantaranya sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh Fara Sofah Intani dan Endang R. Surjaningrum dari Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya yang berjudul “*Coping Strategy* pada Mahasiswa Salah Jurusan” penelitian ini memfokuskan pada pemahaman macam konflik yang muncul pada mahasiswa salah jurusan dan *coping strategy* yang digunakan untuk menghadapinya. Secara garis besar konflik pada penelitian ini dikategorikan menjadi: 1) Konflik Psikologis, 2) Konflik akademik, dan 3) Konflik Relasional. Penelitian ini merupakan penelitian

kualitatif.⁶ Metode yang digunakan pada penelitian ini hampir sama dengan yang diangkat oleh penyusun, hanya saja yang membedakan adalah subjek, objek serta problematika yang ada.

Skripsi karya Amalia Rahmandani dari Jurusan Psikologi Universitas Diponegoro Semarang yang berjudul “Strategi penganggulangan (*coping*) pada Ibu yang Mengalami *Postpartum Blues* di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang”.⁷ Skripsi ini meneliti tentang strategi penanggulangan ibu yang mengalami masalah sesuai melahirkan. Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian penyusun adalah metode/strategi, subjek dan objek yang diteliti, dimana penyusun lebih menekankan pada *coping strategy* pada mahasiswa yang sedang hamil pada masa perkuliahan.

Skripsi karya Dian Noviana Putra dari Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang berjudul “Strategi *Coping* terhadap Stress pada Mahasiswa Tunanetra UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta”⁸. Penelitian ini mengeksplorasi tentang berbagai macam tuntutan yang harus dipenuhi dari mahasiswa difabel dan bagaimana cara menyelesaikan tuntutan tersebut (*coping*). Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif. Perbedaan dengan skripsi penyusun adalah terletak pada

⁶Fara Sofah Intani dan Endang R. Surjaningrum, *Coping Strategy* pada Mahasiswa Salah Jurusan, *Jurnal Psikologi*, Universitas Airlangga Surabaya *INSAN* 12 : 02, (Agustus 2010), hlm. 119.

⁷Amalia Rahmandani, *Strategi penganggulangan (coping) pada Ibu yang Mengalami Postpartum Blues* di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Semarang: Jurusan Psikologi Universitas Diponegoro, 2010).

⁸Dian Noviana Putra, *Strategi Coping terhadap Stress pada Mahasiswa Tunanetra UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013).

objek dan subjek yang digunakan. Dimana, penyusun memilih mahasiswi yang sedang hamil dalam subjek penelitiannya.

Skripsi Rohmah Fitriyani dari Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul “Strategi *Coping* pada Muslimah Korban Kecelakaan Lalu Lintas”.⁹ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui masalah yang muncul akibat kecelakaan lalu lintas dan bentuk strategi *coping* yang digunakan. Perbedaan dengan skripsi penyusun terletak pada subjek dan jenis *coping* yang digunakan.

Penelitian yang dilakukan oleh Arman Marwing dari Lembaga Penelitian Pengembangan Psikologi dan Keislaman (LP3K) yang berjudul “Problem Psikologis dan Strategi *Coping* Pelaku Upacara Kematian Rambu Solo’ di Toraja”¹⁰ Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika psikologis subjek dengan cara memahami faktor motivasional individu dari tana’ bulan miskin dalam melaksanakan upacara rambu solo’, beban keuangan sebagai kejadian menekan yang mereka hadapi, strategi pengatasan masalah dan dampak psikologis pada tana’ bulaan miskin. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Perbedaan antara penelitian ini dengan skripsi penyusun terletak pada masalah yang diambil.

⁹Rohmah Fitriyani, Strategi *Coping* pada Muslimah Korban Kecelakaan Lalu Lintas, Skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013).

¹⁰Arman Marwing, Problem Psikologis dan Strategi *Coping* Pelaku Upacara Kematian Rambu Solo’ di Toraja, Jurnal Psikologi, 8 : 2, (Januari 2011), hlm. 209.

Skripsi Bernike Sri Wahyuningtyas dari Universitas Brawijaya Malang yang berjudul “Strategi *Coping* Pada Korban *Cyberbullying* Pengguna Jejaring Sosial Facebook”¹¹. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi coping yang digunakan oleh korban *cyberbullying* pengguna jejaring sosial facebook dalam menghadapi masalahnya. Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian penyusun terletak pada masalah dan subjek yang diteliti.

Skripsi Rachmawati Mariana dari Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya Malang yang berjudul “Hubungan Antara Optimisme Dengan *Coping Stress* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam Menghadapi Skripsi”¹². Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara optimisme dengan coping stress pada mahasiswa tingkat akhir yang bekerja part time dalam menghadapi skripsi. Jenis penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan metode statistik korelasional. Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian penyusun terletak pada metode dan masalah yang diambil.

Berdasarkan penelitian dari Rosmala Dewi yang berjudul “Pembimbing Akademik Membantu Mahasiswa Melakukan Relaksasi sebagai Bentuk Coping Stres di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling FIP

¹¹Bernike Sri Wahyuningtyas, Strategi Coping Pada Korban Cyberbullying Pengguna Jejaring Sosial Facebook, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Malang: Universitas Brawijaya Malang, tt).

¹²Rachmawati Mariana, Hubungan Antara Optimisme Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam Menghadapi Skripsi, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Malang: Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya Malang, tt).

UNIMED”.¹³ Penelitian ini ditekankan pada strategi *coping* guna mengetahui tingkat masalah mahasiswa yang dibimbing penyusun di jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan Unimed juga guna meningkatkan strategi coping stres pada diri mahasiswa dengan melakukan relaksasi dibimbing oleh dosen pembimbing akademik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penyusun terletak dari tujuan penelitian serta metode dan subjek yang digunakan.

Penelitian Gantina Komalasari dan Herdidari Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta yang berjudul “*Coping Skills* Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Di Provinsi Dki Jakarta”.¹⁴ Penelitian ini bertujuan guna mendapatkan gambaran empirik tentang tingkat kecemasan siswa kelas XII SMA Negeri di Provinsi DKI Jakarta dalam menghadapi Ujian Nasional (UN). Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik survey. Perbedaan penelitian ini dengan skripsi penyusun terletak pada metode dan masalah yang diambil.

Skripsi Lusi Yenjeli dari Universitas Gunadarma yang berjudul “Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai”.¹⁵ Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran stres yang dialami single mother yang bercerai, mengetahui penyebab

¹³Rosmala Dewi, Pembimbing Akademik Membantu Mahasiswa Melakukan Relaksasi sebagai Bentuk Coping Stres di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling FIP UNIMED, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Medan: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan, tt).

¹⁴Gantina Komalasari dan Herdi, *Coping Skills Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Di Provinsi DKI Jakarta*, (Jakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta, 2010).

¹⁵Lusi Yenjeli, *Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai*, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Jakarta: Universitas Gunadarma, tt).

stres yang dialami oleh single mother, dan mengetahui gambaran coping yang dilakukan single mother untuk mengatasi stres tersebut. Penelitian ini bersifat kualitatif. Perbedaan penelitian ini dengan skripsi penyusun terletak pada metode dan masalah yang diambil.

Skripsi Glory Nathalia Ngantung dari Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga yang berjudul “Penyesuaian Perkawinan pada Mahasiswi yang Menikah karena Hamil diluar Nikah”¹⁶. Penelitian ini bertujuan guna mengetahui bentuk penyesuaian diri mahasiswi yang hamil diluar nikah. Penelitian ini bersifat kualitatif deskriptif. Perbedaan penelitian ini dengan skripsi penyusun terletak pada bentuk penyesuain serta masalah yang dihadapi.

Skripsi Nabila Nataza dari Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran yang berjudul “Studi Kasus Mengenai Strategi Coping Stress Pada Perempuan *Emerging Adulthood* Korban *Dating Violence* Yang Mempertahankan Hubungan Dengan Pasangannya”¹⁷.

Berdasarkan kajian dari penelitian yang disebutkan di atas, telah menginspirasi penyusun mendorong untuk meneliti tentang “*Coping Strategy* pada Mahasiswi yang sedang Hamil di Lingkungan Perkuliahan”. Dalam penelitian ini akan mengungkap bentuk strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswi yang sedang hamil. Dilihat dari beberapa penelitian diatas membuktikan bahwa skripsi penyusun belum pernah diteliti dan jauh dari plagiatisme.

¹⁶Glory Nathalia Ngantung, Penyesuaian Perkawinan pada Mahasiswi yang Menikah karena Hamil diluar Nikah, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2012).

¹⁷Nabila Nataza, Coping Stress Pada Perempuan *Emerging Adulthood* Korban *Dating Violence* Yang Mempertahankan Hubungan Dengan Pasangannya, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Sumedang: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, 2014).

G. Kerangka teori

1. Coping Strategy

Coping strategy memegang peranan penting dalam setiap aspek pertahanan yang dilakukan individu terhadap problematika yang dihadapinya. *Coping strategy* dijadikan sebagai cara yang sangat ampuh dalam mengatasi setiap problematika.

Dalam *coping strategy* banyak faktor yang mendukung performa seseorang dalam membentuk cara pertahanan. Untuk penjelasan lebih spesifik terkait *coping strategy* dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Pengertian

Coping Strategy merupakan coping yang digunakan individu secara sadar dan terarah dalam mengatasi sakit atau stresor yang dihadapinya. Terbentuknya cara coping bisa diperoleh melalui proses belajar dalam pengertian yang luas dan relaksasi.¹⁸

Menurut Lazarus and Folkman *coping strategy* merupakan usaha-usaha baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengatasi, meredakan, dan mentolerir tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal. Tuntutan disebabkan oleh interaksi antara individu dengan peristiwa-peristiwa yang dinilai dapat menimbulkan stress.¹⁹

¹⁸Nursalam, *Asuhan Keperawatan pada Pasien terinfeksi HIV/AIDS*, (Jakarta: Salemba Medika, 2007), hlm. 25.

¹⁹Richard S. Lazarus, *Emotion and Adaptation*, (New York: Oxford University Press, 1991), hlm. 112.

Menurut Pamela dkk, *Coping Strategy* merupakan usaha kognitif dan tingkah laku yang digunakan untuk mengatur kebutuhan internal atau eksternal yang spesifik dan melebihi sumber-sumber dari seseorang.²⁰

Coping Strategy adalah cara berfikir dan bereaksi yang ditujukan untuk mengatasi beban atau transaksi yang menyakitkan.²¹

Coping Strategy merupakan upaya yang berfokus pada masalah (*Problem Focus Coping*) dan berfokus pada emosi (*Emotion Fokus Coping*) untuk mengelola tuntutan-tuntutan eksternal maupun internal (konflik antar keduanya) yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya seseorang.²²

b. Problem Focus Coping

Problem Focused Coping, jika seseorang cenderung melakukan pendekatan terhadap akar/penyebab masalahnya.²³ Pada *coping* ini, seseorang dituntut untuk mencairitahu pencebab awal permasalahannya.

Menurut Carver *problem-focused coping* merupakan jenis perilaku coping yang berfokus pada masalah pemecahan masalah *problem-focused coping* menurut Carver, perilaku terdiri dari:

1. Perencanaan usaha individu dalam berpikir tentang bagaimana mengatasi penyebab stress.

²⁰Pamela J, dkk, *Langkah Dasar dalam Perencanaan Riset Keperawatan*, (Jakarta: EGC, 1998), hlm. 42.

²¹Tamher, *Kesehatan Usia Lanjut dgn Pendekatan Asuhan Keperawatan*, (Jakarta: Salemba Medika, 2009), hlm. 81.

²²Richard S. Lazarus, *Emotion and Adaptation*, hlm. 112.

²³Djohan, *Terapi Musik*, hlm. 216.

2. Keaktifan diri usaha individu untuk mengambil tindakan langsung dengan mengerahkan segala daya upaya untuk mencoba memindahkan atau menghilangkan penyebab stress dengan cara bijaksana.
3. Penguasaan diri usaha individu untuk menguasai diri dengan mengontrol atau mengendalikan tindakan sampai ada kesempatan yang tepat untuk bertindak.
4. Penekanan pada suatu aktifitas utama usaha individu untuk membatasi perhatian individu terhadap aktivitas lainnya yang mungkin berlawanan, supaya konsentrasi lebih penuh pada masalah penyebab stress yang sedang dihadapi.
5. Pemahaman kembali secara positif usaha individu untuk membuat situasi yang terbaik dengan mengembangkan atau melihat permasalahan dari segi yang lebih baik.
6. Mencari dukungan sosial instrumental usaha individu dalam mencari bantuan, informasi, atau nasehat tentang apa yang bisa dilakukan untuk mengatasi penyebab stress.
7. Mencari dukungan sosial emosional usaha individu untuk mendapatkan simpati atau dukungan emosional dari orang lain.
8. Penggunaan obat-obatan usaha individu untuk mengurangi stress melalui penggunaan obat-obatan dan minuman beralkohol.
9. Menggunakan humor usaha individu untuk mengurangi stress melalui humor.

10. Menghilangkan peristiwa yang tidak menyenangkan usaha individu untuk menghilangkan hal-hal yang tidak menyenangkan dalam kehidupannya.²⁴

Adapun menurut Aldwin dan Revenson dengan teorinya *Approach-coping* yang sejalan dengan teori dari Lazarus, mengemukakan bahwa *Approach-coping* (*Problem Focused Coping*) terbagi menjadi tiga bagian:

1. *Coutinousness* (kehati-hatian) yaitu individu berfikir dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan sebelumnya.
2. *Instrumental Action* (tindakan instrumental) adalah tindakan individu yang diarahkan pada penyelesaian masalah secara langsung serta menyusun langkah yang akan dilakukan.
3. *Negotiation* (Negosiasi) merupakan beberapa usaha oleh seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalahnya untuk ikut menyelesaikan masalah.

Coping Strategy yang berorientasi pada masalah (selanjutnya disingkat PFC) merupakan usaha yang dilakukan individu dengan cara menghadapi secara langsung sumber masalah. PFC terdiri atas 3 bentuk, yaitu: kehati-hatian (*C = Cautiousness*), aksi instrumental (*IA = Instrumental Action*), negosiasi (*N = Negotiation*).²⁵

²⁴Charles S. Carver, dkk., "Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach", *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56 : 2, (1989), hlm. 268.

²⁵Emma Indirawati, "Hubungan antara Kematangan beragama dengan Strategi *Coping*", *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3 : 2, (2006), hlm.73.

c. Emotion Focus Coping

Emotional Focused Coping yaitu lebih menghadapi masalah berdasarkan hal-hal yang dirasakan sebagai akibat masalah tersebut.²⁶ *Emotional Focused Coping* sendiri lebih menekankan pada pengaturan emosi individu. Dalam mengatur emosi individu senantiasa mengarahkan kepada emosi-emosi yang positif.

Menurut Carver aspek-aspek yang dapat digunakan untuk mengungkap *emotion-focused coping*. Aspek-aspek tersebut adalah:

1. Mencari dukungan untuk pertimbangan emosi 7 kecenderungan untuk memperoleh dukungan, simpati, dan pengertian dari lingkungan sekitar.
2. Mengubah kembali keadaan atau kejadian secara positif menginterpretasikan situasi stress dengan pandangan positif.
3. Peningkaran respon atau tanggapan individu yang berbentuk penolakan terhadap sumber masalah.
4. Penerimaan tanggapan individu terhadap situasi stress dengan menerima kondisi tersebut sebagai suatu hal yang harus dijalani.
5. Beralih pada agama individu cenderung lari pada agama ketika ada masalah.²⁷

Adapun menurut Aldwin dan Revenson *Emotion Focused Coping* terbagi menjadi:

1. *Escapism* (melarikan diri dari masalah) adalah perilaku menghindari masalah dengan cara membayangkan seandainya berada dalam suatu situasi lain yang

²⁶Nursalam, "Asuhan Keperawatan pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS", hlm. 25.

²⁷Charles S. Carver, dkk, "Assessing Coping Strategies", hlm. 268.

lebih menyenangkan, menghindari masalah dengan makan ataupun tidur, bisa juga merokok ataupun meneguk minuman keras.

2. *Minimization* (menganggap masalah seringan mungkin) adalah tindakan menghindari masalah dengan menganggap seakan-akan masalah yang tengah dihadapi itu jauh lebih ringan daripada yang sebenarnya.
3. *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri) merupakan cara seseorang saat menghadapi masalah dengan menyalahkan serta menghukum diri secara berlebihan sambil menyesali tentang apa yang telah terjadi.
4. *Seeking Meaning* (mencari hikmah yang tersirat) adalah suatu proses dimana individu mencari arti kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari segi-segi yang menurutnya penting dalam hidupnya. Dalam hal ini individu coba mencari hikmah atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya.

Coping strategy yang berorientasi pada emosi (selanjutnya disingkat EFC) lebih diarahkan pada usaha untuk menghadapi tekanan-tekanan emosi atau stres yang ditimbulkan oleh problem yang dihadapi. EFC (*Emotional Focused Coping*) terdiri atas 4 (empat) bentuk, yaitu: melarikan diri dari masalah (*E = Escapism*), menganggap masalah seringan mungkin (*M = Minimization*), meyalahkan diri sendiri (*SB = Self Blame*), dan mencari makna tersirat (*SM = Seeking Meaning*).²⁸

²⁸Emma Indirawati, "Hubungan antara Kematangan beragama dengan Strategi *Coping*", *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*", hlm.73.

d. Respon Untuk Menghadapi (*Fight*)

Ini berarti berjuang untuk menghadapi atau melawan situasi, Contohnya:

1. Konfrontasi orang atau situasi.
2. Agresifitas, penyaluran, pengalihan ke orang atau sesuatu yang lain.
3. Mengubah diri, belajar menghadapi pola hidup (kebiasaan).
4. Mengubah lingkungan.²⁹

e. Respon Membiarkan (*Freeze*)

Respon berupa berdiam diri dengan tegang , disertai perasaan putus asa, dan tidak berdaya. Bila reaksi ini berkepanjangan, maka akan timbul *mental breakdown*.³⁰

f. Respon Untuk Menghindar (*Flight*)

Suatu kegiatan untuk menghindari .kegiatan ini dapat berupa:

1. Melamun

Melamun adalah tindakan memikirkan sesuatu di alam bawah sadar manusia. Melamun biasanya disertai dengan berdiam diri di tempat yang tenang.

2. Mengingkari

Mengingkari merupakan kondisi dimana seseorang mengabaikan apa yang telah dia janjikan (lakukan).

²⁹Singgih Gunarsa, *Asas-asas Psikologi Keluarga Idaman*, (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2002), hlm. 140.

³⁰*Ibid.*, hlm. 141.

3. Pura-pura tidak ada masalah

Pura-pura tidak ada masalah merupakan suatu bentuk cara pertahanan dengan berusaha melupakan apa yang telah terjadi.

4. Pergi dari masalah

Pergi dari masalah merupakan cara yang tidak baik untuk dilakukan. Karena, dengan pergi dari masalah tidak akan menyelesaikan dan menghapus problematika yang ada.

Pada dasarnya upaya menghindari kurang bermanfaat, khususnya bila masalah tetap ada.³¹

g. Koping yang Positif

Dalam hal menyesuaikan diri dengan masalah yang dihadapi, perlu adanya *coping* yang sesuai dengan masalah yang dihadapi. Dalam artian, *coping* yang digunakan haruslah sejalan dengan nilai yang ada dalam lingkungan itu sendiri. Berikut beberapa jenis *coping* positif yang relevan dengan masalah mahasiswa hamil di lingkungan perkuliahan:

1. Pemberdayaan Sumber Daya Psikologis (Potensi Diri)

Sumber daya psikologis merupakan kepribadian dan kemampuan individu dalam memanfaatkannya menghadapi masalah yang disebabkan situasi dan lingkungan (Pearlin dan Schooler, 1978:5). Karakteristik di bawah ini merupakan sumber daya psikologis yang penting.

³¹Singgih Gunarsa, "Asas-asas Psikologi Keluarga Idaman", Hlm. 140.

a. Pikiran yang positif tentang dirinya

Jenis ini bermanfaat dalam mengatasi masalah, sebagaimana teori dari *colley's looking-glow self* rasa percaya diri, dan kemampuan untuk mengatasi masalah yang dihadapi.³²

b. Mengontrol diri sendiri

Kemampuan dan keyakinan untuk mengontrol tentang diri sendiri dan situasi (*internal control*) dan *eksternal control* (bahwa kehidupannya dikendalikan oleh keberuntungan dan nasib dari luar) sehingga individu akan mampu mengambil hikmah dari masalahnya (*looking for silver lining*). Kemampuan mengontrol diri akan membuat koping. Konselor harus menguatkan kontrol diri klien dengan melakukan tindakan untuk:

1. Membantu klien mengidentifikasi masalah dan seberapa jauh dia dapat mengontrol diri.
2. Meningkatkan perilaku menyelesaikan masalah.
3. Membantu meningkatkan rasa percaya diri, bahwa pasien akan mendapatkan hasil yang lebih baik.
4. Memberi kesempatan kepada klien untuk mengambil keputusan terhadap dirinya.
5. Mengidentifikasi sumber-sumber pribadi dan lingkungan yang dapat meningkatkan kontrol diri: keyakinan, agama.

³²Nursalam, "Asuhan Keperawatan pada pasien Terinfeksi HIV/AIDS", hlm. 26.

2. Rasionalisasi (Teknik Kognitif)

Upaya memahami dan menginterpretasikan secara spesifik terhadap masalah dalam mencari arti dan makna dari masalah. Dalam menghadapi permasalahan, respon individu secara rasional adalah dia akan menghadapi secara terus terang, mengabaikan atau memberitahukan kepada diri sendiri bahwa masalah tersebut bukan sesuatu yang penting untuk dipikirkan dan semuanya akan berakhir dengan sendirinya. Sebagian orang berfikir bahwa setiap suatu kejadian akan menjadi sesuatu tantangan dalam hidupnya. Sebagian lagi menggantungkan semua permasalahan dengan melakukan kegiatan spiritual, lebih mendekati diri kepada sang pencipta untuk mencari hikmah dan makna dari semua yang terjadi.

3. Teknik Prilaku

Teknik prilaku dapat dipergunakan untuk membantu individu dalam mengatasi permasalahan. Penelitian Nursalam yang dilakukan di RSUD DR. Soetomo tentang pengaruh strategi koping terhadap respon psikologis (penerimaan) menunjukkan bahwa kemarahan (*anger*) dan *bargaining* dipengaruhi oleh penggunaan strategi koping.³³

h. Koping yang Negatif

1. Penyangkalan (*avoidance*). Penyangkalan meliputi penolakan untuk menerima atau menghargai keseriusan masalah. Individu biasanya mengacuhkan besarnya masalah. Penyangkalan ini merupakan cara pertahanan ego yang melindungi terhadap kecemasan.

³³*Ibid.*, hlm. 27.

2. Menyalahkan diri sendiri (*Self-blame*). Koping ini muncul sebagai reaksi terhadap suatu keputusan. Individu merasa bersalah dan semua yang terjadi akibat dari perbuatannya.
3. Pasrah (*wishfull thinking*). Individu merasa pasrah terhadap masalah yang menimpanya, tanpa adanya usaha dan motivasi untuk menghadapi.³⁴

i. Bentuk Implementasi *Coping Strategy*

Respon dari perasaan tertekan akan diimplementasikan individu ke dalam bentuk perilaku yang bermacam-macam tergantung sejauh mana individu itu memandang masalah yang sedang dihadapi. Berikut beberapa bentuk implementasi yang dihasilkan dari respon individu terhadap masalah yang dihadapinya:

1. Mencari Informasi

Keterampilan koping dalam mencari informasi mencakup:

- a. Mengumpulkan informasi yang berkaitan dapat menghilangkan kecemasan akibat salah konsepsi dan ketidakpastian.
- b. Menggunakan sumber intelektual secara efektif. Seseorang sering merasa terhibur oleh informasi mengenai problem, penanganan dan perjalanan masalah yang diperkirakan terjadi.

2. Meminta dukungan emosional

Kemampuan untuk mendapatkan dukungan emosional dari keluarga, sahabat, dsb sangat penting dalam membantu memelihara rasa kemampuan diri. Koping ini

³⁴*Ibid.*, hlm. 25.

bermakna untuk meraih bantuan dari orang lain sehingga akan memelihara harapan melalui dukungan.

3. Pembelajaran perawatan diri

Belajar merawat diri sendiri menunjukkan kemampuan dan efektivitas seseorang, ketidakberdayaan akan berkurang karena rasa bangga dalam percepatan membantu memulihkan dan memelihara harga diri.

4. Menetapkan tujuan konkret

Keseluruhan tugas beradaptasi terhadap problematika yang dihadapi tampak membingungkan pada awalnya. Namun tugas tersebut dapat dikuasai dengan cara membagi-bagi tugas tersebut menjadi tujuan yang lebih kecil dan dapat ditangani akhirnya mengarah pada keberhasilan. Hal ini dapat dilaksanakan bila motivasi tetap dijaga dan perasaan tidak berdaya dapat dikurangi.

5. Mengulangi hasil alternatif

Selalu saja ada alternatif lain dalam setiap situasi, dengan memahami pilihan tersebut membantu individu merasa berkurang ketidakberdayaannya. Dengan menggali pilihan tersebut bersama konselor dalam keluarga akan membuka realitas sebagai dasar untuk membuat keputusan selanjutnya. Koping ini membantu individu mengurangi kecemasan dengan cara mempersiapkan hari esok dengan mengingat kembali bagaimana individu mampu mengatasi kesulitan masa lalu dan meningkatkan percaya diri.

6. Menemukan makna dari masalah

Masalah merupakan satu pengalaman manusia. Kebanyakan orang menganggap masalah serius sebagai titik balik kehidupan mereka baik spiritual

maupun fisiologis. Terkadang orang menemukan kepuasan dalam kepercayaan mereka bahwa individu mungkin mempunyai makna atau berguna bagi orang lain. Mereka dapat berpartisipasi dalam proyek penelitian atau program latihan untuk saat ini. Keluarga dapat berkumpul akibat adanya penyakit meskipun menyakitkan namun dengan cara sangat berarti.³⁵

2. Hamil (Kehamilan)

a. Pengertian

Kehamilan adalah masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus didalam tubuhnya, dan kehamilan dapat terjadi jika ada pertemuan antara sel telur dan sel sperma.

Kehamilan merupakan kondisi kritis yang dialami oleh wanita, tidak hanya gangguan psikologis namun juga adanya perubahan “sense” dan identitas pada diri wanita. Selama kehamilan hormon estrogen dan progesteron akan meningkat dan menekan sekresi FSH (Follicle Stimulating Hormone) dan LH (Luteinizing Hormone) sehingga tidak terjadi pematangan dan pelepasan ovum di dalam ovarium. Ovarium juga mengeluarkan hormon relaksin yang mempunyai pengaruh menenangkan rahim sehingga pertumbuhan janin menjadi baik sampai persalinan. Sel telur dapat dibuahi hanya beberapa jam setelah ovulasi. Waktu ovulasi sel telur masih diliputi oleh corona radiata, dengan enzim hyaluronidase yang dimiliki oleh sel sperma, maka sel sperma dapat mencairkan corona radiata tersebut, sehingga salah satu sel sperma dapat menembus dinding sel telur. Setelah penggabungan antara sel telur dan sel sperma, hasil yang diperoleh disebut zygote.

³⁵*Ibid.*, hlm. 25-26.

Setelah pembuahan zygote mempunyai 46 buah kromosom, 23 buah kromosom diperoleh dari sel sperma dan 23 buah kromosom lagi diperoleh dari sel telur.³⁶

b. Ciri-ciri kehamilan

Masa Kehamilan (periode prenatal) adalah periode yang pertama dilalui oleh setiap individu dan yang paling singkat dari periode sebelumnya.

Masa Kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lama hamil normal adalah 280 hari. Pada dasarnya, trimester pertama secara umum dipertimbangkan berlangsung pada minggu pertama hingga ke 12 (12 minggu), trimester dua pada minggu ke-13 dan ke-28 (15 minggu) dan trimester ketiga pada minggu ke 29 hingga minggu ke 40.³⁷

Kehidupan dimlai ketika bersatunya sel seks pria yang disebut dengan spermatozoa dengan sel-sel wanita yang disebut indung telur (ovarium). Apabila pembuahan berhasil, dari satu sel telur yang telah dibuahi dan berukuran 0,22 mm akan terus berkembang biak dan berpindah kedalam rahim.

Kurang lebih sekitar 7-10 hari setelah pembuahan, sel telur telah dibuahi akan masuk dan menempel pada selaput dalam rahim. Dianalogikan dengan kasur, selaput dalam rahim ini tebal dan lunak sehingga dapat melindungi sel telur yang telah dibuahi. Pada tahap ini kehamilan telah dimulai.

Selama ini sel telur yang telah dibuahi tersebut berkembang biak dan membentuk semacam akar/rambut yang halus. Ini menyerap gizi yang terkandung

³⁶Ditha Arindra, Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Jakarta: Universitas Guadarma, 2012).

³⁷Yuni Hastuti, Pengaruh Penyuluhan Tanda Bahaya Kehamilan terhadap Sikap Ibu Hamil dalam menghadapi Tanda Bahaya Kehamilan di Pondok Bersalin Puri Husada Manggung Ngemplak Boyolali, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Solo: UNS, 2011), hlm. 14.

dalam selaput rahim sehingga dapat terus berkembang. Rambut-rambut halus ini nantinya memiliki fungsi yang sangat penting untuk janin.

Pada sekitar hari kelima, sel telur yang telah dibuahi dan keluar dari indung telur sudah berbentuk sebagai satu garis. Pertama terbentuk ialah saraf. Perkembangan berikutnya terbagi dua yaitu otak dan sumsum. Segera setelah ini cikal bakal organ tubuh penting seperti jantung, pembuluh darah, otot, sudah mulai terbentuk.

Di lain pihak, plasenta (ari-ari) yang berfungsi menyelimuti janin selama proses kehamilan juga sudah mulai terbentuk. Sampai usia kehamilan tiga minggu ini janin masih belum dapat dideteksi. Pada saat ini kepala bayi kurang lebih setengah dari panjang badan, dimana badan bayi masih tampak seperti ekor saja.³⁸

Sebelum penelitian terkait proses terbentuknya janin dan perkembangan pada periode pranatal. Al-Quran terlebih dahulu telah membahasnya dalam QS Al Mu'minun ayat 12, 13 dan 14.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلالَةٍ مِنْ طِينٍ ﴿١٢﴾

Artinya : “Dan sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah”³⁹

ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ﴿١٣﴾

Artinya : “Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim)”⁴⁰

³⁸Yudrik Jahja, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), hlm. 126-127.

³⁹Al-Mu'minun (23): 12.

⁴⁰Al-Mu'minun (23) : 13.

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا
 الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ
 فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ ﴿١٤﴾

Artinya: “Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta Yang Paling Baik.”⁴¹

Meskipun relatif singkat, periode pranatal mempunyai enam ciri penting, masing-masing ciri mempunyai akibat yang lambat pada perkembangan selama rentang kehidupan. Ciri-ciri itu adalah:

1. Pada saat ini sifat-sifat bauran, yang berfungsi sebagai dasar bagi perkembangan selanjutnya, diturunkan sekali untk selamanya. Sementara itu kondisi- kondisi yang baik atau tidak baik, baik sebelum atau sesudah kelahiran sampai tingkat tertentu, dapat dan mungkin mempengaruhi sifat-sifat fisik dan psikologis membentuk sifat-sifat bawaan ini, perubahan-perubahan yang terjadi bersifat kuantitatif dan bukan kualitatif.
2. Kondisi-kondisi yang baik dalam tubuh ibu dapat menunjang perkembangan sifat bawaan sedangkan kondisi yang tidak baik dapat menghambat perkembangannya bahkan sampai mengganggu pola perkembangan yang akan datang. Ada saatnya dalam rentang kehidupan sifat bawaan sangat dipengaruhi kondisi-kondisi lingkungan seperti halnya selama periode pranatal.

⁴¹ Al-Mu'minin (23) : 14.

3. Jenis kelamin individu yang baru diciptakan sudah dipastikan pada saat pembuahan dan kondisi-kondisi dalam tubuh ibu tidak akan mempengaruhinya.
4. Perkembangan dan pertumbuhan yang normal lebih banyak terjadi selama periode pranatal dibanding pada periode-periode lain dalam seluruh kehidupan individu.
5. periode pranatal merupakan masa mengandung banyak bahaya, baik fisik maupun psikologis. Meskipun tidak dapat diklaim bahwa periode ini merupakan periode yang paling berbahaya. Tetapi jelas bahwa periode ini merupakan masa dimana bahaya-bahaya lingkungan atau bahaya-bahaya psikologis dapat sangat mempengaruhi pola perkembangan.
6. Periode pranatal merupakan saat dimana orang-orang yang berkepentingan membentuk sikap pada diri individu yang baru diciptakan.⁴²

c. Kondisi Psiko-sosial

Terdapat beberapa macam kondisi psiko sosial yang dihadapi oleh wanita yang sedang hamil. Diantaranya:

1. Emosi yang di tekan

Emosi wanita yang sedang hamil juga sangatlah labil. Dia dapat memiliki reaksi yang ekstrem dan suasana hatinya kerap berubah dengan cepat. Reaksi emosional dan persepsi mengenai kehidupan juga dapat mengalami perubahan. Wanita menjadi sangat sensitif dan cenderung bereaksi berlebihan. Seorang wanita hamil akan lebih terbuka terhadap dirinya sendiri dan suka berbagi pengalaman kepada orang lain.

⁴²Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), hlm. 28.

Wanita yang sedang hamil akan menekan emosionalnya sehingga pada masa ini wanita menjadi sangat sensitive terhadap gangguan-gangguan yang tidak diinginkan.

Aspek fisik pada wanita hamil sangatlah berpengaruh terhadap kondisi fisik yang dialami wanita hamil. Setiap perubahan fisik terjadi kondisi psikis baru pun akan datang sejalan dengan emosinya.

2. Lingkungan.

Lingkungan sangatlah berpengaruh terhadap kondisi sosio-emosional wanita yang sedang hamil. Lingkungan sekitar wanita hamil akan mendukung jalannya perkembangan pada periode prenatal. terbentuknya janin dan kelahiran bayi merupakan suatu fenomena yang wajar dalam kelangsungan kehidupan manusia, namun berbagai kondisi lingkungan akan memunculkan aneka persepsi, interpretasi, dan respon individu dalam menghadapinya. Proses pembentukan janin hingga kelahiran bayi serta pengaruhnya terhadap kondisi kesehatan ibunya perlu dilihat faktor lingkungannya sebagai suatu kesatuan bukan hanya dilihat semata dari aspek biologis dan fisiologisnya saja.

d. Problematika kehamilan

Kehamilan merupakan krisis maturasi yang menimbulkan stress, tetapi berharga karena wanita tersebut menyiapkan diri untuk memberi perawatan dan mengemban tanggung jawab yang lebih besar.⁴³ Tidak hanya stress, masalah lain akan menyertai seiring dengan kondisi lingkungan tempat individu itu berada.

⁴³Siti Fauziah dan Sutejo, *Keperawatan Maternitas Kehamilan*, (Jakarta: Kencana, 2012), hlm. 26.

Berikut tiga aspek masalah (problematika) yang dihadapi oleh individu pada periode pranatal:

1. Problematika Psikologis

Seperti bahaya-bahaya yang dihubungkan dengan periode prenatal, bahaya psikologis dapat menimbulkan akibat yang tetap ada pada perkembangan individu dan dapat mempengaruhi lingkungan serta perlakuan yang diterima. Tiga bahaya psikologis yang penting berupa kepercayaan tradisional tentang perkembangan prenatal, tekanan yang dialami individu selama periode itu, dan sikap-sikap yang kurang menyenangkan kepada anak yang belum lahir dari orang-orang yang akan memegang peranan penting dalam kehidupan janin.⁴⁴

a. Kepercayaan Tradisional

Mungkin ada kepercayaan yang lebih tradisional dan lebih merusak mengenai perkembangan periode prenatal daripada kepercayaan mengenai periode-periode lain dalam rentang kehidupan. Kepercayaan demikian dapat dan memang mempengaruhi perlakuan orang tua kepada anaknya. Efek kepercayaan demikian lebih berat daripada yang diduga orang tua. Kalau orang tua yakin bahwa mereka mendapat anak yang jenis kelaminnya sesuai dengan keinginan mereka, biasanya mereka kecewa bila kemudian ternyata yang lahir jenis kelaminnya berbeda. Kekecewaan ini akan mereda dan menghilang dengan berjalannya waktu, tetapi seringkali meninggalkan bekas dalam sikap orang tua kepada anaknya.

Kepercayaan tradisional tentang bagaimana seseorang dapat meramalkan jenis kelamin anak yang belum lahir juga dapat mengakibatkan

⁴⁴Hurlock, "Psikologi Perkembangan", hlm. 43.

kebencian dan kekecewaan yang terungkap dalam sikap yang kurang menyenangkan terhadap anak, hal ini seringkali tetap ada selama hidupnya. Kalau misalnya dipercaya bahwa dokter dapat meramalkan 100 persen jenis kelamin anak yang belum lahir melalui tes denyut jantung atau tes air liur, orang tua seringkali sangat kecewa kalau jenis kelamin anak yang dilahirkan ternyata berbeda dengan apa yang diramalkan.

Juga terdapat kepercayaan tradisional mengenai ketidakteraturan perkembangan. Beberapa diantaranya menitikberatkan pada faktor keturunan, tetapi kebanyakan menekankan pada peran yang dimainkan kesan ibu.

Diterimanya kepercayaan demikian dapat mengakibatkan rasa bersalah yang besar di pihak ibu, kebencian ayah terhadap ibu, dan kecenderungan ibu untuk melindungi anak sebagai bentuk kompensasi terhadap kesalahan yang dianggap telah dilakukannya.⁴⁵

b. Tekanan yang dialami individu (wanita hamil)

Bahaya psikologis penting kedua yang dihubungkan dengan periode pranatal berupa tekanan yang dialami ibu, yaitu keadaan emosi yang meninggi selama beberapa waktu. Tekanan ini dapat disebabkan karena rasa takut, marah, sedih, atau iri hati.

Banyak yang menyebabkan tekanan pada ibu saat kehamilan, dan yang sangat sering timbul adalah: tidak menghendaki kehadiran anak karena adanya kesulitan dalam perkawinan atau keuangan atau karena kelahiran anak akan mengganggu program pendidikan atau pekerjaan.

⁴⁵*Ibid.*, hlm. 43.

Gangguan-gangguan fisik yang berat dan cukup sering terjadi sehingga menjadikan calon ibu gelisah, cepat marah, dan umumnya mengalami gangguan emosi, merasa kurang sesuai dalam peran sebagai orang tua, dan takut kalau-kalau anaknya mengalami cacat fisik atau keterbelakangan mental, ketakutan yang seringkali ditingkatkan oleh adanya laporan media massa mengenai seringnya terjadi cacat lahir dan penyebab cacat itu. Beberapa wanita berkhayal dan bermimpi bahwa akan melahirkan bayi yang cacat sehingga semakin memperbesar ketakutan.

Tekanan ibu akan mempengaruhi anak yang sedang berkembang baik sebelum maupun sesudah kelahiran. Sebelum kelahiran, adanya ketidakseimbangan glandular yang hebat dan menetap karena tekanan tersebut dapat mengakibatkan ketidakaturan dalam perkembangan anak.

Rasa bingung dan cemas mempengaruhi kontaksi uterine, sehingga proses kelahiran berlangsung lebih lama daripada yang normal. Lagipula, rasa khawatir, cemas, sering mengakibatkan banyak makan dan penambahan berat badan yang berlebihan dalam kehamilan yang selanjutnya akan menyulitkan persalinan.⁴⁶

c. Sikap yang kurang menyenangkan di pihak orang-orang yang berarti

Penelitian yang diteliti tentang sikap ini dapat menimbulkan pertanyaan mengapa beberapa sikap tersebut dianggap kurang menyenangkan. Misalnya, dari luar, sikap terhadap jenis kelamin anak dan sikap yang dipengaruhi oleh konsep anak impian bukanlah sikap yang kurang menyenangkan tetapi, karena sikap itu

⁴⁶*Ibid.*, hlm. 44.

tidak realists, cenderung mengakibatkan kekecewaan atau bahkan kebencian yang akan diungkapkan dalam tidak adanya toleransi atau bahkan sikap menolak.

Seorang calon ayah dapat mempersalahkan istrinya karena tidak berhati-hati dan membuatnya merasa bersalah karena tidak mencegah kehamilan. Ini akan menimbulkan perselisihan dan kebencian terhadap anak bila kelak ia dilahirkan.⁴⁷

Respon psikologis dapat berubah setiap harinya diantaranya dimulai pada trimester pertama beberapa wanita hamil merasakan kecemasan, kegusaran, ketakutan, perasaan panik terhadap kehamilan dan segala akibatnya. Dalam pikiran mereka, kehamilan merupakan ancaman, kegawatan, ketakutan dan bahaya bagi dirinya, bahkan ada diantara sikap mereka yang tidak hanya menolak kehamilan tapi berusaha menggugurkannya atau mencoba bunuh diri.

Pada trimester kedua respon psikologis pada ibu hamil ditandai dengan adanya *narsisme* dan *introversi*. *Narsisme* menandakan keterkaitan minat dan perhatian pada diri/tubuh sendiri yang dimanifestasikan dalam bentuk hati-hati memilih baju yang baik untuk digunakan, hati-hati memilih makanan yang dimakan, memilih lingkungan yang lebih nyaman dari sebelumnya, termasuk ketakutan kalau-kalau tugasnya dapat membahayakan janin. Sedangkan *introversi* dimanifestasikan dalam bentuk memikirkan tentang diri sendiri, membesarkan kesalahannya, perasaannya, dan kurang berminat pada dunia luar.

Pada trimester ketiga secara umum kehidupan psikologik-emosional dikuasai oleh perasaan dan pikiran mengenai persalinan yang akan datang.⁴⁸

⁴⁷*Ibid.*, hlm. 45.

⁴⁸Muhtasor, "Model Konseling", hlm. 6.

2. Problematika Sosial (Relasional)

Bahaya pada periode pranatal tidak hanya dipengaruhi factor fisiologis atau biologis saja. Bahaya pada perkembangan ini bias saja muncul dari orang yang berada disekeliling mahasiswi yang sedang hamil.

Sebagaimana Hurlock mengatakan bahwa sikap yang kurang menyenangkan dari orang-orang yang berarti. Dalam hal, bahaya ini merupakan efek yang paling serius dan paling mendalam, karena sekali sikap berkembang maka sikap itu cenderung mapan dan hanya ada sedikit sekali perubahan atau modifikasi. Terdapat bukti bahwa banyak sikap yang kurang menyenangkan mulai berkembang pada saat kemungkinan kelahirannya diketahui oleh orang tua, saudara-saudara kandung, sanak saudara, tetangga⁴⁹ dan semua orang yang hadir dilingkungannya.

Tentunya mahasiswi yang sedang hamil pada saat perkuliahan lebih banyak mengalami kontak hubungan dengan orang-orang disekitarnya ketimbang dengan wanita hamil yang tidak sedang bekerja atau menempuh pendidikan. Berikut hubungan yang dialami oleh mahasiswi yang sedang hamil, diantaranya:

- a) Hubungan dengan lingkungan keluarga
- b) Hubungan dengan teman
- c) Hubungan dengan dosen dan staff kampus

3. Problematika Kognitif (akademis)

Wanita hamil yang sedang menempuh pendidikan memiliki banyak tuntutan berupa tumpukan pekerjaan yang seolah tak ada habisnya, terkadang adanya

⁴⁹Hurlock, "Psikologi Perkembangan", hlm. 45.

suasana kerjasama yang kurang menyenangkan dari rekan sebaya, tingginya tuntutan dan berbagai kondisi lainnya sudah menjadi makanan sehari-hari.

Berbagai tuntutan di atas tidak bisa dihindari oleh wanita hamil yang memutuskan tetap kuliah. Wanita hamil yang bekerja harus tetap menyelesaikan pekerjaan yang ada, sedangkan bayi di dalam kandungan dan dirinya sendiri perlu di jaga kesehatannya. Semua hal di atas dapat menyebabkan tekanan psikis atau stressor bagi wanita hamil.⁵⁰

Wanita yang sedang hamil sekaligus sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi tentunya memiliki berbagai kesulitan (problematika) dalam hal proses akademis yang sedang dia jalankan. Kesulitan tersebut meliputi:

- a) Kesulitan penyesuaian diri terhadap mata kuliah.
- b) Kesulitan untuk mengikuti pelajaran.
- c) Kesulitan mengerjakan tugas.
- d) Kesulitan mempertahankan dan meningkatkan IPK.

Kesulitan-kesulitan ini akan membentuk sikap belajar juga sikap tugas negative yang ditimbulkan oleh mahasiswi yang sedang hamil. Sikap belajar ikut menentukan intensitas kegiatan belajar. Sikap belajar yang positif akan menimbulkan intensitas yang lebih tinggi dibanding sikap belajar yang negatif. Peranan sikap bukan saja ikut menentukan apa yang dilihat seseorang, melainkan juga bagaimana ia melihatnya.

⁵⁰Ariani A.V., *Coping Stress pada Perempuan Hamil yang Bekerja*, Tesis tidak diterbitkan, (Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2011).

Segi afektif dalam sikap merupakan sumber motif.⁵¹ sikap belajar yang positif dapat disamakan dengan minat, sedangkan minat akan memperlancar jalannya pelajaran mahasiswa yang malas, tidak mau belajar, dan gagal dalam belajar, disebabkan oleh tidak adanya minat.⁵²

Adapun contoh sikap tugas yaitu sehubungan dengan kecenderungan tingkah laku, Harlen⁵³ mengemukakan bahwa terdapat lima ciri khas kecenderungan tingkah laku seseorang yang bias dijadikan indikator sikap terhadap tugas yaitu:

- Hasrat ingin tahu.
- Respek kepada fakta.
- Fleksibel dalam berfikir dan bertindak.
- Mempunyai pikiran kritis.
- Peka terhadap lingkungan/kehidupan.

Saifuddin Azwar (mengutip teori fungsional Katz) mengemukakan bahwa salah satu fungsi sikap bagi individu adalah fungsi instrumental atau fungsi manfaat. Maksudnya adalah setiap individu akan bersikap positif terhadap hal-hal yang mendatangkan manfaat bagi dirinya, dan bersikap negative terhadap hal-hal yang tidak membawa manfaat atau bahkan dapat membahayakan dirinya. Jika dikaitkan dengan penilaian ini maka seseorang akan bersikap positif terhadap tugas, jika ia merasa dan menganggap tugas tersebut bermanfaat bagi

⁵¹Sri Mulyani Martaniah, *Motif Sosial*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1984), hlm. 51.

⁵²Nasution, S., *Didaktik Asas-asas Mengajar*, (Bandung: Jemmares, 1982), hlm. 85.

⁵³Wayne R. Pace dan Faules F. Don, *Komunikasi organisasi-Strategi Meningkatkan Kinerja Perusahaan*, terjemahan oleh Desi Mulyana, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1998), hlm.44.

pengembangan dirinya. Sebaiknya orang tersebut akan bersikap kurang positif atau bahkan bersikap negative terhadap tugas jika ia merasa tugasnya kurang bermanfaat atau bahkan menghalanginya.⁵⁴

Hal ini akan sama dengan mahasiswa yang sedang hamil apabila menurutnya tugas-tugas tersebut akan menghambat dan berdampak kurang baik pada dirinya dan janinnya maka dirinya akan menimbulkan sikap negatif terhadap tugasnya. Begitu pula sebaliknya.

3. Lingkungan Perkuliahan

Lingkungan perkuliahan berasal dari kata lingkungan yang artinya kawasan dan perkuliahan yang berasal dari kata kuliah yang artinya sekolah tinggi atau mengikuti pelajaran di perguruan tinggi.⁵⁵ merupakan daerah (kawasan) yang didalamnya mencakup seluruh aspek kegiatan di perguruan tinggi. Aspek kegiatan tersebut bisa berupa proses belajar-mengajar, interaksi antara mahasiswa dengan mahasiswa, mahasiswa dengan dosen dsb.

a. Komponen lingkungan perkuliahan

Dalam lingkungan perkuliahan tentunya terdapat berbagai macam komponen yang ada di dalamnya. Berikut beberapa komponen atau unsur-unsur yang ada di lingkungan perkuliahan. Diantaranya:

⁵⁴Djaali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2007), hlm. 119-121.

⁵⁵Depdikbud, "Kamus Besar Bahasa Indonesia", hlm. 472.

1. Mahasiswa

Mahasiswa adalah pelajar di perguruan tinggi.⁵⁶ Mahasiswa merupakan seorang pelajar yang sedang menempuh pendidikan di universitas atau perguruan tinggi. Mahasiswa sering diartikan sebagai generasi penerus bangsa, ataupun generasi pembaharu “*agent of change*”, kata tersebut diidentikan pada mahasiswa dikarenakan mahasiswa dipandang memiliki kapasitas serta kapabilitas keilmuan yang mumpuni untuk berkontribusi membangun sebuah peradaban.

2. Tenaga Pendidik (Dosen)

Sama halnya dengan guru dosen pada dasarnya adalah sama-sama pendidik. Hanya beda dalam tingkatan, dalam arti usia dan ruang lingkup bahan pengajaran. Dosen merupakan pendidik profesional dan ilmunan dengan tugas utama mentransformasikan, mengembangkan, dan menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni melalui pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.⁵⁷

3. Staff Administrasi (Tata Usaha)

Staff administrasi atau yang biasa sering disebut dengan tata usaha merupakan salah satu komponen yang ada di suatu organisasi pendidikan dalam hal ini perguruan tinggi.

Menurut *The Liang Gie*, tata usaha adalah tugas pelayanan di sekitar keterangan keterangan yang berwujud enam pola perbuatan: menghimpun,

⁵⁶Minto Rahayu, “Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi”, hlm.72.

⁵⁷M. Gorky Sembiring, *Menjadi Guru Sejati*, (Yogyakarta: Best Publisher, 2009), hlm. 34.

mencatat, mengolah, menggandakan, mengirim, dan menyimpan keterangan yang diperlukan dalam setiap usaha kerjasama.

Secara garis besar, tata usaha mempunyai tiga peranan pokok, yaitu:

- a. Melayani pelaksanaan pekerjaan operatif untuk mencapai tujuan suatu organisasi.
- b. Menyediakan data/informasi bagi pucuk pimpinan organisasi untuk membuat keputusan atau melakukan tindakan yang tepat.
- c. Membantu kelancaran perkembangan organisasi sebagai suatu keseluruhan.⁵⁸

b. Kultur perkuliahan

Kultur atau budaya hampir melekat di seluruh aktivitas manusia, termasuk pada aktivitas perkuliahan. Dalam perkuliahan semua unsure kegiatan yang dilakukan memiliki sebuah kebiasaan atau budaya. Kebiasaan itu sering kali mempengaruhi terhadap proses perkuliahan diantaranya tata tertib dan kegiatan perkuliahan ataupun etiket yang terjadi pada komponen perkuliahan.

1. Tata Tertib dan kegiatan perkuliahan

Tata tertib atau aturan akademik mencakup jenis-jenis kegiatan yang diselenggarakan di kampus dan juga berkenaan dengan jadwal penyelenggaraan kegiatan tersebut. Jenis-jenis kegiatan mencakup kegiatan di dalam maupun luar kelas. Setiap kampus tentu memiliki aturan tersendiri mengenai jenis-jenis kegiatan yang ditawarkan dan waktu penyelenggaraan kegiatan tersebut. Sebagai contoh, di Negara Inggris dan Skotlandia, kegiatan perkuliahan mencakup kegiatan di dalam kelas atau tatap muka dan kegiatan diluar kelas, yakni praktikum atau

⁵⁸Ida Nuraida, *Manajemen Administrasi Perkantoran*, (Yogyakarta: Kanisius, 2008), hlm. 1.

penelitian. Kegiatan di dalam kelas atau tatap muka pada universitas di kedua Negara tersebut dilaksanakan setiap hari senin sampai jumat pada jam kerja, sedangkan untuk kegiatan diluar kelas dapat dilakukan kapan saja sesuai kebutuhan mahasiswa.

Aturan waktu penyelenggaraan kegiatan kuliah mungkin saja berbeda dengan aturan yang ada di Negara lain.

Selain aturan waktu penyelenggaraan kegiatan perkuliahan, maka harus diketahui pula apa saja metode pembelajarannya. Sebagai contoh, universitas memberlakukan metode pembelajaran lain selain tatap muka di kelas seperti presentasi, seminar, tanya jawab, kegiatan kelompok dan sebagainya. Pentingnya mengetahui dan memahami metode pembelajaran yang diterapkan dapat mempersiapkan diri secara intelektual dan mental.⁵⁹

2. Etiket

Dalam hal kultur di sebuah perguruan tinggi, tentunya mahasiswa harus memiliki etiket baik antar sesama manusia, dosen, ataupun tenaga administrasi. Etiket merupakan aturan sopan santun dan tata cara pergaulan yang baik antara sesama manusia.

a. Etiket Hubungan Antar Mahasiswa

Mempunyai rasa solidaritas tinggi sebagai sesama mahasiswa, selalu saling memberi informasi dan bantuan yang berkenaan dengan kegiatan akademik dan kemahasiswaan, tidak melakukan perkataan dan perbuatan yang dapat menimbulkan ketersinggungan, permusuhan dan perkelahian, tidak saling

⁵⁹Laksamana Media, *Sukses Meraih Beasiswa Luar Negeri Melalui Internet*, (Yogyakarta: Mediakom,t), hlm. 121.

mempengaruhi atau bekerja sama untuk bertindak anarkis atau politik praktis dengan cara dan bentuk apapun.

b. Etiket Hubungan Mahasiswa, Dosen dan tenaga administrasi.

Sopan dalam bertindak dan santun dalam berkata, selalu saling memberi informasi dan bantuan yang berkenaan dengan kegiatan akademik dan kemahasiswaan, tidak melakukan tindakan yang menyebabkan terjadinya ketersinggungan serta mencemarkan nama baik salah satu pihak, tidak saling mempengaruhi untuk bertindak anarkis atau melakukan politik praktis dengan cara dan bentuk apapun.⁶⁰

H. Metode penelitian

Dalam memperoleh data maka dibutuhkan sebuah metode penelitian guna mempermudah penyusun dalam mengumpulkan dan menginterpretasikan data. Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁶¹ Keabsahan sebuah penelitian pada hakikatnya tergantung pada penggunaan metode penelitian dalam mendapatkan sebuah data. Maka dari itu, dalam sebuah penelitian perlu dicantumkan metode penelitian yang digunakan dalam mencari data. Berikut akan dijelaskan beberapa hal yang terkait dengan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

⁶⁰Akademic Development Centre, "Etiket dalam Berkehidupan di Kampus", <https://diblokdcma.files.wordpress.com/2009/09/program-akademik-p2k2.pdf>., diakses tanggal 18 febuari 2015.

⁶¹Sugiyono, *Metode kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 2.

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan oleh penyusun adalah menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Alasan atas pemilihan ini karena metode deskriptif kualitatif menggambarkan atau merumuskan semua data yang didapat dengan kata-kata atau kalimat yang dipisah-pisahkan menurut kategori yang dimaksudkan untuk memperoleh kesimpulan.⁶²

Dalam penelitian ini penyusun menggunakan studi fenomenologi, penggalian data didasarkan atas pengalaman subjek. Dalam penelitian ini penyusun memahami dan menggali berbagai fenomena yang dialami subjek penyusun seperti: perilaku, sikap, cara bertahan, kondisi subjek.

Melalui metode ini penyusun mendeskripsikan serta menginterpretasikan mengenai *Coping Strategy* pada Mahasiswi yang sedang hamil yang sedang menjalani studi di perguruan tinggi.

2. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek utama pada penelitian ini adalah dua orang mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang sedang pada saat kuliah. Penelitian ini juga didukung oleh teman dekat yang memiliki peran bagi subjek.

Sedangkan objek penelitian itu sendiri adalah bentuk *Coping Strategy* yang ditunjukkan subjek dalam menghadapi problematikanya di masa perkuliahan.

⁶²Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1996), hlm. 243.

3. Metode Pengumpulan Data

Diakarenakan penyusun ini melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, maka dari itu penyusun menggunakan teknik wawancara.

Teknik wawancara ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report*. Sutrisno Hadi mengemukakan bahwa anggapan yang perlu dipegang oleh penyusun dalam menggunakan metode *interview* adalah sebagai berikut:

1. Bahwa subjek atau responden adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Bahwa apa yang dikatakan oleh subjek kepada penyusun adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Bahwa interpretasi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan penyusun kepadanya adalah sama dengan apa yang dimaksudkan oleh penyusun.

Wawancara ini dilaksanakan kepada 2 (dua) orang subjek primer dan 4 (empat) orang subjek sekunder. Wawancara yang didapatkan berupa problematika, pengaruh serta coping yang dilakukan oleh 2 (dua) subjek primer.

Wawancara dapat dilakukan terstruktur ataupun tidak terstruktur, dan dapat dilakukan melalui tatap muka (*face to face*) maupun dengan menggunakan telepon.⁶³

⁶³Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 194.

4. Sumber Data

Sumber data merupakan wadah dimana data diperoleh. Dalam artian, sumber data penelitian adalah tempat bukti data diperoleh.⁶⁴ Sumber data dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua bagian, yaitu:

a. Sumber Data *Primer*

Sumber data primer secara garis besar diartikan sebagai sumber data yang diperoleh secara langsung. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah sumber data yang diperoleh langsung dari subjek penyusun yaitu 2 (dua) orang mahasiswi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Prodi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah hamil pada saat kuliah.

b. Sumber Data *Sekunder*

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari dokumen-dokumen lain yang dapat menunjang data primer. Sumber data sekunder pada penelitian ini berupa kesaksian dari teman dekat memiliki peran bagi subjek.

5. Metode Analisis Data

Analisis data digunakan ketika data diperoleh. Secara harfiah analisis data adalah proses pengorganisasian data ke dalam kategori, pola dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.⁶⁵

⁶⁴Suharsimi Arikunto, *Penilaian dan Penelitian dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, (Yogyakarta: Aditya Media, 2011), hlm. 80.

⁶⁵Lexy J. Moleng, *Metode Penelitian Teori dan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1991), hlm. 109.

Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu setelah ada data yang berkaitan dengan penelitian, maka disusun dan diklasifikasikan dengan menggunakan data-data yang diperoleh untuk menggambarkan jawaban dari permasalahan yang telah dirumuskan.

Dalam penelitian ini, model analisis data yang digunakan adalah dengan model Miles and Huberman Yaitu *interactive model*, yang komponen kerjanya meliputi *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), *conclusion drawing/verification*.⁶⁶

Reduksi data merupakan pemilihan, penyederhanaan, dan pemusatan perhatian pada hal-hal yang menguatkan data yang diperoleh dari lapangan dan reduksi dilakukan oleh penyusun secara terus menerus dalam waktu penelitian dilakukan.

Penyajian data merupakan pendeskripsian hasil data yang diperoleh dari penelitian di lapangan dengan menggunakan kalimat-kalimat sesuai dengan pendekatan kualitatif dan sesuai dengan laporan yang sistematis dan mudah difahami.

Conclusion drawing/verification (Penarikan Kesimpulan) merupakan cara informasi yang tersusun dalam penyajian data.

Adapun langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Langkah deskriptif
2. Langkah Interpretasi
3. Langkah analisis
4. Langkah pengambilan keputusan

⁶⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R& D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm. 246-252.

Langkah-langkah ini digunakan guna mempermudah penyusun dalam menganalisis data.

6. Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data dipandang sebagai sesuatu yang sangat penting dalam penelitian ilmiah. Maka dari itu, diperlukan pengujian guna mengukur sejauh mana keabsahan data tersebut.

Untuk menguji keabsahan data yang didapat sehingga benar-benar sesuai dengan yang penyusun maksud, maka dalam implementasinya penyusun menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau pembandingan terhadap data.

Dalam penelitian ini, triangulasi yang digunakan penyusun adalah triangulasi sumber. Dimana, dalam triangulasi ini data dibandingkan dan dicek balik derajat keabsahannya.

Sebagaimana Patton dalam Lexy J Moleong mengemukakan bahwa triangulasi dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dengan metode kualitatif.⁶⁷ Berikut langkah penggunaan teknik triangulasi:

1. Membandingkan data hasil pengamatan dan data hasil wawancara.
2. Membandingkan perkataan subjek di depan umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.

⁶⁷Lexy J. Moelong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1993), hlm. 9.

3. Membandingkan perkataan subjek umum dengan apa yang dikatakan teman dekat subjek.
4. Membandingkan apa yang dikatakan subjek ketika penelitian dan pada saat diluar penelitian.
5. Membandingkan hasil wawancara dengan isi dokumen.

I. Sistematika pembahasan

Secara garis besar, penelitian ini dikelompokkan menjadi 4 (empat) bagian. Berikut sistematika dalam penelitian ini:

Bab pertama memuat tentang pendahuluan yang terdiri dari penegasan judul, latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, sistematika pembahasan, dan daftar pustaka.

Bab kedua memuat tentang profil dari mahasiswi yang diteliti meliputi tempat tinggal, biodata subjek, biodata subjek, kegiatan subjek, dan latar belakang keluarga. Selain itu dalam bab ini dibahas pula latar belakang ekonomi, latar belakang sosial dan latar belakang pendidikan keluarga.

Bab ketiga merupakan inti dari penelitian ini, karena berisikan analisis terkait *Coping strategy* yang dilakukan mahasiswi yang hamil. Dalam bab ini penyusun menganalisa bagaimana problematika, pengaruh serta *Coping* atau bentuk adaptasi yang dilakukan mahasiswi yang sedang hamil dalam menghadapi dan menyesuaikan aktivitas akademiknya.

Bab empat berisikan penutup. Dalam bab ini penyusun mengklasifikasikan ke dalam 3 (tiga) sub bab. Yaitu: 1) kesimpulan dan 2) saran-saran.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada dua orang mahasiswi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) yang hamil. Maka didapatkan problematika, pengaruh serta *coping strategy* yang dilakukan kedua subjek. Berikut kesimpulan dari ketiga aspek yang diteliti:

Problematika yang didapatkan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan adalah X mengalami problematika akademis yaitu problematika dalam mengingat dan memahami pelajaran di kelas, problematika dalam mengerjakan tugas, dan problematika dalam membagi waktu saat mengerjakan tugas kelompok. Pengaruh akademis yang terjadi pada X adalah sering izin kuliah, jarang mengerjakan tugas, sering tidak ikut mengikuti tugas kelompok serta IPK menurun.

Secara psikologis, problematika yang dialami oleh X adalah penurunan daya ingat, lebih sensitif, mudah tersinggung, sering memendam perasaan buruk, cemas berlebih, malas serta selalu berfikiran negatif. Pengaruhnya pada aspek psikologis yang dialami oleh X adalah jantung berdetak lebih cepat, sering lupa, sering menangis, pemarah, serta lebih tertutup. Problematika sosial yang dialami oleh X adalah sulit bersosialisasi. Untuk pengaruh sosial yang terjadi kepada subjek pertama (X) adalah jarang berkumpul dengan teman, menjadi tidak aktif dalam kegiatan keorganisasian, serta menjadi pribadi yang tertutup.

Dari ketiga problematika diatas, diketahui adanya *Coping Strategy* yang dilakukan subjek X. bentuk Coping strategy yang pertama adalah Problem focus coping. *Problem focus coping* yang dilakukan oleh subjek pertama (X) adalah perencanaan usaha, keaktifan diri, penguasaan diri, penekanan pada suatu aktifitas, pemahaman kembali, sukungan sosial instrumental, mencari dukungan emosional, menggunakan humor, *continousnes* serta *instrumental actions*. Bentuk coping strategy yang kedua adalah *emotional focus coping* . Untuk *emotional focus coping* yang dilakukan oleh X adalah mencari dukungan, mengubah kembali keadaan, penerimaan tanggapan, *minimization*, serta *seeking meaning*.

Problematika akademis yang dialami Y adalah problematika dalam memahami pelajaran di kelas, malas mengerjakan tugas, problematika dalam mengatur waktu pada saat mengerjakan tugas, serta motivasi belajar menurun. Pengaruh yang dialami Y terhadap akademis adalah sering izin kuliah, jarang mengerjakan tugas, serta pengaruh yang paling signifikan pada aspek akademis adalah penurunan prestasi akademis (IPK).

Sementara itu, problematika yang dialami Y dari aspek psikologis adalah takut berlebih, lebih sensitif, sering merasa khawatir, mudah kesal, cemas berlebih, serta selalu ingin diperhatikan. Pengaruh psikologis yang dialami oleh Y adalah jantung bedetak lebih cepat, pemaarah serta lebih tertutup. Problematika sosial yang dialami Y adalah kesulitan dalam bersosialisasi. Hal ini berpengaruh pada aspek sosial Y dimana Y menjadi jarang bersosialisasi dengan temannya dan sering menyendiri.

Coping yang dilakukan Y dalam menangani problematiknya pertama dengan *problem focus coping* yaitu dengan cara aktif mencari jalan keluar (keaktifan diri), penekanan pada suatu aktifitas, dukungan sosial instrumental, mencari dukungan sosial emosional, menggunakan humor, *continousness*, serta *instrumental actions*. *Kedua* emotional focus coping yang dilakukan oleh Y adalah mencari dukungan, mengubah kembali keadaan, berpaling pada Agama, *escapism*, *minimization*, *self blame* serta *seeking meaning*.

B. Saran

Dalam menyusun penelitian tentunya masih terdapat berbagai macam kelemahan yang ada di dalamnya. Maka dari itu penyusun meminta saran atau masukan guna menyempurnakan penelitian yang telah dilakukan. Selain saran ataupun masukan dari pihak lain, sebagaimana penelitian yang telah dilakukan, penyusun juga menyarankan kepada berbagai pihak seperti berikut:

1. Bagi mahasiswi yang hamil

Bagi mahasiswi yang hamil hendaknya bisa memahami problematika yang sedang terjadi karena dengan hal seperti itu bisa memunculkan *coping strategy* pada dirinya. Selain itu diharapkan dengan penelitian ini mahasiswi yang hamil bisa dijadikan bahan pertimbangan dalam mengatasi masalah yang sedang terjadi.

2. Bagi penyusun selanjutnya

Penyusun berharap dengan telah dilakukannya penelitian ini bisa dijadikan acuan dasar dalam pengembangan penelitian selanjutnya. Sehingga penelitian yang lebih lanjut bisa mencapai tingkatan yang lebih sempurna.

3. Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam

Diharapkan bahwa dengan telah diadakannya penelitian ini bisa memperkaya khasanah keilmuan di bidang Bimbingan dan Konseling Islam juga bisa dijadikan *treatment* atau intervensi dalam menangani kasus serupa.

DAFTAR PUSTAKA

- Akademic Development Centre, “Etiket dalam Berkehidupan di Kampus”, <https://diblokdcma.files.wordpress.com/2009/09/program-akademik-p2k2.pdf>, diakses tanggal 18 Februari 2015.
- Al-Quran dan Terjemahannya, Departemen Agama RI, Bandung: CV PENERBIT J-ART, 2004.
- Amalia Rahmandani, *Strategi penganggulangan (coping) pada Ibu yang Mengalami Postpartum Blues di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Semarang*, skripsi tidak diterbitkan, Semarang: Jurusan Psikologi Universitas Diponegoro, 2010.
- Ariani A.V., *Coping Stress pada Perempuan Hamil yang Bekerja*, Tesis tidak diterbitkan, Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata, 2011.
- Arman Marwing, Problem Psikologis dan Strategi *Coping* Pelaku Upacara Kematian Rambu Solo’ di Toraja, Vol 8 No. 2, Januari 2011.
- Arumwardhani, *Arie Psikologi Kesehatan*, Yogyakarta: Galang Press, 2011.
- Carver, Charles S., dkk., “Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56, No. 2, 1989.
- Depdikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka, 1996
- Dian Noviana Putra, *Strategi Coping terhadap Stress pada Mahasiswa Tunanetra UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013.
- Ditha Arindra, *Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal*, Skripsi tidak diterbitkan, Jakarta: Universitas Guadarma, 2012.
- Djohan, *Terapi Musik*, Yogyakarta: Galangpress Group, 2006.
- Djaali, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2007.
- Emma Indirawati, “Hubungan antara Kematangan beragama dengan Strategi *Coping*”, *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3, No. 2, 2006.
- Fara Sofah Intani dan Endang R. Surjaningrum, *Coping Strategy* pada Mahasiswa Salah Jurusan, *Jurnal Psikologi Universitas Airlangga Surabaya INSAN*, Vol. 12 No. 02, Agustus 2010.

- Gantina Komalasari dan Herdi, *Coping Skills Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri Di Provinsi Dki Jakarta*, Skripsi tidak diterbitkan, Jakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Jakarta, 2010.
- Glory Nathalia Ngantung, *Penyesuaian Perkawinan pada Mahasiswi yang Menikah karena Hamil diluar Nikah*, Skripsi tidak diterbitkan, Salatiga: Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, 2012.
- Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Erlangga, 1980.
- Ida Nuraida, *Manajemen Administrasi Perkantoran*, Yogyakarta: Kanisius, 2008.
- J., Pamela, dkk, *Langkah Dasar dalam Perencanaan Riset Keperawatan*, Jakarta: EGC, 1998.
- Jahja, Yudrik *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Laksamana Media, *Sukses Meraih Beasiswa Luar Negeri Melalui Internet*, Yogyakarta: Mediakom, tt.
- Lazarus, Richard S., *Emotion and Adaptation*, New York: Oxford University Press, 1991.
- Lusi Yenjeli, *Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai*, Skripsi tidak diterbitkan, Jakarta: Universitas Gunadarma, tt.
- M. Gorky Sembiring, *Menjadi Guru Sejati*, Yogyakarta: Best Publisher, 2009.
- Muhtasor, *Model Konseling Berbasis Penyembuhan Spiritual Untuk Mereduksi Kecemasan Studi Pengembangan Model Konseling Pada Ibu Hamil Pertama Trimester Ketiga*, Skripsi tidak diterbitkan, Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia, 2013.
- Minto Rahayu, *Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi*, Depok: Grasindo, 2007.
- Moleng, Lexy J., *Metode Penulisan Teori dan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 1991.
- Moelong, Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1993.
- Nabila Nataza, *Coping Stress Pada Perempuan Emerging Adulthood Korban Dating Violence Yang Mempertahankan Hubungan Dengan Pasangannya*,

skripsi tidak diterbitkan, Sumedang: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, 2014.

Ni Nengah Susanti, *Psikologi Kehamilan*, Jakarta: EGC, 2008.

Nursalam, *Asuhan Keperawatan pada Pasien Terinfeksi HIV/AIDS*, Jakarta: Salemba Medika, 2007.

Pace, Wayne R., dan Don, Faules F., *Komunikasi organisasi-Strategi Meningkatkan Kinerja Perusahaan*, terj. Desi Mulyana, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1998.

Rachmawati Mariana, *Hubungan Antara Optimisme Dengan Coping Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja Part Time Dalam Menghadapi Skripsi*, skripsi tidak diterbitkan, Malang: Program Studi Psikologi Universitas Brawijaya Malang, tt.

Rohmah Fitriyani, *Strategi Coping pada Muslimah Korban Kecelakaan Lalu Lintas*, skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2013.

Rosmala Dewi, *Pembimbing Akademik Membantu Mahasiswa Melakukan Relaksasi sebagai Bentuk Coping Stres di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling FIP UNIMED*, Skripsi tidak diterbitkan, Medan: Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan, tt.

S., Nasution, *Didaktik Asas-asas Mengajar*, Bandung: Jemmares, 1982.

Singgih Gunarsa, *Asas-asas Psikologi Keluarga Idaman*, Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2002.

Siti Fauziah dan Sutejo, *Keperawatan Maternitas Kehamilan*, Jakarta: Kencana, 2012.

Sri Muyani Martaniah, *Motif Sosial*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1984.

Sugiyono, *Metode kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2007.

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2012.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penulisan Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1996.

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.

Suharsimi Arikunto, *Penilaian dan Penulisan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Aditya Media, 2011.

Tamher, *Kesehatan Usia Lanjut dgn Pendekatan Asuhan Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika, 2009.

Yuni Hastuti, *Pengaruh Penyuluhan Tanda Bahaya Kehamilan terhadap Sikap Ibu Hamil dalam menghadapi Tanda Bahaya Kehamilan di Pondok Bersalin Puri Husada Manggung Ngemplak Boyolali*, Skripsi tidak diterbitkan, Solo: UNS, 2011.



INSTRUMEN PENELITIAN

1. Pedoman Wawancara

A. Tujuan : Mengetahui profil subjek

B. Subjek : X dan Y

C. Topik wawancara :

1. Identitas

- a. Dimana anda lahir?
- b. Tanggal berapa anda lahir?
- c. Dimana alamat asal anda?
- d. Dimana tempat tinggal anda?
- e. Apa pekerjaan anda?
- f. Tanggal berapa anda menikah?
- g. Siapa nama suami anda?
- h. Berapa usia suami anda?
- i. Sampai usia kandungan berapa anda mempertahankan kuliah?
- j. Saat usia kandungan berapa anda mengalami kesulitan dalam beraktifitas di kampus?
- k. Berapa jumlah anak anda?
- l. Tanggal berapa anak anda lahir?
- m. Apa hobi anda?
- n. Siapa nama ibu anda?
- o. Siapa nama ayah anda?
- p. Berapa jumlah saudaraanda?

2. Latar Belakang Pendidikan
 - a. Apa pendidikan terakhir anda?
 - b. Apa pendidikan terakhir suami anda?
 - c. Apa pendidikan terakhir orang tua anda?
3. Latar Belakang sosial
 - a. Apakah anda aktif dalam kegiatan sosial kemasyarakatan? jika aktif tergabung pada organisasi/komunitas apa? Dan jika tidak kenapa?
 - b. organisasi apa yang anda ikuti di kampus?
4. Latar Belakang Budaya
 - a. kebudayaan apa yang dianut di keluarga anda?
 - b. Kebudayaan apa yang dianut di keluarga suami anda?
5. Kondisi Perekonomian Keluarga
 - a. Apa pekerjaan orang tua anda?
 - b. Berapa penghasilan orangtua anda?
 - c. Apa pekerjaan suami anda?
 - d. Berapa penghasilan suami anda?
6. Kondisi Keagamaan
 - a. Apa agama yang anda yakini?
 - b. Bagaimana kondisi keagamaan di keluarga anda?

2. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui Problematika Subjek di lingkungan perkuliahan.
- B. Subjek : X dan Y
- C. Topik Wawancara :
1. Problematika Psikologis
 - a. Problematika psikis apa yang anda alami ketika anda hamil pada saat kuliah?
 - b. Ketika anda sedang hamil, apakah anda merasa cemas? Jika iya jelaskan bentuk kecemasan yang anda alami?
 - c. Bagaimana perasaan anda ketika anda terlalu sibuk dengan aktifitas anda?
 - d. Perasaan negatif apa yang sering anda alami ketika anda hamil pada saat kuliah?
 - e. Pada saat anda hamil apakah anda sering memendam perasaan buruk?
 2. Problematika Akademis
 - a. Pada saat anda sedang hamil hambatan apa yang anda alami ketika anda sedang belajar di kelas?
 - b. Kesulitan apa yang anda alami ketika anda sedang mengerjakan tugas?
 - c. Apakah anda sering merasa kesulitan ketika anda mengikuti kuliah?

- d. Bagaimana dengan nilai IPK anda?
- e. Keluhan apa yang sering anda rasakan ketika anda belajar?

3. Problematika Sosial

- a. Pada saat anda sedang hamil apa hambatan ketika anda berinteraksi dengan dosen atau karyawan?
- b. Apakah anda sering berkumpul dengan teman anda ketika anda sedang hamil?
- c. Ketika anda hamil apakah anda selalu berkomunikasi dengan teman-teman anda?
- d. Pada saat anda sedang hamil apakah anda masih aktif berorganisasi?
- e. Ketika anda sedang hamil apakah anda memiliki kesulitan dalam bersosialisasi?

3. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui *Coping Strategy* Mahasiswi yang sedang Hamil di Lingkungan Perkuliahan
- B. Subjek : X dan Y
- C. Topik Wawancara :
 - 1. *Problem Focused Coping / Approach Coping*
 - a. Apakah anda dalam mengatasi problematika hamil pada saat kuliah?
 - b. Apa upaya anda dalam mengatasi problematika yang ada?

- c. Bagaimana cara anda mengembangkan problematika kearah yang lebih baik?
 - d. Apakah anda sering mendapatkan dukungan sosial dari suami atau kerabat dekat anda?
 - a. Apakah anda sering menggunakan humor dalam mengatasi problematika yang anda alami?
2. *Emotional Focused Coping*
- a. Bagaimana cara anda melarikan diri dari problematika yang dialami?
 - b. Apakah anda sering menganggap masalah seringan mungkin?
 - c. Apakah anda sering menyalahkan diri anda sendiri?
 - d. Bagaimana cara anda mengambil hikmah dari problematika yang anda alami?

4.Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui respon Subjek dalam menghadapi masalah
- B. Subjek : X dan Y
- C. Topik Wawancara :
 - 1. Respon untuk menghadapi (*fight*)
 - 2. Respon menbiarkan (*freeze*)
 - 3. Respon untuk menghindari (*flight*)

5. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui jenis *Coping* yang digunakan subjek
- B. Subjek : X dan Y
- C. Topik Wawancara :
1. Koping yang positif
 2. Koping yang negatif

6. Pedoman Wawancara

- A. Tujuan : Mengetahui Problematika Subjek di Lingkungan Perkuliahan
- B. Narasumber : 3 (tiga) orang kerabat dekat X dan 1 (tiga) orang kerabat dekat Y
- C. Topik Wawancara :
1. Bagaimana hubungan anda dengan saudara X/Y?
 2. Apakah anda memiliki hubungan yang baik dengan saudara X/Y?
 3. Bagaimana pandangan anda terhadap X/Y yang hamil di saat kuliah?
 4. Apakah saudara X/Y memiliki kesulitan dalam hal akademik di perkuliahan? Jika iya bagaimana bentuk kesulitannya?
 5. Apakah saudara X/Y memiliki kesulitan pada psikisnya? Jika iya jelaskan!

6. Apakah saudara X/Y memiliki kesulitan dalam berinteraksi ketika dia sedang hamil pada saat menikah? Jika iya jelaskan!
7. Apakah Saudara X/Y sering merasa terlihat cemas? Jika iya jelaskan!
8. Bagaimana bentuk pencegahan X/Y dalam menangani kesulitannya?
9. Pada saat X/Y hamil, apakah X/Y sering berada dalam tekanan? Jika iya jelaskan!
10. Bagaimana prestasi akademik saudara X/Y pada saat X/Y hamil?





LABORATORIUM AGAMA

Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta Telp: 0274-515856 Email : fd@uin-suka.ac.id

SERTIFIKAT

Pengelola Laboratorium Agama Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga dengan ini menyatakan bahwa :

MUCH FAISAL RIDLO

12220002

LULUS

Ujian sertifikasi Baca Al-Qur'an yang diselenggarakan oleh Laboratorium Agama Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta, 13 Juni 2014
Ketua



Dr. H. Waryono, M.Ag.

NIP. 19701010 199903 1 002

Dr. Sriharini, M.Si

NIP. 19710526 199703 2 001



INTEGRATIF-INTERKONEKTIF



DEDIKATIF-INOVATIF



INKLUSIF-CONTINUOUS IMPROVEMENT

Sertifikat

PELATIHAN TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI

diberikan kepada

Nama : Much Faisal Ridlo
 NIM : 12220002
 Fakultas : DAKWAH
 Jurusan/Prodi : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
 Dengan Nilai :



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 SUNAN KALIJAGA
 YOGYAKARTA

P K S I

Pusat Komputer & Sistem Informasi

No	Materi	Nilai	
		Angka	Huruf
1	Microsoft Word	85	B
2	Microsoft Excel	85	B
3	Microsoft Power Point	95	A
4	Internet	100	A
Total Nilai		91.25	A
Predikat Kelulusan		Sangat Memuaskan	

Yogyakarta, 31 Desember 2012



Dr. Agung Fatwanto, S.Si., M.Kom.

19770103 200501 1 003

Standar Nilai:

Nilai		Predikat
Angka	Huruf	
86 - 100	A	Sangat Memuaskan
71 - 85	B	Memuaskan
56 - 70	C	Cukup
41 - 55	D	Kurang
0 - 40	E	Sangat Kurang

شهادة اختبار كفاءة اللغة العربية

الرقم: UIN.02 / L4 / PM.03.2 / a3.22.67 / 2015

تشهد إدارة مركز التنمية اللغوية بأن

الاسم : Much Faisal Ridlo :

تاريخ الميلاد : ١٤ يوليو ١٩٩٤

قد شارك في اختبار كفاءة اللغة العربية في ٢٧ أكتوبر ٢٠١٥، وحصل على درجة :

٥٢	فهم المسموع
٤٥	التراكيب النحوية و التعبيرات الكتابية
٢٧	فهم المقروء
٤١٣	مجموع الدرجات

هذه الشهادة صالحة لمدة سنتين من تاريخ الإصدار

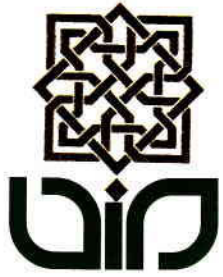
جوكجاكرتا، ٢٧ أكتوبر ٢٠١٥



Dr. Sembodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.

رقم التهاتف : ١٩٦٨٠٩١٥١٩٩٨٠٣١٠٠٥





KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
LEMBAGA PENELITIAN DAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (LP2M)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

SERTIFIKAT

Nomor : UIN.02/L.2/PP.06/P3.655/2015

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta memberikan sertifikat kepada :

Nama : Much Faisal Ridlo
Tempat, dan Tanggal Lahir : Garut, 14 Juli 1994
Nomor Induk Mahasiswa : 12220002
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

yang telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Integrasi-Interkoneksi Tematik Posdaya Berbasis Masjid Semester Khusus, Tahun Akademik 2014/2015 (Angkatan ke-86), di :

Lokasi : Girisuko
Kecamatan : Panggang
Kabupaten/Kota : Kab. Gunungkidul
Propinsi : D.I. Yogyakarta

dari tanggal 25 Juni 2015 s.d. 31 Agustus 2015 dan dinyatakan LULUS dengan nilai 96,75 (A). Sertifikat ini diberikan sebagai bukti yang bersangkutan telah melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan status intrakurikuler dan sebagai syarat untuk dapat mengikuti ujian Munaqasyah Skripsi.



Yogyakarta, 09 Oktober 2015





Nomor: UIN.02/R.3/PP.00.9/2753.C/2012

**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA**

Sertifikat

diberikan kepada:

Nama : MUCH FAISAL RIDLO
NIM : 12220002
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah

Sebagai Peserta

atas keberhasilannya menyelesaikan semua tugas dan kegiatan

SOSIALISASI PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI

Bagi Mahasiswa Baru UIN Sunan Kalijaga Tahun Akademik 2012/2013
Tanggal 10 s.d. 12 September 2012 (20 jam pelajaran)

Yogyakarta, 19 September 2012

Rektor

Pembantu Rektor Bidang Kemahasiswaan



[Signature]
Dr. H. Akhmad Rifa'i, M.Phil.
NIP. 19600905 198603 1006



TEST OF ENGLISH COMPETENCE CERTIFICATE

No: UIN.02/L4/PM.03.2/b3.22.78/2015

Herewith the undersigned certifies that:

Name : **Much Faisal Ridlo**
Date of Birth : **July 14, 1994**
Sex : **Male**

took TOEC (Test of English Competence) held on **October 21, 2015** by Center for Language Development of State Islamic University Sunan Kalijaga Yogyakarta and got the following result:

CONVERTED SCORE	
Listening Comprehension	43
Structure & Written Expression	44
Reading Comprehension	40
Total Score	423

Validity: 2 years since the certificate's issued



Yogyakarta, October 21, 2015
Director,



Dr. Embodo Ardi Widodo, S.Ag., M.Ag.
NIP. 19680915 199803 1 005



CURRICULUM VITAE

A. DATA PRIBADI

Nama : Much Faisal Ridlo
Jenis Kelamin : Laki-Laki
TTL : Garut, 14 Juli 1994
Alamat : Jl. Cimanuk, Kp. Sayuran Rt/Rw O3/07, Kel. Paminggir,
Kec. Garut Kota, Kab. Garut, Prov. Jawa Barat.
Nama Ayah : Tanto Jauhari
Nama Ibu : Siti Aisah

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN PAMINGGIR III : 2000-2006
2. SMPN 2 TAROGONG KIDUL : 2006-2009
3. MAN 1 GARUT : 2009-2012
4. UIN SUNAN KALIJAGA : 2012-sekarang

C. PENGALAM ORGANISASI

1. PRAMUKA (2005-2006) : Anggota
2. PMR (2006) : Anggota
3. ENGLISH CLUB (2007) : Anggota
4. MIPA (FISIKA) CLUB (2008-2009) : Anggota
5. IPCM (2009) : Anggota
6. PRAMUKA (2010-2012) : Waslitep
7. OSIS (2009-2010) : Sekbid Keterampilan
8. OSIS (2010-2012) : Ketua I
9. KEMAGA (2012-SEKARANG) : Anggota
10. BIRO KONSELING MU (2012-sekarang) : Divisi Konseling
11. KONSELING SEBAYA (2014-sekarang) : Koor. Konseling Kelompok