

HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL* TERHADAP STRATEGI *COPING* STRES PADA WANITA *SINGLE PARENT* DEWASA AWAL (STUDI DI KECAMATAN PERAK JOMBANG)

Hubbil Fadhilah_11410101

Jurusan Psikologi – Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

A. Pendahuluan

1. Latar Belakang

Menjadi *single parent* atau janda pasti bukanlah hal yang diinginkan oleh semua wanita. Perceraian terjadi mempunyai sebab yang beranekaragam, dalam penelitian yang dilakukan oleh Nur Bainah mengungkapkan bahwa beberapa faktor penyebab perceraian adalah faktor pendidikan yang perbedaannya terlampau jauh, masalah komunikasi, perbedaan usia, ekonomi yang kurang layak dan KDRT (Bainah, 2013: 1). Hal-hal tersebut menyebabkan terjadinya perceraian sehingga perpisahan terjadi dan seorang ibu menjadi janda atau *single parent*.

Single parent biasanya digambarkan sebagai seorang perempuan yang tangguh, karena segala hal yang berhubungan mengenai rumah tangga ditanggung sendiri. Mulai membersihkan rumah, mengurus anak dan mencari nafkah dilakukan seorang diri. Menjadi lebih berat lagi ketika *single parent* menjadi tulang punggung untuk membesarkan anak-anaknya (Layliyah, 2013: 89).

Berdasarkan data, lebih dari tujuh puluh persen orang tua tunggal dialami kaum perempuan. Meningkatnya angka perceraian, gaya hidup bersama tanpa ikatan nikah, bertambahnya anak di luar nikah, dan kian bebasnya hubungan seksual telah menambah berbagai persoalan rumah tangga (Santrock, 2002: 123).

Hasil observasi dan wawancara awal yang peneliti lakukan di Kecamatan Perak Jombang, bahwasanya perempuan yang ditinggal oleh suaminya baik bercerai ataupun suaminya meninggal, pada umumnya memiliki masalah yang kompleks, antara lain mendapat penilaian negatif dari masyarakat ketika memutuskan untuk menikah lagi, mendapat penilaian negatif dari masyarakat ketika keluar rumah/bepergian ataupun ketika menerima telepon, merasa kesepian, kesulitan dalam menjalankan tugas sebagai kepala rumah tangga, mengurus anak, dan masalah dalam mencukupi kebutuhan ekonomi untuk keluarga. Semua masalah kompleks yang dihadapi oleh *single parent* dari anggapan negatif dari masyarakat, merasa kesepian, kesulitan dalam menjalankan tugas sebagai

kepala rumah tangga, mengurus anak, hingga masalah dalam mencukupi kebutuhan ekonomi untuk keluarga, menjadi sumber stress yang kompleks dalam kehidupan wanita *single parent*. (wawancara pada subyek single parent, 15 Nopember 2014)

Banyaknya sumber stress yang dialami oleh wanita *single parent*, mereka mempunyai berbagai cara untuk mengatasi masalah-masalah yang telah mereka hadapi. Strategi dalam mengatasi stress biasa disebut dengan *coping* stress. Dan perilaku strategi *coping* dapat bervariasi mulai dari maladaptive hingga yang bermanfaat, mulai dengan cara menghindari masalah (*flight*), memproyeksikan pada orang lain, sampai cara pengatasan masalah yang rasional.

Menurut Cohen dan Lazarus tujuan melakukan *coping* adalah untuk mengurangi hal-hal yang membahayakan dari situasi dan kondisi lingkungan, meningkatkan kemungkinan untuk pulih, menyelesaikan diri terhadap kejadian-kejadian negatif yang dijumpai dalam kehidupan nyata, mempertahankan keseimbangan emosional, meneruskan hubungan yang memuaskan dengan orang lain, serta mempertahankan citra diri yang positif. Menurut Carver strategi *coping* yang dilakukan oleh individu dipengaruhi oleh beberapa komponen yang terdiri dari *personality variables* seperti optimism, *locus of control*, *neuroticism*, *self-esteem* dan ekstraversi. (dalam Taylor, 2003: 221)

Pusat kendali atau biasa disebut dengan *locus of control* adalah gambaran keyakinan seseorang mengenai sumber penentu perilakunya. (Ghufron, 2010: 65). *Locus of control* merupakan salah konstruk psikologis yang turut memberikan kontribusi dalam pemilihan strategi *coping*, maka akan terdapat perbedaan dalam strategi atau gaya *coping* individu dalam mengatasi stres. Individu dengan internal locus of control lebih mungkin melakukan *active coping* dan *planning*, sedangkan eksternal lebih cenderung menghindar. Individu dengan internal *locus of control* cenderung menggunakan variasi *coping* yang berorientasi masalah (*problem focused coping*), sedangkan eksternal cenderung menggunakan coping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) (Carver, 1989).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Palupi (2007) dengan judul “Hubungan *Locus of Control* Internal dengan *Problem Focused Coping* pada Karyawan PT Pos Indonesia Malang”. Penelitian ini dilakukan dengan membagikan angket kepada 75 karyawan PT Pos Indonesia. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *locus of control* dengan *problem focused coping*.

Pada penelitian ini, peneliti mencoba meng-*compare locus of control* dengan strategi *coping* stress, Sebuah konstruk psikologi yang biasa dibahas pada psikologi klinis. Sesuai dengan beberapa literatur yang menyebutkan bahwasanya ada pengaruh *locus of control* terhadap strategi *coping* stres, peneliti menduga bahwasanya wanita *single parent* juga menggunakan *locus of control* sebagai strategi *coping*.

Berdasarkan asumsi diatas, dilakukan observasi dan wawancara awal di Kecamatan Perak Jombang pada beberapa wanita *single parent*. Hasil observasi dan wawancara memperoleh fakta bahwasanya perempuan yang ditinggal oleh suaminya baik bercerai ataupun suaminya meninggal, pada umumnya memiliki masalah yang kompleks, antara lain mendapat penilaian negatif dari masyarakat ketika memutuskan untuk menikah lagi, mendapat penilaian negatif dari masyarakat ketika keluar rumah/bepergian ataupun ketika menerima telepon, merasa kesepian, kesulitan dalam menjalankan tugas sebagai kepala rumah tangga, mengurus anak, dan masalah dalam mencukupi kebutuhan ekonomi untuk keluarga. Wanita *single parent* melakukan usaha yang bervariasi dalam menghadapi stress yang telah menimpa mereka, mulai dari menggunakan *problem focused coping* (*coping* yang berorientasi pada masalah) hingga *emotion focused coping* (*coping* yang sebatas emosi saja).

2. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana orientasi *locus of control* pada wanita *single parent*?
- b. Bagaimana bentuk strategi *coping* pada pada wanita *single parent*?
- c. Apakah ada hubungan antara *locus of control* dengan strategi *coping* stres pada wanita *single parent*?

3. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui bentuk *locus of control* pada wanita *single parent*.
- b. Untuk mengetahui bentuk strategi *coping* pada wanita *single parent*.
- c. Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *locus of control* dengan strategi *coping* pada wanita *single parent*.

4. Manfaat Penelitian

- a. Secara Teoritik

Memberikan kontribusi ilmiah bagi perkembangan Psikologi di Indonesia pada bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial khususnya bagi perkembangan kajian mengenai Psikologi *Gander*.

b. Secara Praktis

Secara khusus, penelitian ini diharapkan dapat membantu wanita dengan status *single parent* untuk meningkatkan pemahaman diri serta pemahaman terhadap masalah yang dihadapi sehingga dapat memilih strategi *coping* yang tepat untuk mengatasi masalah-masalah tersebut. Mengembangkan model teoritis dalam melakukan *coping* stress pada wanita *single parent* dengan memperhatikan orientasi *locus of control* yang dimiliki. Sebagai bahan evaluasi maupun pertimbangan untuk mengembangkan model intervensi (seperti konseling dan pelatihan) bagi para wanita *single parent* dalam mengatasi stress dan masalah yang dihadapi.

B. Kajian Pustaka

1. *Locus of Control*

Menurut J. Jung, dalam bahasa Indonesia *Locus of control* biasa disebut dengan pusat kendali. Konsep mengenai pusat kendali ini berasal dari teori konsep diri Julian Rotter atas dasar teori belajar sosial yang memberikan gambaran pada keyakinan seseorang mengenai sumber penentu perilakunya. (dalam Ghufron M, 2010: 65)

Lefcourt berpendapat bahwasanya *locus of control* mengacu pada derajat di mana individu memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupannya sebagai konsekuensi perbuatannya, dengan demikian dapat dikontrol (*control internal*), atau sebagai sesuatu yang tidak berhubungan dengan perilakunya sehingga di luar control pribadinya (*control eksternal*) (Smet, 1994:181).

2. Strategi *Coping* Stres

Dalam kamus psikologi (Chaplin, 2006: 112), *coping* behavior diartikan sebagai sembarang perbuatan, dalam mana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sekitarnya, dengan tujuan menyelesaikan sesuatu (tugas atau masalah).

Sedangkan menurut Lazarus dan Folkman (1984) *coping* adalah cara atau usaha yang dilakukan oleh individu baik secara kognitif maupun perilaku dengan tujuan untuk menghadapi dan mengatasi tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap sebagai tantangan atau permasalahan bagi individu (dalam Thoits, 1986: 417).

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) usaha atau cara yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengatasi permasalahan menurut dapat dibagi menjadi dua cara, yaitu *problem focused coping* (strategi *coping* yang berorientasi pada masalah) dan *emotion focused coping* (strategi *coping* yang berorientasi pada emosi) (dalam Sarafino, 1990: 146). *Problem focused coping* merupakan usaha yang dilakukan individu dengan cara

menghadapi secara langsung sumber penyebab permasalahan. Tindakan tersebut meliputi tingkah laku yang diarahkan untuk merubah atau mengelola situasi yang penuh stres, atau pemikiran yang mengarah pada keyakinan bahwa stresor dapat dikendalikan (Thoits, 1986: 417). *Problem focused coping* dapat dilakukan dengan menurunkan target atau harapan yang diinginkan oleh individu atau meningkatkan kemampuan untuk mencapai target atau harapan tersebut (Sarafino, 1990: 146).

3. Perkembangan Masa Dewasa Awal

Hurlock menjelaskan istilah *adult* berasal dari kata kerja Latin, seperti juga istilah *adolescence* – *adolescere* yaitu tumbuh menjadi kedewasaan. Tetapi kata *adult* merupakan kata dari bentuk partisipel dari kata kerja *adultus* yang mempunyai arti telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna atau dengan kata lain telah menjadi dewasa. Oleh karena itu, orang dewasa adalah seseorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. (Hurlock, 1993: 246)

Menurut Erikson bahwa seseorang yang digolongkan dalam usia dewasa awal berada dalam tahap hubungan hangat, dekat dan komunikatif dengan atau tidak melibatkan kontak seksual. Bila gagal dalam bentuk keintiman maka ia akan mengalami apa yang disebut isolasi yang terwujud diantaranya merasa tersisihkan dari orang lain, kesepian, menyalahkan diri karena berbeda dengan orang lain (Santrock, 1999)

4. *Single Parent*

Santrock dalam buku *Life Span Deelopment* Jilid II mengistilahkan orang tua tunggal dengan istilah orang dewasa yang hidup sendiri. Jumlah individu yang hidup sendirian mulai meningkat pada tahun 1950-an, tetapi baru pada tahun 1970-an peningkatan menjadi pesat. Berdasarkan data, lebih dari 70% orang tua tunggal dialami oleh kaum perempuan. Fenomena *single parent* juga terjadi di Eropa dan Amerika. Model perkawinan masyarakat barat tengah mengalami perubahan mendasar dua generasi belakangan ini. Yang mnjadikan banyak fenomena *single parent* di Eropa dan Amerika adalah karena meningkatnya angka perceraian, gaya hidup bersama tanpa ikatan nikah, bertambahnya jumlah anak di luar nikah dan kian bebasnya hubungan seksual telah menambah berbagai persoalan rumah tangga di Barat. Fenomena ini menjadi isu utama gerakan moral di Barat. (Santrock, 2002: 123)

5. Hipotesis

Hipotesa yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *locus of control* dengan strategi *coping* pada wanita *single parent* (studi pada wanita *single parent* di Kecamatan Perak Jombang)

C. Metode Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel bebas (*independent variabel*) adalah *Locus of Control*, sedangkan variabel terikat (*dependent variabel*) adalah Strategi *Coping* Stres.

2. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh wanita *single parent* yang ada di Kecamatan Perak Jombang. Sedangkan subyek penelitian yang akan dijadikan sampel memiliki kriteria bahwasanya subyek adalah wanita *single parent* dewasa awal (usia 20 sampai 40 tahun), memiliki anak dari pernikahan dengan pasangan hidupnya dan jumlah anak tidak dibatasi, wanita dewasa awal tersebut menjadi orang tua tunggal baik karena perceraian atau karena kematian suami dan tercatat sebagai penduduk Kecamatan Perak Jombang.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah mengambil skala adaptasi, yaitu skala *Locus of Control* yang telah dikembangkan oleh Rotter dan skala strategi *coping* stres yang dikembangkan oleh Carver dari Universitas Miami.

4. Teknik Analisis Data

Proses analisis penghitungan data dilakukan peneliti dengan menggunakan *MS excel* dan *SPSS 16 for window*. Selanjutnya menggunakan analisis *product moment carl pearson* untuk mengetahui korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat dan menguji signifikansi antara kedua variabel.

D. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya korelasi atau hubungan antara *Locus of Control* dengan Strategi *Coping* Stres, hasil nilai signifikansi (p) adalah 0,22, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *Locus of Control* dengan Strategi *Coping* Pada Wanita *Single Parent* Dewasa Awal.

2. Pembahasan

a. Bentuk *Locus of Control* Wanita *Single Parent* Dewasa Awal

Hasil penelitian yang telah dilakukan bahwasanya dapat diketahui bahwasanya orientasi *locus of control* wanita *single parent* dewasa awal di Kecamatan Perak adalah 34 dari 42 subyek yaitu 81 % mempunyai orientasi *locus of control* internal dan 8 dari 42 subyek yaitu 19 % mempunyai orientasi *locus of control* eksternal.

Berdasarkan data diatas 81 % wanita *single parent* berorientasi pada *locus of control* internal. Orientasi *locus of control* internal adalah kecenderungan wanita *single parent* dewasa awal yang meyakini bahwa peristiwa yang mereka alami di dalam hidupnya adalah bersumber dari faktor-faktor yang ada di dalam dirinya sendiri. percaya bahwa kesuksesan dan kegagalan yang mereka alami dikarenakan oleh tindakan dan kemampuannya sendiri. Mereka merasa mampu mengontrol akibat-akibat dari tingkah lakunya sendiri.

Sedangkan wanita *single parent* dewasa awal yang berorientasi *locus of control* eksternal berjumlah 8 orang atau 19 %, mereka memiliki keyakinan bahwasanya peristiwa yang mereka alami bersumber dari faktor-faktor yang ada di luar diri mereka, seperti nasib, keberuntungan, konteks sosial atau orang lain. Wanita *single parent* dewasa awal yang berorientasi pada *locus of control* eksternal merasa tidak mampu mengontrol peristiwa yang menimpa dirinya.

Dan pada tabel diatas dapat dijelaskan bahwasanya semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin berorientasi pada *locus of control* internal. Dalam penelitian ini, diperoleh data bahwasanya pada tingkat pendidikan SMA/MA, diploma dan sarjana tidak ada dari mereka yang berorientasi pada *locus of control* eksternal.

b. Bentuk Strategi *Coping* Wanita *Single Parent* Dewasa Awal

Dari hasil kategorisasi menggunakan skor Z, bahwasanya terdapat 21 subyek yang berorientasi pada *problem focused coping* dan terdapat 21 subyek yang berorientasi pada *emotional focused coping*. Dalam kategorisasi tersebut diketahui bahwasanya mayoritas wanita *single parent* yang berumur 36 sampai 40 tahun orientasi copingnya menggunakan *emotional focused coping*. Sedangkan pada pendidikan terakhir subyek, bahwasanya subyek yang pendidikan terakhir SMP mempunyai frekuensi tertinggi dalam penggunaan *emotional focused coping*.

c. Hubungan Antara *Locus of Control* dengan Strategi *Coping Single Parent*

Analisis data hasil penelitian hubungan antara *locus of control* dengan strategi *coping* dilakukan sebanyak empat kali yaitu, hubungan antara *locus of control* internal dengan *problem focused coping*, hubungan antara *locus of control* internal dengan *emotional focused coping*, hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *problem focused coping* dan hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *emotional focused coping*.

Dalam uji korelasi yang sudah dilakukan, bahwasanya untuk hubungan antara *locus of control* internal dengan *problem focused coping* mempunyai nilai korelasi 0.022 dan $r_{xy} = 0.352$, hal ini menunjukkan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan dan mempunyai korelasi yang positif, oleh karena itu, *locus of control* internal mempunyai korelasi yang signifikan terhadap *problem focused coping*, yaitu semakin individu memiliki orientasi *locus of control* internal semakin dia menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi *coping* yang digunakan.

E. Penutup

1. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian terdapat beberapa poin, antara lain :

- a. Mayoritas orientasi *locus of control* wanita *single parent* dewasa awal yang ada di Kecamatan Perak Jombang adalah pada orientasi *locus of control* internal yakni sebanyak 34 subyek dari 42 subyek atau 81%, sedangkan subyek yang berorientasi pada *locus of control* eksternal sebanyak 8 subyek dari 42 subyek atau 19%.
- b. Strategi *coping* wanita *single parent* dewasa awal yang ada di Kecamatan Perak Jombang dibagi menjadi dua, *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Dari 42 subyek penelitian, wanita *single parent* dewasa awal yang melakukan *problem focused coping* sebanyak 21 subyek, begitu juga dengan wanita *single parent* dewasa awal yang melakukan *emotional focused coping* juga berjumlah 21 subyek.
- c. Analisis hubungan antara *locus of control* dengan strategi *coping* dilakukan sebanyak empat kali, yaitu :
 - a. Hubungan antara *locus of control* internal dengan *problem focused coping*. Dari hasil korelasi ini bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan kearah yang positif antara *locus of control* internal dengan

problem focused coping $r_{xy} = .352$ dan $p = 0,22$. Hal ini menunjukkan bahwasanya semakin individu berorientasi pada *locus of control* internal semakin dia menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi *coping* yang digunakan.

- b. Hubungan antara *locus of control* internal dengan *emotional focused coping*. Dari hasil korelasi ini bahwasanya ada hubungan yang negatif antara *locus of control* internal dengan *emotional focused coping* dan diperoleh nilai yang tidak signifikan $r_{xy} = -.236$ dan $p = .133$.
- c. Hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *problem focused coping*. Dari hasil korelasi ini bahwasanya terdapat hubungan kearah yang negatif antara *locus of control* eksternal dengan *problem focused coping*. Hal ini ditunjukkan dengan $r_{xy} = -.444$ dan $p = .003$ artinya ada hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *problem focused coping*, tetapi hubungan yang negatif. Jadi, semakin individu berorientasi *locus of control* eksternal semakin dia tidak menggunakan *problem focused coping* sebagai strategi *coping* yang digunakan.
- d. Hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *emotional focused coping*. Dari hasil korelasi ini bahwasanya terdapat hubungan kearah yang negatif antara *locus of control* eksternal dengan *problem focused coping*. Hal ini ditunjukkan dengan $r_{xy} = .275$ dan $p = .079$. oleh karena itu dapat disimpulkan bahwasanya tidak ada hubungan antara *locus of control* eksternal dengan *emotional focused coping*.

2. Saran

- a. Bagi peneliti lain atau peneliti selanjutnya diharapkan untuk bisa mempertimbangkan kelemahan-kelemahan dalam penelitian ini, yaitu keterbatasan kemampuan peneliti dalam menyampaikan atau memaparkan data, dan juga keterbatasan kemampuan peneliti dalam membuat instrumen yang memiliki validitas dan reliabilitas yang bagus.
- b. Bagi wanita *single parent*, diharapkan mampu memiliki strategi *coping* yang baik dalam mengatasi stressor yang ada.

Daftar Pustaka

- Allen, Bem. P.2003. *Personality Theories: Development, Growth, and Diversity*.4th edition United States of America:Pearson Education Inc
- Bainah, Nur.2013. *Faktor-Faktor penyebabPerceraian Di Kelurahan Long Ikis Kabupaten Paser*. Vol 01, No 01, 74-83
- Carver, C.S. Scheier M.F & Jangdish K.W. 1989. *Assesing Coping Strategis A Theoritically and Social Psychology*. Vol 56, No 2, 267-283
- Ghufron, Risnawita. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media Group
- Lailiyah, Zahrotul. 2013. *Perjuangan Hidup Single Parent*. Vol 03, No 01. 88-102
- Palupi, D. A. 2007. *Hubungan Locus of Control Internal dengan Problem Focused Coping Pada Karyawan PT Pos Indonesia Malang*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Santrock, J.W. 2002. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup Jilid II Edisi Kelima*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Santrock, J. W (2003) *Adolescence Perkembangan Remaja (Edisis 6)*.Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P. 1990. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Singapore: John Wiley & Sons, Inc
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Grasindo : Jakarta
- Taylor, S.E. 2003. *Health Psychology. Fifth edition*. New York : McGraw-Hill Companies, Inc
- Thoits, peggy. A. 1986. *Social Support As Coping Assistance. Journal of Conselling And Clinically Psychology*. Vol. 54.416-423