

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Strategi *Coping*

1. Pengertian Strategi *Coping*

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping* merupakan usaha-usaha yang meliputi tindakan dan usaha-usaha intrafisik untuk mengatur tuntutan-tuntutan lingkungan maupun internal serta konflik-konflik yang dinilai dapat membebani atau melampaui potensi yang dimiliki oleh individu. Proses pengaturan tersebut meliputi usaha untuk menguasai, mengurangi, mentoleransi, dan meminimalkan tuntutan yang dihadapi oleh individu. Strategi *coping* didefinisikan sebagai suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha dalam rangka merubah domain kognitif atau perilaku secara konstan untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan dan tekanan eksternal maupun internal yang diprediksi akan dapat membebani dan melampaui kemampuan dan ketahanan individu yang bersangkutan. (Lazarus dan Folkman, 1988)

Sependapat dengan Lazarus, Davidson (2006) menyatakan bahwa *coping* adalah bagaimana orang berupaya mengatasi masalah atau menangani emosi negatif yang ditimbulkannya. Pengertian *coping* hampir sama dengan *adjustment* (penyesuaian). Bedanya, *adjustment* mengandung pengertian yang lebih luas jika dibandingkan dengan *coping*, yaitu semua reaksi terhadap tuntutan, baik yang berasal dari lingkungan maupun dari dalam diri seseorang. Sedangkan *coping*

dikhususkan pada bagaimana seseorang mengatasi tuntutan yang menekan .
(Lazarus, 1976).

Sementara itu Shin, dkk 1984 (dalam Adami 2006) mengungkapkan bahwa *coping* adalah usaha untuk mengurangi stres dan tekanan perasaan. Tekanan tersebut bisa terjadi karena adanya hal-hal atau masalah-masalah yang tidak terpecahkan.

Hal yang hampir sama diungkapkan oleh Pearlin dan Schooler (Taylor dkk, 2009), mereka mengartikan *coping* sebagai bentuk perilaku individu untuk melindungi diri dari tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh problematika pengalaman hidup. *Coping* juga digambarkan sebagai cara seseorang mengatasi tuntutan-tuntutan yang biasa dirasakan menekan sehingga ia harus melakukan penyeimbangan dalam usaha untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan. (Sarafino, 1990 dalam Adami, 2006)

Sedangkan Keliat 1998 (dalam Adami, 2006) mendefinisikan *coping* sebagai cara yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, dan merespon situasi yang mengancam. Upaya individu tersebut dapat berupa perubahan pola pikir (kognitif), perubahan perilaku (afeksi), atau perubahan lingkungan yang bertujuan untuk mengatasi stres yang dihadapi. Perilaku *coping* yang efektif akan menghasilkan adaptasi.

Baron dan Byrne (2004) mengemukakan bahwa *coping* adalah respon terhadap stres, yaitu apa yang dilakukan oleh individu yang dirasakan dan dipikirkannya untuk mengontrol dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi.

Rasmun juga mengatakan bahwa *coping* adalah respon seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikologik dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya. Dengan kata lain, *coping* adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stressful. *Coping* tersebut merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik.

Pernyataan berbeda diungkapkan oleh Neil R. Carlson, bahwa strategi *coping* adalah rencana yang mudah dari suatu perbuatan yang dapat kita ikuti, semua rencana itu dapat digunakan sebagai antisipasi ketika menjumpai situasi yang menimbulkan stress atau sebagai respon terhadap stres yang sedang terjadi, dan efektif dalam mengurangi level stres yang kita alami.

Sedangkan Weiten dan Lloyd mengemukakan bahwa *coping* merupakan upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi, dan mentoleransi ancaman serta beban perasaan yang tercipta karena stres.

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

Menurut Carlson (2007), strategi *coping* adalah rencana yang diikuti, sebagai antisipasi dari situasi yang menimbulkan stress atau sebagai respon terhadap stress yang sedang terjadi sehingga efektif dalam mengurangi level stresnya.

Menurut Mu'tadin (2002), strategi *coping* menunjuk pada berbagai upaya, baik mental maupun perilaku, untuk menguasai, mentoleransi, mengurangi suatu situasi atau kejadian yang penuh tekanan. Namun pada umumnya, para ahli mendefinisikan istilah *coping* dengan mengacu pada konsep Lazarus.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa *coping* adalah suatu upaya penyesuaian diri yang dilakukan individu untuk mengurangi dan melindungi dirinya dari situasi yang menekan, menantang atau mengancam pada permasalahan yang dihadapi. Baik permasalahan yang berasal dari luar diri (lingkungan) atau dari dalam diri individu, upaya penyesuaian diri itu berupa pikiran atau tindakan, yang dilakukan secara sadar untuk mengembangkan kemampuan dirinya.

2. Fungsi Coping

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan, *coping* yang efektif akan membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan, serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya.

Folkman dan Lazarus mengatakan bahwa strategi *coping* yang berpusat pada emosi (*emotional focused coping*) berfungsi untuk meregulasi respon emosional terhadap masalah. Strategi *coping* ini sebagian besar terdiri dari proses-proses kognitif yang ditujukan pada pengukuran tekanan emosional dan strategi yang termasuk di dalamnya adalah :

- a. Penghindaran atau pembuatan jarak
- b. Perhatian yang selektif

- c. Memberikan penilaian yang positif pada kejadian yang negatif

Sedangkan strategi *coping* yang berpusat pada masalah (problem focused *coping*) berfungsi untuk mengatur dan merubah masalah penyebab stres. Strategi yang termasuk di dalamnya adalah :

- a. Mengidentifikasi masalah
- b. Mengumpulkan alternatif pemecahan masalah
- c. Mempertimbangkan nilai dan keuntungan alternatif tersebut
- d. Memilih alternatif terbaik
- e. Mengambil tindakan

Taylor (1995) mengungkapkan bahwa *coping* berfungsi untuk mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan *self image* yang positif, mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap kejadian yang negatif, dan tetap menjaga interaksi dengan orang lain.

Pearlin dan Schooler mengemukakan bahwa fungsi *coping* meliputi usaha untuk:

1. Menghilangkan atau mengubah situasi yang menyebabkan masalah.
2. Mengendalikan makna dari situasi yang dialami, sehingga situasi tersebut menjadi kurang bermasalah.
3. Menerima konsekuensi emosional dalam batas yang dapat diatur.

Kesimpulannya adalah *coping* berfungsi untuk meregulasi keseimbangan emosi, mengatur dan mengubah masalah penyebab stress, menyesuaikan diri dengan kejadian yang negatif serta tetap menjaga interaksi dengan orang lain.

3. Bentuk Coping

Teori strategi *coping* yang paling populer adalah teori yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman. Menurut mereka (dalam Nevid, 2003) dalam melakukan *coping*, ada dua strategi yang dibedakan menjadi :

a. *Problem focused coping*

Problem focused coping, yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur atau mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan sekitarnya yang menyebabkan terjadinya tekanan. *Problem focused coping* merupakan strategi yang bersifat eksternal. Dalam *problem focused coping* orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan - keterampilan baru dalam rangka mengurangi stressor yang dihadapi atau dirasakan.

Problem focused coping mengarah pada penyelesaian masalah, seperti mencari informasi mengenai suatu masalah, mengumpulkan solusi-solusi yang dapat dijadikan alternatif, mempertimbangkan alternatif dari segi biaya dan manfaatnya, memilih alternatif, dan menjalani alternatif yang dipilih (Lazarus & Folkman, 1984).

Jadi dalam *problem focused coping*, individu tidak hanya berencana sebanyak mungkin, tapi segera melakukan rencana terbaik dari semua pilihan yang ada.

b. *Emotional focused coping*

Emotional focused coping yaitu usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang

akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan. *Emotional focused coping* merupakan strategi yang bersifat internal. Dalam *emotional focused coping*, terdapat kecenderungan untuk lebih memfokuskan diri dan melepaskan emosi yang berfokus pada kekecewaan ataupun distress yang dialami dalam rangka melepaskan emosi atau perasaan tersebut.

Emotional focused coping menurut Lazarus dan Folkman (1984) merupakan sekumpulan proses kognitif yang diarahkan untuk mengurangi penderitaan emosional dan mencakup strategi seperti menghindari, meminimalisir, menjaga jarak, selektif memilih perhatian, perbandingan positif, dan mencari nilai positif dari sebuah peristiwa negatif. Orang menggunakan *Emotional focused coping* untuk mempertahankan harapan dan optimisme, menyangkal fakta dan implikasinya, menolak mengakui hal terburuk, bertindak seolah-olah hal yang terjadi bukan hal yang penting, dan lainnya di mana kesemua proses tersebut memberi sebuah penipuan atau distorsi kenyataan pada diri mereka sendiri.

Vitaliano, Russo, Carr, Maiuro, dan Becker (1985, dalam Primaldhi, 2006) dalam alat ukurnya yang merevisi alat ukur *Ways of Coping* dari Lazarus dan Folkman (1984), membagi *Emotional focused coping* ke dalam tiga dimensi yaitu:

- 1) *Self blame*. merupakan cara seseorang mengatasi masalah dengan mengakui bahwa masalah yang ada merupakan akibat dari dirinya sendiri,
- 2) *Avoidance*. merupakan cara seseorang mengatasi masalah dengan menghindar atau melarikan diri dari masalahnya
- 3) *Wishful thinking*. merupakan cara seseorang meredam masalahnya dengan membayangkan bahwa masalahnya tidak ada atau sudah selesai.

Menurut Aldwin & Revenson, beberapa hal yang menunjukkan strategi *coping* tipe *Emotional focused coping* ini antara lain sebagai berikut:

1) *Escapism* (pelarian diri dari masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengandaikan dirinya berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya saat ini.

2) *Minimization* (meringankan beban masalah)

Cara individu mengatasi stress dengan menolak memikirkan masalah dan menganggapnya seakan-akan masalah tersebut tidak ada dan membuat masalah menjadi ringan.

3) *Self Blame* (menyalahkan diri sendiri)

Cara individu mengatasi stress dengan memunculkan perasaan menyesal, menghukum dan menyalahkan diri sendiri atas tekanan masalah yang terjadi. Strategi ini bersifat pasif dan intropunitive yang ditunjukkan dalam diri sendiri.

4) *Seeking Meaning* (mencari arti)

Cara individu mengatasi stress dengan mencari makna atau hikmah dari kegagalan yang dialaminya dan melihat hal-hal lain yang penting dalam kehidupan.

Berawal dari pendapat yang dikemukakan Lazarus mengenai tipe strategi *coping*, suatu studi lanjutan dilakukan oleh Folkman dkk (dalam Smet, 1994) mengenai variasi dari kedua strategi terdahulu, yaitu *problem focused coping* dan

emotional focused coping. Hasil studi tersebut menunjukkan adanya delapan strategi *coping* yang muncul, yaitu :

a. *Problem-focused coping*

- 1) *Confrontative coping*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko.
- 2) *Seeking social support*; yaitu usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang lain.
- 3) *Planful problem solving*; usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis.

b. *Emotional focused coping*

- 1) *Self-control*; usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan.
- 2) *Distancing*; usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindari dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah sebagai lelucon.
- 3) *Positive reappraisal*; usaha mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.
- 4) *Accepting responsibility*; usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Strategi

ini baik, terlebih bila masalah terjadi karena pikiran dan tindakannya sendiri. Namun strategi ini menjadi tidak baik bila individu tidak seharusnya bertanggung jawab atas masalah tersebut.

- 5) *Escape/avoidance*; usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Kesimpulannya, strategi *coping* dibagi menjadi dua yaitu strategi *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Berdasarkan gabungan dari pendapat para tokoh yang telah dipaparkan di atas, *emotional focused coping* terbagi menjadi sepuluh hal yaitu *Self-control, Distancing, Positive reappraisal, Accepting responsibility, Escape/avoidance, Escapism, Minimization, Self Blame, Seeking Meaning, Wishful thinking*.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Coping*

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Pramadi dan Lasmono, 2003) sumber-sumber individual seseorang seperti pengalaman, persepsi, kemampuan intelektual, kesehatan, kepribadian, pendidikan dan situasi yang dihadapi sangat menentukan proses penerimaan suatu stimulus yang kemudian dapat dirasakan sebagai tekanan atau ancaman. Faktor-faktor yang mempengaruhi individu dalam memilih strategi *coping* untuk mengatasi masalah mereka, antara lain:

a. Faktor individual

- 1) Perkembangan usia

Pramadi dan Lasmono (2003) menyebutkan bahwa perkembangan usialah yang menyebabkan perbedaan dalam pemilihan strategi *coping*, yaitu sejumlah struktur psikologis seseorang dan sumber-sumber untuk melakukan *coping* akan berubah menurut perkembangan usia dan akan membedakan seseorang dalam merespon tekanan.

2) Tingkat pendidikan

Menurut Pramadi dan Lasmono (2003) seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi memiliki pola pikir berani dalam mengambil sikap untuk mengatasi masalah dan tidak menunda-nunda, karena kemungkinan itu akan bertambah membebani pikiran. Dapat diartikan juga bahwa seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan cenderung untuk menggunakan *problem focused coping* dalam menyelesaikan masalah.

3) Jenis kelamin

Menurut Seiffge dkk (dalam Wangmuba, 2009) bahwa gadis Jerman dan Israel dalam melakukan *coping* cenderung untuk mencari dukungan sosial dibandingkan laki-laki, gadis Jerman yang paling condong untuk menarik diri sebagai pelaku untuk bertahan. Selain itu hasil penelitian Nursasi dan Fitriyani (2002) menyebutkan bahwa perbedaan jenis kelamin menunjukkan perbedaan pula dalam pemilihan strategi *coping*, yaitu wanita lanjut usia dan jenis *coping* yang befokus pada emosional juga kurang diminati oleh pria lanjut usia.

4) Kepribadian

Kepribadian memiliki pengaruh pada seseorang dalam menghadapi stress yang dialami dan strategi *coping* yang dilakukan. Menurut

Tarnumidjojo dkk (2004), seseorang dengan kepribadian yang puas dengan diri sendiri, mudah dituntun, namun memiliki fungsi ego yang lemah atau seseorang dengan kepribadian yang cemas akan diri sendiri, mudah dituntun, memiliki ego yang cukup kuat, namun cenderung menghindari dari tekanan, cenderung menggunakan *emotional focused coping*. Taylor (2006) mengemukakan bahwa beberapa kepribadian mempengaruhi reaksi seseorang terhadap stress dan strategi *coping* yang digunakan, seperti kepribadian yang optimistik yang dapat diasosiasikan dengan kecenderungan penggunaan *problem focused coping*, dengan mempertimbangkan dukungan sosial dan penekanan pada pandangan positif terhadap situasi yang menimbulkan stress tersebut. Seseorang yang optimis akan lebih berantusias untuk mencari pemecahan masalah, karena mereka yakin bahwa semua masalah pasti ada jalan keluar asalkan mau berpikir dan berusaha untuk mencoba, bukan malah pasrah karena semua yang terjadi dalam hidup seseorang memang sudah nasib. Keyakinan akan nasib (*external locus of control*) akan menurunkan kemampuan strategi *coping* tipe *problem focused coping* (Mu'tadin, 2002).

5) Kematangan emosional

Berdasarkan hasil penelitian Hasan (2005) dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh kematangan emosional terhadap pemilihan strategi *Coping* pada remaja. Individu dengan tingkat emosi matang cenderung memilih strategi *coping* yang berorientasi pada pemecahan masalah (*direct action*) dan sebaliknya, individu yang emosinya kurang matang cenderung memilih strategi *coping* yang berorientasi meredakan ketegangan (*palliation*).

6) Status sosial ekonomi

Menurut Billings dan Moos (dalam Mu'tadin, 2002), seseorang dengan status sosial ekonomi yang rendah akan menampilkan bentuk *coping* yang kurang aktif, kurang realistis dan lebih fatal untuk menampilkan respons menolak, dibandingkan dengan seseorang dengan status ekonomi yang lebih tinggi.

7) Kesehatan mental

Individu yang memiliki kesehatan mental yang buruk, umumnya kurang efektif dalam memilih strategi menghadapi tekanan. Fakta ini diperkuat dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa orang depresi mempunyai strategi menghadapi tekanan yang berbeda dengan orang yang non depresi (Hapsari dkk, 2002).

8) Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan memecahkan masalah meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat (Mu'tadin, 2002).

b. Konteks Lingkungan

1) Kondisi penyebab stres (tingkat masalah)

Hasil penelitian Tanumidjojo dkk (2004), menunjukkan bahwa penggunaan *emotional focused coping* akan lebih banyak digunakan atau sesuai untuk mengatasi stres yang diakibatkan kondisi-kondisi yang tidak dapat diubah atau yang sudah menemui jalan buntu atau kondisi di luar kekuatan individu yang mampu menimbulkan trauma. Menurut Conrandt dkk (2008), bentuk strategi *coping* yang aktif lebih sesuai apabila digunakan dalam menghadapi situasi yang tingkatnya di bawah kontrol dan tidak sesuai untuk situasi yang tidak terkontrol, dalam hal ini seperti seseorang yang memiliki tingkat stress yang tinggi akan mengurangi kemampuan seseorang untuk memilih dan melakukan *coping* yang efektif.

Kondisi-kondisi yang tidak dapat diubah, misalnya strategi *coping* pada penderita diabetes militus tipe II yang lebih sering menggunakan *emotional focused coping* dalam mengatasi tekanan akibat penyakit yang diderita, karena merasa penyakit ini tidak dapat disembuhkan dan tidak ada yang dapat dilakukan oleh individu untuk mengobati penyakit tersebut. Kondisi yang menimbulkan trauma itu sendiri dapat dilihat pada hasil penelitian yang dilakukan Rustiana (2003), individu yang mengalami peristiwa yang tidak mengesankan dan menimbulkan trauma secara umum lebih menggunakan *emotional focused coping* dalam mengatasi tekanan dari trauma tersebut. Hal ini mungkin disebabkan individu tersebut merasa masalah atau kondisi yang menyebabkan mereka trauma sudah berlalu dan

hanya bisa menyesuaikan emosi serta perasaan untuk mengatasi tekanan dari kondisi yang diakibatkan masalah tersebut.

2) Sistem Budaya

Berdasarkan penelitian Pramadi dan Lasmono (2003) dapat diketahui bahwa identitas sosial yang meliputi nilai, minat, peraturan sosial, sistem agama dan sistem tingkah laku mempengaruhi bentuk *coping* yang ditampilkan, antara lain seperti pada budaya Bali. Masyarakat Bali yang terikat dengan sistem adat dan berkaitan dengan keagamaan Hindu yang sangat kuat, menjadikan orang Bali cenderung introvert tetapi terbuka akan informasi dari luar, dan lebih menampilkan *problem focused coping*.

3) Dukungan Sosial

Dukungan dari lingkungan sekitar, baik keluarga, teman ataupun masyarakat sekitar akan lebih mempermudah individu dalam mengatasi situasi yang menimbulkan stress. Dukungan sosial meliputi pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu (Mu'tadin, 2002). Menurut Taylor (2006) strategi *coping* akan lebih efektif dalam menghadapi konflik apapun bila mendapat dukungan dari saudara, orang tua, teman, tenaga profesional yang tentu akan lebih mempermudah individu tersebut melakukan *coping* yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan masalah.

Selain itu berdasarkan hasil penelitian Nursasi dan Fitriyani (2002) bahwa status perkawinan juga memberi pengaruh dalam individu memilih strategi *coping*. Seorang wanita lanjut usia yang masih memiliki suami akan cenderung

menggunakan *coping* bentuk adaptif baik yang berfokus pada masalah maupun yang berfokus pada emosi.

Menurut Asiyah (2012), faktor yang mempengaruhi *coping* sebagai upaya untuk mengatasi stress adalah dukungan sosial dan kepribadian. Syamsu Yusuf (2004) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* sebagai upaya mereduksi atau mengatasi stress adalah dukungan sosial (social support) dan kepribadian.

Dukungan sosial, menurut Syamsu Yusuf diartikan sebagai pemberian bantuan atau pertolongan terhadap seseorang yang mengalami stress dari orang lain yang memiliki hubungan dekat (saudara atau teman). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Anggarani (2009) dinyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan strategi *coping* pada penderita pasca stroke.

Kepribadian menurut Syamsu Yusuf (2004) mempunyai pengaruh yang cukup berarti terhadap *coping* atau usaha dalam mengatasi stress yang dihadapinya, seperti kepribadian hardiness, optimis dan humoris. Michael Scheir dan Charles Carver (1985) menemukan dalam penelitiannya terhadap para mahasiswa bahwa terdapat korelasi antara sikap optimis dengan kesehatan fisik yang baik. Selain itu Martin dan Lefcourt (Syamsu Yusuf, 2004) juga menemukan bahwa humor dapat berfungsi untuk mengurangi dampak negatif stress terhadap suasana hati atau perasaan seseorang.

Carver, dkk (1989) mengatakan bahwa strategi *coping* juga dipengaruhi oleh kepribadian. Tipe kepribadian dengan ciri-ciri ambisius, kritis terhadap diri sendiri, tidak sabaran, melakukan pekerjaan yang berbeda dalam waktu yang

sama, mudah marah dan agresif, akan cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi emosi (EFC). Sebaliknya seseorang dalam tipe kepribadian dengan ciri-ciri suka rileks, tidak terburu-buru, tidak mudah terpancing untuk marah, berbicara dan bersikap dengan tenang, serta lebih suka untuk memperluas pengalaman hidup, cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada masalah (PFC).

Menurut Parker (1986 dalam Kertamuda dan Herdiansyah, 2007), ketika seseorang melakukan strategi *coping*, ada tiga faktor yang mempengaruhinya. Ketiga hal tersebut adalah: (1) karakteristik situasional; (2) faktor lingkungan fisik dan psikososial; (3) faktor personal atau perbedaan individu yang mempengaruhi manifestasi *coping* antara lain jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, persepsi terhadap stimulus yang dihadapi dan tingkat perkembangan kognitif individu.

Taylor (1995) menyatakan faktor yang mempengaruhi *coping* yang dilakukan individu lebih berasal dari dukungan orang-orang di sekitar individu, seperti misalnya saudara, orang tua, suami atau istri, anak, teman atau menggunakan jasa tenaga profesional seperti psikolog yang dapat membantu individu dalam melakukan *coping* yang tepat, dalam usaha menghadapi dan memecahkan masalah yang dihadapi.

Berdasarkan beberapa teori di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* yang dilakukan individu adalah adanya dukungan sosial disertai adanya lingkungan yang mendukung, baik faktor lingkungan fisik maupun psikososial, usia, tingkat pendidikan, status sosial

ekonomi, persepsi terhadap stimulus yang dihadapi, tingkat perkembangan kognitif, kebudayaan, kesenangan, dan kepribadian.

B. Tipe Kepribadian

1. Pengertian Kepribadian

Kata *personality* dalam bahasa Inggris berasal dari bahasa Yunani kuno *prosopan* atau *persona*, yang artinya ‘topeng’ yang biasa dipakai artis dalam teater. Artis itu bertingkah laku sesuai dengan ekspresi topeng yang dipakainya, seolah-olah topeng itu memiliki ciri kepribadian tertentu. Jadi konsep awal dari pengertian *personality* (pada masyarakat awam) adalah tingkah laku yang ditempatkan di lingkungan sosial. Kesan mengenai diri yang diinginkan agar ditangkap oleh lingkungan sosial. (Alwisol, 2004)

Menurut Eysenck (dalam Alwisol, 2004), kepribadian adalah keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan dari keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui fungsional dari empat sektor utama yang mengorganisir tingkah laku; sektor kognitif (*intelligence*), sektor konatif (*character*), sektor afektif (*temprament*), sektor somatic (*constitution*).

Sependapat dengan Eysenck, Sullivan (Alwisol, 2004) mendefinisikan kepribadian sebagai pola yang relatif menetap dari situasi-situasi antara pribadi yang berulang dan menjadi ciri kehidupan manusia.

Hal hampir sama juga diungkapkan oleh Adler (dalam Suryabrata, 1995) bahwasanya kepribadian adalah individualitas, kebulatan serta sifat-sifat pribadi

individu, sehingga segala tingkah laku yang dilakukan oleh individu membawa corak khas gaya kehidupan yang bersifat individual.

Pendapat yang berbeda diungkapkan oleh Murray (Alwisol, 2004) bahwa kepribadian adalah abstraksi yang dirumuskan oleh teoritis yang bukan semata-mata deskripsi tingkah laku orang, karena rumusan itu berdasarkan pada tingkah laku yang dapat diobservasi dan faktor-faktor yang dapat disimpulkan dari observasi.

Selain itu, kepribadian menurut Atkinson (1996) adalah pola perilaku dan berfikir yang khas, yang menentukan penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan.

Berbeda lagi dengan pendapat Yusuf dan Nurihsan (2007). Mereka menjelaskan bahwa kepribadian adalah tingkah laku yang ditampakkan pada lingkungan sosial, kesan mengenai diri yang diinginkan agar dapat ditangkap oleh lingkungan sosial.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kepribadian adalah suatu totalitas dari tingkah laku khas bagi individu yang bereaksi serta menyesuaikan dirinya terhadap segala rangsangan, baik yang datang dari lingkungannya (dunia luar) maupun yang berasal dari dirinya sendiri dimana kepribadian dapat bersifat umum, merujuk pada sifat umumnya atau sifat khusus yang melekat pada dirinya, berjangka waktu lama, membentuk diri menjadi suatu kesatuan dan dapat berfungsi baik atau buruk pada diri sendiri dan lingkungannya.

2. Struktur Kepribadian

Eysenck menjelaskan bahwa struktur kepribadian terdiri dari :

- a. *specific respons*, bersangkutan dengan tindakan yang terjadi pada suatu keadaan atau kejadian tertentu.
- b. *habitual respons*, merupakan respon yang berulang terjadi apabila individu menghadapi kondisi atau situasi sejenis.
- c. *traits*, adalah habitual respons yang saling berhubungan satu sama lain yang cenderung ada pada individu yang lebih umum.
- d. *type*, berhubungan dengan *general factors* yang merupakan organisasi dalam diri individu yang lebih umum.

Jung tidak membahas struktur kepribadian secara khusus melainkan tentang jiwa. Menurut Jung, manusia terdiri dari :

a. Dimensi kesadaran

Dimensi kesadaran adalah penyesuaian terhadap dunia luar individu. Dimensi kesadaran manusia mempunyai dua komponen pokok yaitu :

1) Fungsi jiwa

Fungsi jiwa ialah bentuk suatu aktivitas kejiwaan yang secara teori tidak berubah dalam lingkungan yang berbeda-beda. Jung membedakan empat fungsi jiwa yang pokok. Pikiran dan perasaan adalah fungsi jiwa yang rasional. Pikiran dan perasaan bekerja dengan penilaian. Penilaian menilai atas dasar benar dan salah. Adapun perasaan menilai atas dasar menyenangkan dan tidak menyenangkan. Kedua fungsi jiwa yang irrasional yaitu pendirian dan intuisi tidak memberikan penilaian, melainkan hanya

semata-mata pengamatan. Pendirian mendapatkan pengamatan dengan sadar melalui indra. Adapun intuisi mendapat pengamatan secara tidak sadar melalui naluri. Pada dasarnya setiap manusia memiliki keempat fungsi jiwa itu, akan tetapi biasanya hanya salah satu fungsi saja yang paling berkembang (dominan). Fungsi yang paling berkembang itu merupakan fungsi superior dan menentukan tipe kepribadian orangnya. Jadi ada tipe pemikir, tipe perasa, tipe pendirian dan tipe intuitif.

2) Sikap jiwa

Sikap jiwa ialah arah dari energi psikis atau libido yang menjelma dalam bentuk orientasi manusia terhadap dunianya. Arah aktivitas energi psikis itu dapat ke luar ataupun ke dalam diri individu. Begitu juga arah orientasi manusia terhadap dunianya, dapat ke luar atau pun ke dalam dirinya. Tiap orang mengadakan orientasi terhadap sekelilingnya berbeda satu sama lain. Berdasarkan atas sikap jiwanya, manusia dapat digolongkan menjadi dua tipe yaitu :

- a) Manusia yang bertipe ekstroversi
- b) Manusia yang bertipe introversi.

b. Dimensi ketidaksadaran

Dimensi ketidaksadaran adalah suatu dimensi yang melakukan penyesuaian terhadap dunia dalam individu. Dimensi ketidaksadaran kepribadian seseorang mempunyai dua lingkaran yaitu :

1) Ketidaksadaran pribadi

Ketidaksadaran pribadi berisi hal yang diperoleh individu selama hidupnya namun tertekan dan terlupakan. Ketidaksadaran pribadi terdiri dari pengalaman yang disadari tetapi kemudian ditekan, dilupakan, diabaikan serta pengalaman yang terlalu lemah untuk menciptakan kesan sadar pada pribadi seseorang. Ketidaksadaran pribadi berisi hal yang teramati, terpikirkan dan dirasakan di bawah ambang kesadaran. Ketidaksadaran pribadi berisi kompleks (konstelasi) perasaan, pikiran, persepsi, ingatan yang terdapat dalam ketidaksadaran pribadi.

2) Ketidaksadaran kolektif

Ketidaksadaran kolektif atau transpersonal adalah gudang bekas ingatan laten yang diwariskan dari masa lampau leluhur seseorang. Ketidaksadaran kolektif adalah sisa psikis perkembangan evolusi manusia yang menumpuk akibat dari pengalaman yang berulang selama banyak generasi.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa menurut Eysenck struktur kepribadian terdiri dari empat bagian, yaitu *specific response*, *habitual response*, *trait*, *type*. Dan Jung tidak membahas struktur kepribadian secara khusus akan tetapi yang dibahas adalah pengertian tentang jiwa.

3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Proses Pembentukan Kepribadian

Menurut Sobur kepribadian merupakan suatu kesatuan aspek jiwa dan badan, yang menyebabkan adanya kesatuan dalam tingkah laku dan tindakan

seseorang, hal ini disebut integrasi. Integrasi dari pola-pola kepribadian yang dibentuk oleh seseorang dan pembentukan pola kepribadian ini terjadi melalui proses interaksi dalam dirinya sendiri, dengan pengaruh-pengaruh dari lingkungan luar (Alex Sobur, 2003).

Menurut Murray bahwa faktor-faktor genetika dan pematangan mempunyai peranan penting dalam perkembangan kepribadian. Setiap masa perkembangan manusia atau seseorang terjadi proses-proses genetik pematangan. Lingkungan menurut Sobur juga berpengaruh dalam proses pembentuk kepribadian anak. Dalam hubungan pengaruh mempengaruhi, terlihat bahwa anak dalam perkembangan dirinya memperlihatkan sifat-sifat yang tertuju pada lingkungan. Lingkungan menerima sifat tersebut dan memperlihatkan reaksi yang dibentuk atas dasar sifat-sifat, penampilan anak, dan pengolahan lingkungan itu. Jadi, lingkungan juga berubah dan memperlihatkan proses perubahan. Lingkungan yang berubah itu memberikan juga perangsang pada anak, yang berpengaruh terhadap perkembangan anak khususnya perkembangan pembentukan kepribadian. Dengan demikian, anak yang berkembang memberikan penampilan pada lingkungan pada satu pihak dan di pihak lain menerima penampilan lingkungan yang mengubahnya (Alex Sobur, 2003).

Yusuf dan Nurihsan menjelaskan bahwa secara garis besar ada dua faktor utama yang mempengaruhi proses pembentukan dan perkembangan kepribadian, yaitu faktor hereditas (genetika) dan faktor lingkungan (environment), yaitu :

a. Faktor genetika (pembawaan)

Faktor genetika menjelaskan bahwa kepribadian juga dapat dipengaruhi oleh salah satu faktor tersebut. Bermula adanya hereditas individu yang akan lahir dibentuk oleh 23 kromosom (pasangan x x) dari ibu, dan 23 kromosom (pasangan x y) dari ayah. Berbagai studi tentang perkembangan prenatal (sebelum kelahiran atau masa dalam kandungan menunjukkan bahwa kemampuan menyesuaikan diri terhadap kehidupan setelah kelahiran (post natal) berdasar atau bersumber pada masa konsepsi. Kepribadian sebenarnya tidak mendapat pengaruh langsung dari gen dalam pembentukannya, karena yang dipengaruhi gen secara langsung adalah: kualitas system syaraf dan keseimbangan biokimia tubuh.

b. Struktur tubuh

Walapun begitu, bahwa fungsi hereditas dalam kaitannya dengan perkembangan kepribadian adalah sebagai :

- 1) Sumber bahan mentah (*raw materials*) kepribadian seperti fisik, intelegensi, dan temperamen.
- 2) Membatasi perkembangan kepribadian (meskipun kondisi lingkungannya sangat baik atau kondusif, perkembangan kepribadian itu tidak dapat melebihi kapasitas atau potensi hereditas) dan mempengaruhi keunikan kepribadian.

Menurut C.S Hall, dimensi-dimensi temperamen seperti emosional, aktivitas, agresifitas dan reaktivitas bersumber dari plasma benih (gen) demikian juga halnya dengan intelegensi (Yusuf dan Nurihsan, 2007).

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan dan kepribadian itu dapat di bagi sebagai berikut (Purwanto, 2004) :

a. Faktor Biologis

Faktor biologis yaitu faktor yang berhubungan dengan keadaan jasmani, atau seringkali pula disebut faktor fisiologis, yaitu faktor yang menyinggung masalah konstitusi tubuh yang meliputi keadaan pencernaan, pernapasan, peredaran darah, kelenjar-kelenjar, urat syaraf, dan lain-lain. Juga termasuk konstitusi tubuh itu ialah tingginya, besarnya, beratnya, dan sebagainya.

b. Faktor Sosial

Yang dimaksud faktor sosial di sini adalah masyarakat, yakni manusia-manusia lain di sekitar individu yang mempengaruhi individu yang bersangkutan termasuk ke dalam faktor sosial ini juga tradisi-tradisi, adat-istiadat, peraturan-peraturan, bahasa, dan sebagainya yang berlaku dalam masyarakat itu.

c. Faktor Kebudayaan

Sebenarnya faktor kebudayaan ini termasuk pula ke dalam faktor sosial. Tapi, perkembangan dan pembentukan kepribadian pada diri masing-masing anak atau orang tidak dapat dipisahkan dari kebudayaan masyarakat di mana anak itu dibesarkan.

Sehingga dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mendorong proses pembentukan dan perkembangan kepribadian adalah faktor hereditas (pembawaan atau gen) dan juga oleh faktor lingkungan.

4. Macam-Macam Tipe Kepribadian

Tipe kepribadian berasal dari kata tipe dan kepribadian. Tipe menurut Eysenck sebagai “*an observed constellation of syndrome of traits*” dan diartikan bahwa tipe lebih luas daripada sifat, dan mencakup sifat sebagai komponennya . (Sumadi Suryabrata, 1966). Tipe atau *type* adalah organisasi di dalam individu yang lebih umum. Tipe adalah sekumpulan dari karakter kepribadian individu. Jadi, definisi secara singkat tentang tipe kepribadian adalah suatu sekumpulan dimensi-dimensi primer dari kepribadian yang diklasifikasikan menurut sifat-sifat yang dapat diselidiki dan diuji kebenarannya mengenai perilaku unik individu.

Tipe kepribadian dapat dibagi menjadi dua macam, yaitu tipe kepribadian introvert dan tipe kepribadian ekstrovert, penjelasannya adalah sebagai berikut :

a. Tipe kepribadian ekstrovert

Eysenck (Atkinson, 1993) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki tipe kecenderungan ekstrovert akan memiliki karakteristik seperti : ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara, dan menyukai segala bentuk kerja sama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak. Individu ekstrovert menyukai lelucon, mereka cepat tanggap dalam menjawab pertanyaan yang ditujukan padanya serta menyukai perubahan. Mereka individu yang periang dan tidak terlalu memusingkan suatu masalah, optimis dan ceria. Mereka lebih suka melakukan kegiatan dari pada berdiam diri,

cenderung agresif, mudah hilang kesabaran, kadang-kadang kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik, kadang-kadang mereka juga tidak dapat dipercaya. Eysenk juga menegaskan bahwa individu dengan kepribadian ekstrovert cenderung mampu mengekspresikan perasaannya dengan lebih bebas, tidak perlu merasa takut terhadap akibatnya, dan berani bertanggungjawab atas apa yang dilakukannya.

Menurut Jung, orang ekstrovert dipengaruhi oleh dunia obyektif diluar dirinya. Orientasi tertuju pada : pikiran, perasaan terdasarnya terutama ditentukan oleh lingkungan. Baik lingkungan sosial atau non sosial (Suryabrata, 2003).

Menurut L. A. Pervin (dalam Nuqul, 2006) bahwa gambaran tipe kepribadian ekstrovert adalah sebagai orang yang ramah dalam pergaulan, banyak teman, sangat memerlukan kegembiraan, ceroboh, impulsive. Secara lebih rinci dijabarkan dengan mudah marah, gelisah, agresif, mudah menerima rangsang, berubah-ubah, impulsif, aktif, optimis, suka bergaul, banyak bicara, mau mendengar, menggampangkan, lincah, riang, kepemimpinan.

Dapat diambil kesimpulan bahwa orang yang berkepribadian ekstrovert adalah orang yang mudah bergaul dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, sehingga pikiran, perasaan dan tindakan-tindakannya banyak dipengaruhi dunia luar dirinya (objektif) daripada dunia dalam dirinya (subjektif).

b. Tipe kepribadian introvert

Menurut Eysenck, orang-orang yang introversi memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala ketakutan dan depresi, ditandai oleh kecenderungan obsesi mudah tersinggung, apatis, syaraf otonom mereka labil. Tipe kepribadian introvert adalah kebalikan dari trait ekstrovert, yakni sulit bergaul, statis, pasif, ragu, taat aturan, sedih, minus, lemah, dan penakut. Individu dengan tipe kepribadian ini cenderung tertutup, susah mengungkapkan apa yang diinginkannya, dan takut menanggung akibat atas perbuatannya.

Menurut pernyataan mereka sendiri bahwa perasaan mereka mudah merasa gugup, menderita rasa rendah diri, mudah melamun, sukar tidur. Intelegensi mereka relatif tinggi, perbendaharaan kata-kata baik, dan cenderung untuk tetap pada pendirian keras kepala. Umumnya mereka teliti tetapi lambat. Taraf aspirasi mereka tinggi tetapi ada kecenderungan untuk menaksir rendah prestasi sendiri. Mereka agak kaku (tegar) dan memperlihatkan "*intra-personal variability*" yang kecil. Pilihan mereka mengenai kesenian tertuju kepada gambar-gambar yang tenang dan model lama. Mereka kurang suka pada lelucon, terlebih-lebih lelucon mengenai seks (Suryabrata, 1966). Seseorang yang memiliki kecenderungan introvert akan memiliki karakteristik antara lain : mereka tidak banyak bicara, malu-malu, mawas diri, suka membaca dibanding bergaul dengan orang lain. Mereka cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka. Memiliki rencana sebelum melakukan sesuatu serta tidak percaya faktor kebetulan.

Mereka juga tidak menyukai suasana keramaian, selalu memikirkan masalah sehari-hari secara serius serta menyukai keteraturan dalam kehidupan. Individu introvert dapat mengontrol perasaan mereka dengan baik, jarang berperilaku agresif, tidak mudah hilang kesabaran. Mereka merupakan orang bisa dipercaya, sedikit pesimistis, dan menetapkan standar etis yang tinggi dalam hidup (Atkinson, 1993).

Menurut Jung, orang-orang yang termasuk dalam penggolongan tipe introvert adalah orang-orang yang perhatiannya lebih mengarah pada dirinya (Sumadi Suryabrata, 1966). Orientasi tertuju ke dalam: pikiran, perasaan terdasarnya terutama ditentukan dari dalam dirinya sendiri bukan ditentukan oleh lingkungan (Suryabrata, 2003).

Hal ini hampir sama dengan yang diungkapkan Nuqul bahwa manusia dalam memandang obyek yang ada disekitarnya pertama-tama mementingkan dirinya dahulu. Orang yang termasuk dalam penggolongan tipe ini sukar menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Menurutnya, pribadi adalah primer, obyek yang ada disekitarnya atau masyarakat dianggap sekunder. Orang macam ini menghendaki lingkungan menyesuaikan kepada dirinya. Teori Jung menyatakan beberapa ciri orang yang introvert, yaitu terutama dalam keadaan emosional atau konflik, orang dengan kepribadian ini cenderung untuk menarik diri dan menyendiri. Mereka lebih menyukai pemikiran sendiri daripada berbicara dengan orang lain. Mereka cenderung berhati-hati, pesimis, kritis, dan selalu berusaha mempertahankan sifat-sifat baik untuk diri mereka sendiri sehingga dengan sendirinya mereka sulit dimengerti. Mereka seringkali memiliki banyak

pengetahuan atau mengembangkan bakat di atas rata-rata dan mereka hanya dapat menunjukkan bakat mereka di lingkungan yang menyenangkan.

Crow dan Crow (Sobur, 2003) juga menguraikan sifat-sifat dari orang introvert, antara lain yaitu ; lebih lancar menulis daripada berbicara, cenderung atau sering diliputi kekhawatiran, lekas malu dan canggung, cenderung bersifat radikal, suka membaca buku-buku dan majalah, lebih dipengaruhi oleh perasaan-perasaan subjektif, agak tertutup jiwanya, lebih senang bekerja sendiri, sangat menjaga atau berhati-hati terhadap penderitaan dan miliknya, sukar menyesuaikan diri dan kaku dalam pergaulan

Setelah mengetahui pendapat dari beberapa ahli yang telah disebutkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa orang-orang dengan tipe kepribadian introvert adalah tipe kepribadian dimana orientasi perhatian individu lebih kuat tertuju ke dalam dirinya sendiri. Pikiran, perasaan dan tindakannya terutama ditentukan oleh faktor subjektif. Walaupun mereka juga memberikan perhatian kepada dunia di luar dirinya, tetapi hal tersebut dilakukan lebih selektif dan hati-hati. Tipe ini menampilkan penyesuaian dirinya sehari-sehari dengan sifat-sifat agak tertutup jiwanya, cenderung penyendiri, tidak ramah, sukar menyesuaikan diri atau kaku dalam pergaulan, hati-hati dan dapat menguasai diri.

C. Perbedaan Strategi *Emotional Focused Coping* Remaja Panti Asuhan ditinjau dari Tipe kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Kehidupan tidak akan pernah terlepas dari berbagai macam persoalan. Sehingga sepanjang hidupnya, setiap individu harus berjuang mengatasi

persoalan-persoalan yang dihadapinya setiap hari. Davidoff (dalam Arumwardhani, 2011) mengungkapkan bahwa seandainya kehidupan ini merupakan sebuah “cawan”, maka cawan itu digunakan untuk menampung semua stress (tekanan) yang dialami oleh semua individu. Sehingga semua individu akan selalu dihadapkan dengan sesuatu yang dapat menimbulkan stres.

Stress merupakan salah satu reaksi atau respon psikologis manusia saat dihadapkan pada hal-hal yang dirasa sudah melampaui batas atau dianggap sulit untuk dihadapi. Stress memang merupakan bagian dari dinamika kehidupan manusia. Mustahil, orang sepanjang hidupnya tidak pernah mengalami stress.

Stress dapat melanda siapapun tanpa membatasi usia, status sosial, status pendidikan maupun tempat dan lingkungan. Salah satu lingkungan yang berpotensi menimbulkan banyak stress yaitu di panti asuhan. Panti asuhan adalah tempat untuk memelihara anak-anak yang orang tuanya tidak mampu mengasuh dan membiayai mereka. Anak yang dirawat di panti asuhan tidak semuanya dirawat sejak bayi atau kecil, sehingga perubahan yang tiba-tiba dari kehidupan sebelumnya ke kehidupan di panti asuhan biasanya menyebabkan kesulitan untuk beradaptasi. Hal yang paling sering terjadi pada anak panti asuhan sebagai reaksi terhadap stres berupa gangguan makan dan tidur, sikap antisosial, kecemasan, kemarahan, perilaku menghindar, dan rasa takut (Kaplan & Sadock, 1995).

Penghuni panti asuhan bukan saja anak-anak, tetapi mulai dari anak-anak hingga dewasa. Penghuni panti asuhan tersebut adalah orang-orang yang mengalami berbagai permasalahan sosial (Muchti, 2000). Sensus penduduk yang

dilakukan pemerintah pada tahun 2004 mencatat sebanyak 5,2 juta anak yang mengalami permasalahan sosial dan sebagian besar adalah remaja.

Remaja yang tinggal di panti asuhan, diantaranya ada yang sudah tidak mempunyai Ayah atau Ibu bahkan ada yang sudah tidak mempunyai keduanya. Saat mereka mengalami masalah seperti kegagalan dalam berprestasi di sekolah, nilai ujian yang buruk, dan masalah dengan teman sebaya, itu semua dapat menimbulkan stres. Untuk menyelesaikan masalah tersebut dibutuhkan motivasi dan dukungan dari orang tua. Namun, bagi remaja yang tinggal di panti asuhan ketidakadaan orang tua di dekat mereka untuk memotivasi dan mendukung mereka dalam mengatasi masalahnya akan memperpanjang stres mereka. Selain itu, kebutuhan akan kasih sayang dari kedua orang tua dapat menyebabkan beban pikiran yang akan menimbulkan stres. Dengan demikian banyak faktor yang dapat menyebabkan remaja yang tinggal di panti asuhan mengalami stres.

Pemicu stres (stressor) dapat terjadi karena disebabkan beberapa faktor yang ada disekitar manusia seperti bencana alam, pekerjaan, masalah dalam keluarga, dan banyak pemicu lainnya. Stressor apabila tidak dikelola dengan baik akan menimbulkan stres yang berkepanjangan. Namun setiap individu telah diberi kemampuan untuk mengelola stres atau kemampuan untuk mengatasi stress, dalam istilah psikologi ini disebut dengan strategi *coping*.

Lazarus dan Folkman mendefinisikan *coping* sebagai suatu proses mengelola tuntutan (internal atau eksternal) yang ditaksir sebagai beban karena di luar kemampuan diri individu (Yusuf dan Nurihsan, 2006). Sementara Weiten dan Llyod mengemukakan bahwa *coping* merupakan upaya-upaya untuk mengatasi,

mengurangi atau mentoleransi ancaman atau beban perasaan yang terjadi karena stress. Dengan kalimat sederhana, *coping* dapat diartikan sebagai reaksi individu ketika menghadapi stress (Siswanto, 2007).

Kemampuan *coping* pada setiap individu berbeda-beda tergantung pada beberapa faktor seperti kondisi individu, kepribadian, sosial kognitif, hubungan dengan lingkungan sosial dan strategi *coping* yang dipilih (Smet, 1944). Dalam pemilihan strategi *coping*, berbeda-beda untuk tiap-tiap individu tergantung bagaimana permasalahan yang dihadapi dan bagaimana situasi yang mempengaruhi stressor tersebut. Strategi *coping* stress yang dapat dipilih ada dua, antara lain strategi problem focused *coping* dan strategi emotional focused *coping*.

Pemilihan strategi *coping* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Pramadi dan Lasmono, 2003) sumber-sumber individual seseorang seperti pengalaman, persepsi, kemampuan intelektual, kesehatan, kepribadian, pendidikan dan situasi yang dihadapi sangat menentukan proses penerimaan suatu stimulus yang kemudian dapat dirasakan sebagai tekanan atau ancaman. Faktor yang mempengaruhi *coping* sebagai upaya untuk mengatasi stress adalah dukungan sosial dan kepribadian (Asiyah, 2012). Syamsu Yusuf (2004) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* sebagai upaya mereduksi atau mengatasi stress adalah dukungan sosial (social support) dan kepribadian. Ketika individu memilih sebuah strategi *coping* untuk menangani stressor agar individu tetap dalam keadaan stabil, maka tipe kepribadian yang dimilikinya akan ikut andil dalam proses tersebut, karena *coping* yang mereka pilih biasanya dipengaruhi oleh kecenderungan tipe kepribadian individu masing-

masing. Pemilihan strategi *coping* sangat dipengaruhi oleh tipe kepribadian seseorang. Hal ini sependapat dengan apa yang dikemukakan oleh Holahan dan Moss (1987) yang menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi strategi *coping* yaitu Sociodemografik, Peristiwa hidup yang menekan, Sumber-sumber jaringan sosial dan kepribadian.

Carver, dkk (1989) mengatakan bahwa strategi *coping* juga dipengaruhi oleh kepribadian. Tipe kepribadian dengan ciri-ciri ambisius, kritis terhadap diri sendiri, tidak sabaran, melakukan pekerjaan yang berbeda dalam waktu yang sama, mudah marah dan agresif, akan cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi emosi (*Emotional Focused Coping*). Sebaliknya seseorang dalam kepribadian dengan ciri-ciri suka rileks, tidak terburu-buru, tidak mudah terpancing untuk marah, berbicara dan bersikap dengan tenang, serta lebih suka untuk memperluas pengalaman hidup, cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada masalah (*Problem Focused Coping*).

Penelitian lain menyebutkan bahwa faktor personal seperti *trait neuroticism* berkaitan erat dengan stres. Individu yang mempunyai *trait neuroticism* cenderung mempunyai emosi yang negatif, menampilkan reaksi berlebihan terhadap masalah-masalah kecil. *Trait neuroticism* berpengaruh terhadap strategi *coping* yang dilakukan individu dalam mengatasi stressor yang dihadapinya. Individu yang dengan *trait neuroticism* cenderung menggunakan strategi *emotional focused coping* seperti *wishful thinking*, *self blame*, dan *avoidance*. Hal ini membuktikan bahwa kepribadian mempunyai andil besar bagi seseorang ketika memilih strategi *coping*.

Setiap kepribadian akan menunjukkan bagaimana seseorang itu akan bersikap terhadap semua stressor yang diterima. Karena kepribadian adalah salah satu sistem terorganisasi yang terdiri dari sikap, motif, nilai emosi, serta respon-respon lain yang saling tergantung satu sama lain. Hal ini yang akan menentukan keunikan-keunikan pada masing-masing individu dalam berperilaku, berfikir, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Bagaimana kepribadian itu akan terbentuk tergantung dari pengamatan dan pengalaman yang masing-masing individu lakukan. Hal ini didukung oleh pendapat Atkinson (1996) yang menjelaskan bahwa kepribadian merupakan suatu pola yang membentuk tingkah laku seseorang, cenderung menetap dan berulang. Tingkah laku terbentuk dari unsur-unsur pada diri seseorang dan lingkungan untuk bereaksi terhadap lingkungan. Bisa juga dikatakan perilaku itu merupakan hasil interaksi antara karakteristik kepribadian dan kondisi sosial serta kondisi fisik lingkungan yang semua itu diperoleh melalui pengamatan, pengalaman langsung dengan reinforsemen positif dan negatif, latihan atau perintah, dan keyakinan yang ganjil. (Bandura dalam Alwisol, 2004). Pembentukan suatu kepribadian pada individu akan menghasilkan sikap atau perilaku yang telah diperoleh dari hasil pengamatan dan pengalaman. Bentuk perilaku *coping* adalah salah satu dari sekian banyak perilaku yang dihasilkan dari pembentukan kepribadian. Dimana *coping* adalah perilaku seseorang dalam mengatasi tuntutan yang menekan dikemukakan Lazarus (1976).

D. Strategi *Emotional Focused Coping* dan Tipe kepribadian dalam Perspektif Islam

1) Strategi *emotional focused coping* dalam perspektif islam

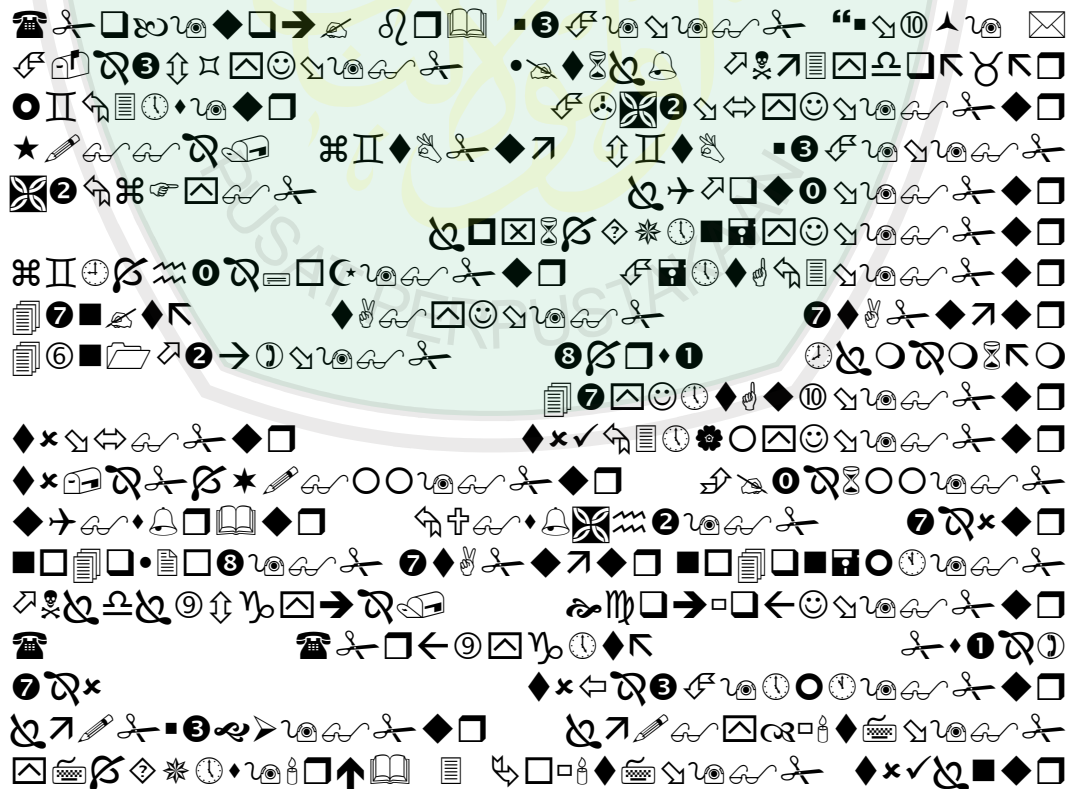
Terdapat banyak ayat yang memberikan keterangan mengenai cara manusia mengatasi tekanan atau dengan kata lain dinamakan *coping* yang disebabkan oleh permasalahan hidupnya, diantaranya sebagai berikut :

a) Pada surat Al-Baqarah ayat 45



yang artinya “Mintalah bantuan (kepada Allah) melalui ketabahan dan doa...” (Depag RI, 2005)

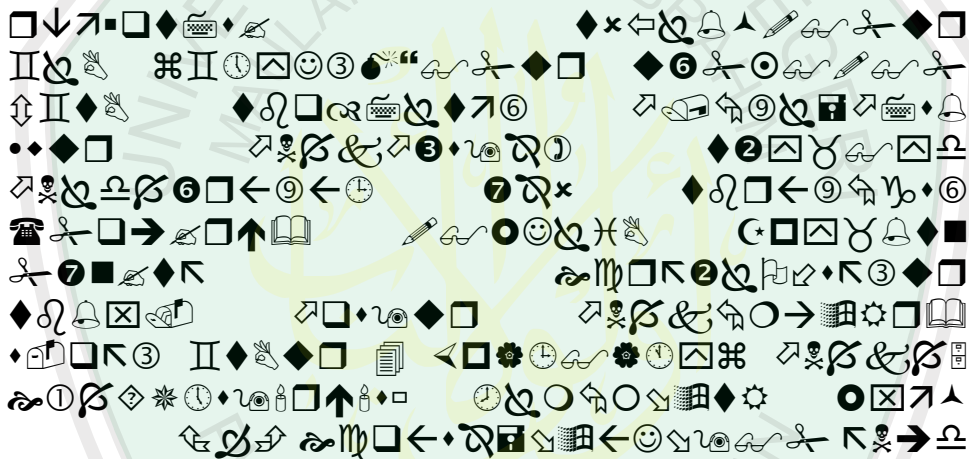
b) Surat Al-Baqarah ayat 177





yang artinya “kebajikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke arah timur dan ke barat, tetapi kebajikan itu ialah (kebajikan) orang yang beriman kepada Allah, hari akhir, malaikat-malaikat, kitab-kitab dan nabi-nabi, dan memberikan harta yang dicintainya kepada kerabat, anak yatim, orang-orang miskin, orang-orang yang dalam perjalanan (musafir), peminta-minta dan untuk memerdekakan hamba sahaya, yang melaksanakan shalat dan menunaikan zakat, orang-orang yang menepati janji apabila berjanji, dan orang-orang yang sabar dalam kemelaratan, penderitaan, dan pada masa peperangan. Mereka itulah orang-orang yang benar, dan mereka itulah orang-orang yang bertakwa.” (Depag RI, 2005).

c) Surat Al-Hasyr ayat 9



yang Artinya “...mereka mengutamakan (orang lain) atas diri mereka sendiri, walaupun mereka dalam kesusahan...” (Depag RI, 2005).

d) Surat Al-Furqan ayat 63



yang Artinya “Hamba-hamba Allah yang Maha Pengasih (yaitu) mereka yang berjalan dimuka bumi dengan rendah hati, dan apabila ada orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan”(Depag RI, 2005).

Selain itu dalam hadits nabi juga disebutkan tentang *coping* yaitu diantaranya yang diriwayatkan oleh Abu Said yaitu Sa'ad bin Malik bin Sinan al Khudri Radhiallahu 'Anhuma bahwasanya ada beberapa orang dari kaum anshar meminta sedekah kepada Rasulullah SAW, lalu beliau memberikan sesuatu pada mereka itu, kemudian mereka meminta lagi dan beliaupun memberinya pula sehingga habislah harta yang ada disisinya, kemudian setelah habis membelanjakan segala sesuatu dengan tangannya itu beliau bersabda:

“Apa saja kebaikan – yakni harta – yang ada disisiku, maka tidak sekali-kali akan kusimpan sehingga tidak kuberikan padamu semua, tetapi oleh sebab sudah habis, maka tidak ada yang dapat diberikan. Barang siapa yang menjaga diri - dari meminta-minta pada orang lain, maka akan diberi rizki kepuasan oleh Allah dan barang siapa yang merasa dirinya cukup maka akan diberi kekayaan oleh Allah – kaya hati an jiwa – dan barang siapa yang berlaku sabar maka akan dikaruniai kesabaran oleh Allah. Tiada seorangpun yang dikaruniai suatu pemberian yang lebih baik serta lebih luas – kegunaannya- daripada karunia kesabaran itu.” (Muttafaq ‘Alaih)

Ayat-ayat al-qur'an dan hadits tersebut di atas adalah ayat-ayat yang menerangkan mengenai cara-cara mengatasi kesulitan yang dibenarkan oleh Allah dan diajarkan oleh Rasulullah kepada manusia.

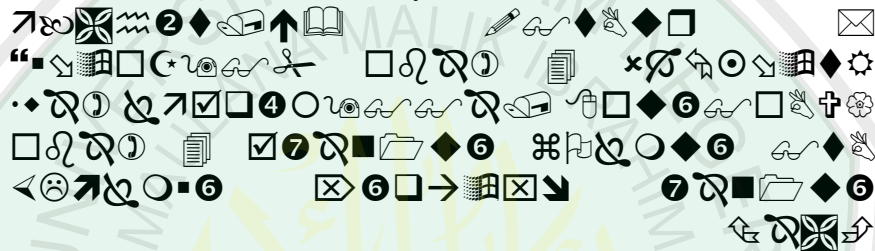
2) Tipe kepribadian dalam perspektif islam

Islam menemukan teori kepribadian, jauh sebelum para penemu teori psikologi kontemporer menemukan teori-teorinya tentang struktur kepribadian manusia. Dalam al-qur'an sebenarnya sudah menyinggung tentang hal itu dan pada perinciannya dijelaskan pada hadits-hadits Rosulullah SAW. Baik itu struktur kepribadian, tipe kepribadian dan sampai faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian manusia. (Ridho, 2009)

Manusia di golongan menjadi tiga tipe, yaitu tipe yang berkepribadian ammarah, kepribadian lawamah dan kepribadian muthmainnah (Mujib, 2006). Hal ini didasarkan atas konsistensi dengan pembahasan struktur kepribadian dan dinamikanya. Kepribadian dalam Islam yang dimaksud adalah:

- a. Kepribadian ammarah adalah kepribadian yang cenderung melakukan perbuatan-perbuatan rendah sesuai dengan naluri primitifnya, sehingga ia merupakan sumber kejelekan dan perbuatan tercela. Seperti dalam firman

Allah Swt dalam surat Yusuf ayat 53



yang artinya "Dan Aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), Karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha penyayang".

- b. Kepribadian lawamah adalah kepribadian yang mencela perbuatan buruknya setelah memperoleh cahaya kalbu. Ia bangkit untuk memperbaiki kebimbangannya dan kadang-kadang tumbuh perbuatan yang buruk yang di sebabkan oleh watak gelapnya, tetapi kemudian ia diingatkan oleh nur Ilahi, sehingga ia bertaubat dan memohon ampunan.

Firman Allah yang tertuang dalam surat Al Qiyamah 2



yang artinya " bila ia berbuat kebaikan ia juga menyesal Kenapa ia tidak berbuat lebih banyak, apalagi kalau ia berbuat kejahatan".

- c. Kepribadian muthmainnah adalah kepribadian yang telah di beri kesempurnaan nur kalbu, sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat tercela dan tumbuh sifat-sifat yang baik. Kepribadian ini selalu berorientasi ke komponen kalbu untuk mendapatkan kesucian dan menghilangkan segala kotoran, sehingga dirinya menjadi tenang dan tentram. (Mujib,2006)
- Kepribadian mutma'innah dapat di capai ketika jiwa diambang pintu ma'rifah Allah disertai dengan adanya ketundukan dan kepasrahan. Begitu tenangnya kepribadian ini sehingga ia dipanggil oleh Allah Swt dalam

surat Al-Fajr ayat 27-28



yang artinya “Hai jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai-Nya.”

Selain itu, kepribadian juga banyak disebutkan dalam banyak hadits, diantaranya ada beberapa hadits-hadits yang kami angkat sebagai contoh dengan permasalahannya. Antara lain :

- a. Tentang Keutamaan Berbuat Kebajikan: عن ابن مسعود عقبه بن عمرو الانصاري

رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: من دل على خير فله مثل اجر فاعله

رواه مسلم

Artinya: Ibnu Mas'ud (Uqbah bin Amr) al-Anshari al-Badari r.a meriwayatkan bahwasanya Rasulullah saw bersabda: "Barang siapa yang memberi petunjuk pada (jalan) kebaikan, baginya pahala sebesar pahala orang yang melakukannya."

- b. Tentang menjaga hubungan baik dengan sesama: لا يؤمن احدكم حتى يحب لاخيه

ما يحب لنفسه. متفق عليه

"Tidaklah beriman salah seorang dari kalian, sebelum ia mencintai saudaranya seperti ia mencintai dirinya sendiri."HR. al-Bukhari dan Muslim.

- c. Tentang bersikap jujur, dan berbuat kebaikan (tidak dzalim):

المسلم من سلم المسلمون من لسانه ويده والمهاجر من هجرمانهالله عنه. رواه بخارى

"Orang muslim adalah orang yang orang-orang muslim lainnya selamat dari lisan dan tangannya. dan orang yang berhijrah yaitu orang yang menjauhi apa-apa yang telah dilarang oleh Allah SWT."

- d. Tentang hukuman bagi orang yang mencuri: "Dari Abu Hurairah ra., dari Nabi saw. Beliau bersabda: "Allah telah melaknat pencuri yang mencuri sebutir telur hingga di potong tangannya, dan mencuri seutas tali hingga di potong tangannya". (H.R Bukhari).
- e. Tentang kepribadian yang baik. Rasulullah bersabda "Bukanlah termasuk orang yang baik apabila ia mau bekerja untuk dunianya dan mengabaikan akhiratnya, ataupun yang bekerja untuk akhiratnya dan meninggalkan dunianya, sesungguhnya sebaik-baiknya orang diantara kamu adalah yang bekerja untuk ini dan ini (Dunia dan akhiratnya)". (Falsafatul Akhlak Fil Islam, Muhammad Mugniyah dalam Zuhdi,1993).

Kesimpulannya adalah kepribadian yang baik menurut islam yakni dapat menyeimbangkan kebutuhan tubuh dan ruhnya atau kebutuhan fisik dan spritualnya. Sedangkan kepribadian yang buruk adalah manusia yang berlandung dibawah kendali syahwat an hawa nafsunya ataupun sebaliknya yakni orang yang mengekang faktor biologisnya dan memaksa tubuhnya untuk selalu beribadah sehingga melemahkan tubuhnya sendiri.

E. Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini hipotesis yang peneliti gunakan adalah Ada perbedaan Strategi *Emotional Focused Coping* ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Menurut Babbie (Prasetyo, 2005) rancangan penelitian adalah mencatat perencanaan dari cara berfikir dan merancang suatu strategi untuk menemukan sesuatu. Penelitian dapat diklasifikasikan dari berbagai cara dan sudut pandang. Dilihat dari pendekatan analisisnya, penelitian dibagi atas dua macam, yaitu: penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Dengan metoda kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. (Azwar, 1998).

B. Identifikasi Variabel

Variabel adalah gejala yang bervariasi. Sutrisno Hadi (dalam Arikunto, 2006) mengatakan bahwa gejala yang dimaksud tersebut adalah objek penelitian, sehingga variabel adalah objek penelitian yang bervariasi. Dalam penelitian sosial dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja, melainkan selalu saling mempengaruhi dengan banyak variabel lain. Oleh karena itu, perlu dilakukan identifikasi terlebih dahulu terhadap variabel penelitiannya. Identifikasi variabel merupakan langkah penetapan variabel-

variabel utama dalam sebuah penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing. (Azwar, 1998).

Variabel bebas (*independence variable*), variabel ini adalah sejumlah gejala atau faktor atau unsur yang menentukan atau mempengaruhi ada atau munculnya gejala atau faktor atau unsur yang lain, yang pada gilirannya gejala atau faktor atau unsur yang kedua itu disebut variabel terikat. Variabel bebas ini bisa disebut dengan variabel X. Sedangkan variabel terikat (*dependent variable*) yaitu sejumlah gejala atau faktor atau unsur yang ada atau muncul dan dipengaruhi atau ditentukan oleh adanya variabel bebas. Ada atau munculnya variabel ini adalah karena adanya variabel bebas dan bukan karena variabel lain. Variabel terikat ini bisa disebut dengan variabel Y. (Nawawi, 1983).

Variabel yang digunakan adalah:

- a. Variabel bebas (X) : tipe kepribadian
 - tipe kepribadian ekstrovert
 - tipe kepribadian introvert
- b. Variabel Terikat (Y) : strategi *emotional focused coping*

C. Definisi Operasional

a. Tipe Kepribadian

Tipe kepribadian adalah keseluruhan pola tingkah laku seseorang yang khas, yang terjadi dalam diri seseorang baik yang disadari maupun tidak disadari yang ditentukan oleh keturunan dan lingkungan yang mempunyai peranan penting untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

1) Tipe Kepribadian Ekstrovert

Orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah orang yang mudah menyesuaikan diri dan cenderung terbuka dengan lingkungan sekitarnya, sehingga kehidupannya banyak dipengaruhi dunia luar (lingkungan). Orang yang kecenderungan ekstrovert akan memiliki karakteristik seperti, mereka tergolong orang yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara, dan menyukai segala bentuk kerja sama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak. Individu ekstrovert menyukai lelucon, mereka cepat tanggap dalam menjawab pertanyaan yang ditujukan padanya serta menyukai perubahan. Mereka individu yang periang dan tidak terlalu memusingkan suatu masalah, optimis dan ceria. Mereka lebih suka melakukan kegiatan dari pada berdiam diri, cenderung agresif, mudah hilang kesabaran, kadang-kadang kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik, kadang-kadang mereka juga tidak dapat dipercaya.

2) Tipe Kepribadian Introvert

Orang yang memiliki tipe kepribadian introvert adalah orang yang tidak mudah menyesuaikan diri dan cenderung tertutup dengan lingkungan sekitarnya, sehingga kehidupannya banyak dipengaruhi dunia dalam (diri sendiri) dan yang terlihat dalam beberapa sikap seperti orientasi perhatian tertuju kedalam dirinya sendiri, pikiran, perasaan dan tindakannya terutama ditentukan oleh faktor subjektif, penyendiri sukar menyesuaikan diri atau kaku dalam pergaulan,

menguasai diri, apatis, pasif, ragu, taat aturan, tertutup, susah mengungkapkan apa yang diinginkannya, takut menanggung akibat atas perbuatannya, menderita rasa rendah diri, mudah melamun, keras kepala, teliti tetapi lambat, taraf aspirasi mereka tinggi tetapi ada kecenderungan untuk menaksir rendah prestasi sendiri, pilihan mereka mengenai kesenian tertuju kepada gambar-gambar yang tenang dan model lama, suka membaca dibanding bergaul dengan orang lain, cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka, memiliki rencana sebelum melakukan sesuatu serta tidak percaya faktor kebetulan, tidak menyukai suasana keramaian, memikirkan masalah sehari-hari secara serius, menyukai keteraturan dalam kehidupan, bisa dipercaya, sedikit pesimistis.

b. Strategi *Emotional Focused Coping*

Strategi *emotional focused coping* adalah usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan yang terdiri dari tiga indikator yaitu *self-blame*, *avoidance*, dan *wishful thinking*.

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2006). Dalam penelitian sosial, populasi didefinisikan sebagai kelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Sebagai suatu populasi, kelompok subjek ini harus memiliki ciri-ciri atau karakteristik- karakteristik bersama yang

membedakannya dari kelompok subyek yang lain. Ciri yang dimaksud tidak terbatas hanya sebagai ciri lokasi saja, akan tetapi dapat terdiri dari karakteristik-karakteristik individu (Azwar, 1998). Menurut Sugiyono (2007) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Tabel 3.1
Jumlah Penghuni Panti Asuhan Adz-Dzikraa

NO.	KATEGORI		JUMLAH
1	Anak-anak		60
2	Remaja	Awal	100
		Tengah	139
		Akhir	109
TOTAL			408

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

KATEGORI		JUMLAH
Remaja	Tengah	139
	Akhir	109
	TOTAL	248

Jumlah keseluruhan penghuni panti asuhan sebanyak 408 orang, dimana 60 orang diantaranya adalah anak-anak 348 orang adalah remaja, 348 orang ini terdiri dari 100 remaja awal dan 139 orang remaja tengah dan 109 remaja akhir. Karena dalam penelitian ini mengambil populasi remaja tengah dan akhir, maka jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 248 orang.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Sugiyono (2007) mengatakan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Kemudian, Suharsimi Arikunto (2006) menegaskan apabila subyek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sebaliknya, jika jumlah subjek terlalu besar, maka sampel dapat diambil antara 10% -15%, hingga 20% - 25% atau lebih. Tergantung setidaknya-tidaknya dari :

1. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, dana, dan tenaga.
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal itu menyangkut banyak sedikitnya dana.
3. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti.

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

KELAS	SAMPEL
X	40 orang
XII	22 orang
TOTAL	62 orang

Dalam penelitian ini, sampel ditentukan sebesar 25% dari populasi yaitu sebanyak 62 orang remaja panti asuhan yang berada di kelas 1 dan 3 SMK Farida Adz-Dzikraa.

c. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel harus dilakukan sedemikian rupa, sehingga diperoleh sampel atau contoh yang benar-benar dapat berfungsi sebagai contoh, atau dapat menggambarkan keadaan populasi sebenarnya. Dengan kata lain, sampel harus representatif (Arikunto, 2006).

Peneliti menggunakan teknik *random sampling* atau sampel acak. Teknik sampling ini diberi nama demikian karena di dalam pengambilan sampelnya, peneliti “mencampur” subjek-subjek di dalam populasi, sehingga semua subjek dianggap sama. Dengan demikian, maka peneliti memberi hak yang sama kepada setiap subjek untuk memperoleh kesempatan (*chance*) dipilih menjadi sampel. Oleh karena hak setiap subjek sama, maka peneliti terlepas dari perasaan ingin mengistimewakan satu atau dua beberapa subjek untuk menjadikan sampel (Arikunto, 2006). Teknik ini dipilih karena peneliti ingin memberikan kesempatan yang sama bagi setiap remaja panti dalam keseluruhan populasi remaja panti asuhan Adz-Dzikraa untuk menjadi sampel dan dipilih secara acak.

E. Metode Pengumpulan Data

Metode yang digunakan oleh peneliti dalam pengambilan data pada penelitian ini adalah skala. Skala merupakan sejumlah pertanyaan tertulis yang

digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Azwar, 2007). Skala disusun menggunakan skala psikologi untuk mengukur tipe kepribadian dan *emotional focused coping*. Skala ini didasarkan pada skala Likert, yang disajikan dengan 4 alternatif jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju) dan STS (Sangat Tidak Setuju).

F. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang hendak diungkap yaitu tipe kepribadian dan strategi *emotional focused coping*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah :

1. Skala Strategi *Emotional Focused Coping*

Skala strategi *coping* yang digunakan oleh peneliti yaitu Kuesioner *Ways of Coping Checklist* yang dibuat oleh Lazarus dan Folkman (1984) dan telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia serta diuji reliabilitas dan validitas oleh Dahlan (2005) yang digunakan pada sampel karyawan, akan tetapi alat ukur ini dapat digunakan secara umum, tidak terbatas pada sampel karyawan saja.

Pada penelitian ini, peneliti hanya mengambil aitem-aitem yang mengelompokkan *emotion-focused coping* saja yang oleh Dahlan dipilih menjadi tiga indikator yaitu *self blame*, *avoidance*, dan *wishful thinking*.

Self-blame pada alat ukur *ways of coping checklist* diwakilkan dengan tiga pernyataan utama, yaitu menyalahkan dirinya sendiri, mengkritik atau memarahi

dirinya sendiri, dan menyadari bahwa dirinyalah yang menjadi penyebab dari masalah tersebut (dalam Primaldhi, 2006).

Avoidance pada alat ukur *Ways of Coping Checklist* diwakilkan dengan enam pernyataan utama yaitu tidur lebih banyak dari biasanya, menjadi marah pada orang-orang atau segala sesuatu yang menyebabkan masalah itu terjadi, mencoba untuk melupakan segalanya, menjauhkan diri (menghindar) dari orang lain, mencoba supaya orang lain tidak tahu tentang hal buruk yang dirinya alami, dan tidak percaya bahwa hal tersebut benar-benar telah terjadi (dalam Primaldhi, 2006).

Wishful thinking pada alat ukur *Ways of Coping Checklist* diwakilkan dengan tiga pernyataan utama, yaitu mengharapkan diri sebagai orang yang lebih kuat, lebih optimistik dan lebih tegar, mengharapkan agar dirinya dapat mengubah apa yang terjadi, dan mengharapkan agar dapat mengubah perasaan dirinya sendiri.

Awalnya Aitem pernyataan pada *Emotional focused coping* hanya terdiri dari 12 butir saja , namun disini peneliti menambahkan 16 butir lagi untuk mengantisipasi adanya keguguran aitem sehingga aitem pertanyaan menjadi 28 butir yang terdiri dari 9 pernyataan untuk aspek *self blame*, 10 untuk *avoidance* dan 9 aitem untuk aspek *wishful thinking*.

Tabel 3.4
Blueprint Strategi *Emotional Focused Coping*

Aspek	Indikator	Sebaran Aitem	Total aitem
<i>Self Blame</i>	menyalahkan diri sendiri, mengkritik atau memarahi diri sendiri	1,2,3,	9
	menyadari bahwa saya yang menjadi penyebab dari masalah tersebut	4,5,6,	
	tidur lebih banyak	7,8,9	
<i>Avoidance</i>	marah pada orang-orang atau segala sesuatu yang menyebabkan masalah itu terjadi	10,	10
	mencoba untuk melupakan segalanya,	11,	
	menjauhkan diri (menghindar) dari orang lain	12,13,	
	mencoba supaya orang lain tidak tahu tentang hal buruk yang saya alami	14,15,	
	tidak percaya bahwa hal tersebut benar-benar telah terjadi	16,17,	
	mengharapkan diri sebagai orang yang lebih kuat, lebih optimistik dan lebih tegar	18,19,	
<i>Wishful Thinking</i>	mengharapkan agar diri dapat mengubah apa yang terjadi	20,21,22	9
	mengharapkan agar dapat mengubah perasaan diri	23,24,25	
		26,27,28	
TOTAL			28

2. Skala tipe kepribadian

Skala tipe kepribadian digunakan untuk mengetahui tipe kepribadian yang dimiliki oleh sampel penelitian, skala dibentuk berdasarkan ciri-ciri yang dikemukakan oleh Eysenck. (Atkinson, 1993).

Tabel 3.5

Blue Print Tipe Kepribadian

No	Aspek	Indikator	Sebaran aitem	Jumlah aitem
1	Ekstrovert	a. Ramah b. suka bergaul c. menyukai pesta d. memiliki banyak teman e. membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara f. menyukai kerja sama g. mengambil kesempatan yang ada h. sering menonjolkan diri i. menyukai lelucon j. cepat tanggap dalam menjawab pertanyaan k. menyukai perubahan l. periang dan tidak terlalu memusingkan suatu masalah m. optimis dan ceria n. aktif o. agresif p. mudah hilang kesabaran q. tidak dapat dipercaya r. ekspresif s. bertanggung jawab	1,3 5,7 9,11 13,15 17,19 21,23 25,27 29,31 33,35 37,39 41,43 45,47 49,51 53,55 57,59 61,63 65,67 69,71 73,75 77,79	40

2	Introvert	a. orientasi perhatian tertuju kedalam dirinya sendiri	2,4	53
		b. Pikiran, perasaan dan tindakannya terutama ditentukan oleh faktor subjektif	6,8	
		c. penyendiri	10,12	
		d. sukar menyesuaikan diri atau kaku dalam pergaulan	14,16	
		e. menguasai diri	18,20	
		f. apatis	22,24	
		g. pasif	26,28	
		h. ragu	30,32	
		i. taat aturan	34,36	
		j. tertutup	38,40	
		k. susah mengungkapkan apa yang diinginkan	42,44	
		l. takut menanggung akibat atas perbuatannya	46,48	
		m. menderita rasa rendah diri	50,52	
		n. mudah melamun	54,56	
		o. keras kepala	58,60	
		p. teliti tetapi lambat	62,64	
		q. taraf aspirasi mereka tinggi tetapi ada kecenderungan untuk menaksir rendah prestasi sendiri	66,68	
		r. Pilihan mereka mengenai kesenian tertuju kepada gambar-gambar yang tenang dan model lama	70,72	
		s. suka membaca dibanding bergaul dengan orang lain	74,76	
		t. cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka	78,80	
		u. Memiliki rencana sebelum melakukan sesuatu serta tidak percaya faktor kebetulan	81,82	
		v. tidak menyukai suasana keramaian	83,84	
		w. memikirkan masalah sehari-hari secara serius	85,86	
		x. menyukai keteraturan dalam kehidupan	87,88	
		y. bisa dipercaya	89,90	
		z. pesimistis	91,92,93	

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas menurut Arikunto (2006) adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat - tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Untuk menguji validitas, digunakan teknik korelasi *product*

moment dari Pearson, yaitu dengan cara mengkorelasikan tiap butir dengan skor totalnya. Rumus yang digunakan adalah seperti dibawah ini (Winarsunu, 2002)

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[(N \cdot \sum x^2) - (\sum x)^2][N \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi *product moment*

N = Jumlah subyek

$\sum x$ = Jumlah nilai tiap item (kepribadian)

$\sum y$ = jumlah nilai tiap item (strategi *emotional focused coping*)

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (kepribadian)

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat nilai tiap item (strategi *emotional focused coping*)

$\sum xy$ = jumlah perkalian antara kedua variabel.

Pedoman untuk menentukan validitas item adalah dengan menggunakan standar 0,295, Apabila koefisien korelasi (Corrected Aitem Total Correlation) lebih dari 0,295 maka aitem tersebut dinyatakan valid dan jika koefisien korelasi (Corrected Aitem Total Correlation) kurang dari 0,295 maka aitem tersebut dinyatakan gugur atau dihapus. (Azwar, 2007)

Berdasarkan hasil uji validitas, maka aitem-aitem yang gugur dari skala tipe kepribadian berjumlah 30 butir yaitu 10 aitem dari pernyataan tipe kepribadian ekstrovert (27, 29, 35, 37, 43, 45, 63, 65, 69, 77) dan 23 aitem dari pernyataan tipe kepribadian introvert (8, 10, 18, 24, 26, 30, 38, 42, 46, 52, 56, 60,

62, 68, 72, 74, 78, 81, 82, 90). Sedangkan butir yang sah sebanyak 63 butir, dimana didalamnya mewakili semua indikator yang ada pada tipe kepribadian ekstrovert dan introvert.

Sedangkan strategi *emotional focused coping*, berdasarkan hasil uji validitas didapatkan yang gugur sebanyak 3 butir yaitu aitem nomor 4, 20, 26 yang terdiri dari 1 aitem dari indikator *self blame* dan 2 aitem dari *wishful thinking*. Sedangkan butir yang diterima sebanyak 25 butir, dimana didalamnya mewakili semua indikator yang ada pada strategi *emotional focused coping*.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Reliabilitas akan diuji dengan menggunakan analisis *Alpha* (Arikunto, 2006) dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum b^2$ = jumlah varians butir

t^2 = varians total

Untuk melaksanakan uji reliabilitas instrument dikerjakan dengan menggunakan program komputer SPSS (*Statistical Program for Social Science*) versi 16.0 *for windows*.

Tabel 3.6

Hasil Uji Reliabilitas

Strategi Emotional Focused Coping dan Skala Tipe Kepribadian

Skala	Alpha	Keterangan
EFC	0.917	Reliable
Tipe kepribadian	0.989	Reliable

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji reliabilitas skala emotional focused coping (EFC) 0.917 dan tipe kepribadian 0.989 dinyatakan reliabel karena Pada umumnya, reliabilitas telah dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai 0.900 (Azwar, 2008)

H. Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui adanya Perbedaan strategi *emotional focused coping* pada remaja panti asuhan ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert, maka digunakan metode statistik yaitu teknik *T-Test* untuk menguji secara signifikan perbedaan dua mean yang berasal dari dua distribusi (Tulus Winarsunu, 2004)

Rumus t-Test sebagai berikut :

$$t\text{-Test} = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\left(\frac{SD_1^2}{N_1-1}\right) + \left(\frac{SD_2^2}{N_2-1}\right)}}$$

Keterangan :

M_1 = Mean pada strategi *emotional focused coping* yang memiliki kepribadian ekstrovert

M_2 = Mean pada strategi *emotional focused coping* yang memiliki kepribadian introvert

SD_1^2 = Nilai varian pada distribusi sample mahasiswa yang berkepribadian ekstrovert

SD_2^2 = Nilai varian pada distribusi sample mahasiswa yang berkepribadian introvert

N_1 = Jumlah sample pada mahasiswa yang memiliki kepribadian ekstrovert

N_2 = Jumlah sample pada mahasiswa yang memiliki kepribadian introvert

Untuk mencari rumus mean adalah :

$$M = \frac{\sum x}{N}$$

Keterangan

$\sum x$ = banyaknya nomor pada variable X (Jika yang dihitung adalah variable Y maka symbol X tinggal diganti dengan Y)

N = jumlah subjek

Untuk mencari rumus standar deviasi adalah :

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N - 1}}$$

Keterangan :

SD = Standar Deviasi

N = Jumlah subjek

X = Skor X

Kemudian dilakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut (Azwar, 2008)

Tabel 3.7

Norma dan Kategorisasi

INTERVAL	KATEGORI
$M + 1. SD \geq X$	Tinggi
$M - 1. SD = X < M + 1. SD$	Sedang
$X < M - 1. SD$	Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Profil Panti Asuhan Adz-Dzikraa

Panti Asuhan Adz - Dzikraa Arjasa Situbondo berdiri pada tahun 2007, yang didirikan oleh Drs. H. Fathorrasyid, M.Pd I. Usaha tersebut mula-mula diselenggarakan dengan mendirikan pondok kecil di daerah jalan raya banyuwangi km 210 Lamongan Arjasa Situbondo, yang pada waktu itu hanya dapat menampung 10 sampai 20 orang anak. Oleh karena itu untuk sekolahpun mereka masih harus bersekolah diluar. Namun pada tahun 2008, sudah pada banyak yang memilih tempat ini, hingga diresmikanlah pondok pesantren yatama masakin Ad-Dzikraa ini dengan jumlah awal berkisar 70an anak. Dan sejak saat itu juga pembangunan ditempat tersebut mulai diadakan hingga terbentuklah, asrama, sekolah dan fasilitas lainnya. (sumber : wawancara pengasuh panti).

2. Lokasi Panti Asuhan Adz-Dzikraa

Adapun lokasi Panti Asuhan Adz - Dzikraa ini tepatnya berada di Jalan Raya Banyuwangi KM. 210 Lamongan Arjasa Situbondo 68371 Telp. 081234919293 , Email ppym_adz_dzikraa@yahoo.co.id. (sumber : wawancara pengasuh panti). (sumber : wawancara pengasuh panti).

3. Visi, Misi dan Tujuan Panti Asuhan Ad-Dzikra

a. Visi

Mengajak kepada kaum muslimin dan muslimat untuk lebih memperhatikan keadaan anak-anak yatim piatu, yatim dan piatu.

b. Misi

- 1) Membantu meringankan beban hidup anak-anak yatim piatu, yatim dan piatu.
- 2) Menjadi penghubung antara orang yang mempunyai dengan anak-anak yatim piatu, yatim dan piatu melalui pendistribusian dana infak dan sodaqoh.
- 3) Membantu mewujudkan impian anak-anak yatim piatu, yatim dan piatu dalam hal pendidikan.
- 4) Menyantuni anak Yatim Piatu
- 5) Berlatih Sabar
- 6) Berlatih Ikhlas
- 7) Berlatih Istiqomah
- 8) Mencari Ridlo Allah SWT

c. Tujuan Panti Asuhan Adz-Dzikraa

- 1) Adanya solidaritas antara masyarakat mempunyai dengan yatim piatu, yatim dan piatu melalui program sosial berkelanjutan.
- 2) Menjalin persaudaraan untuk meningkatkan ukhuwah islamiyah.
- 3) Untuk memberi santunan setiap bulan.
- 4) Upaya untuk meringankan beban anak yatim piatu.

- 5) Membimbing anak yatim piatu agar bisa menjadi kader yang beriman , bertaqwa dan berakhlakul karimah. (sumber : wawancara pengasuh panti).

4. Kegiatan Panti Asuhan Adz-Dzikraa

a. Kegiatan Rutin Harian

Kegiatan rutin harian di panti asuhan Adz – Dzikraa adalah

- 1) Sholat Jama'ah Lima Waktu
- 2) Kegiatan Belajar Mengajar Santri

b. Kegiatan Rutin Mingguan

Kegiatan rutin mingguan yang ada di panti asuhan Adz – Dzikraa adalah :

- 1) Pembacaan Shalawat Nariyah (minggu malam)
- 2) Mengaji kitab
- 3) Pembacaan Sholawat Diba'iyah
- 4) Pembacaan Sholawat Burdah

c. Kegiatan Rutin Bulanan

Kegiatan rutin bulanan yang ada di Panti Asuhan Adz – Dzikraa Biasa dilakukan tiap hari-hari besar agama Islam. Diantaranya adalah;

- 1) Peringatan 1 Muharrom
- 2) Peringatan Maulid Nabi Besar Muhammad SAW
- 3) Peringatan Isro' wal Mi'roj
- 4) Haflah Akhiris Sanah

d. Kegiatan Pengembangan Minat dan Bakat

Kegiatan pengembangan minat dan bakat yang ada di Panti Asuhan Adz – Dzikraa ini bertujuan untuk menyalurkan minat dan bakat para santri. Kegiatan ini berada dibawah pengembangan wadah yang telah disediakan oleh pengurus Panti Asuhan Adz - Dzikraa, diantaranya adalah;

- 1) Tahfidzul Qur'an
- 2) Seni Hadrah
- 3) Seni Kaligrafi
- 4) Pelatihan Komputer
- 5) Pelatihan Bahasa Inggris
- 6) Pertanian
- 7) Peternakan

(sumber : wawancara pengasuh panti)

5. Unit Usaha Panti Asuhan Adz-Dzikraa

Unit usaha Panti Asuhan Adz-Dzikraa Arjasa Situbondo ini bertujuan untuk meningkatkan ekonomi pesantren dan sebagai ajang penyaluran kreatifitas bisnis para santri adalah kopsis Adz-Dzikraa. (sumber : wawancara pengasuh panti).

6. Fasilitas Panti Asuhan Adz-Dzikraa

Fasilitas yang dimiliki panti asuhan Adz-Dzikraa adalah:

a. Musholla

Terdapat dua musholla yang digunakan untuk berbagai kegiatan pesantren. Yaitu musholla putra dan musholla putrid.

b. Asrama Putra / Putri

Santri yang tinggal di Panti Asuhan Adz-Dzikraa bertempat di asrama yang antara putra dan santri putri terpisah dalam asrama masing-masing.

c. Asrama Tahfidzul Qur'an

Sementara khusus bagi santri yang menghafalkan Al-qur'an dipisahkan dalam asrama tersendiri dengan maksud untuk memaksimalkan konsentrasi belajar dan hafalannya.

d. Sekolah Binaan

Saat ini Panti Asuhan Adz - Dzikraa membawahi beberapa Sekolah binaan, sebagai bentuk perwujudan peran serta Pondok Pesantren Yatama Masakin Adz - Dzikraa dalam masyarakat sekitar, selain itu juga sebagai wadah praktek para santri dalam mengamalkan dan menyebarkan ilmu yang telah diperoleh. Beberapa sekolah binaan tersebut antara lain sebagai berikut:

- 1) PAUD Farida Adz-Dzikraa
- 2) TK ISLAM Farida Adz-Dzikraa
- 3) SMP Farida Adz-Dzikraa
- 4) SMK Farida Adz-Dzikraa
- 5) Madrasah Diniyah Adz Dzikraa

e. Lahan Praktek

Pertanian dan peternakan untuk mengasah skill para santri yang tinggal di panti asuhan Adz-Dzikraa dan berminat menekuni kedua bidang tersebut. (sumber : wawancara pengasuh panti).

B. Deskriptif Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Deskripsi data pokok yang disajikan adalah perbandingan rerata empiris dan rerata hipotesis penelitian dan distribusi skor perolehan berdasarkan kategori tertentu. Mean (rata-rata) empiris adalah mean yang diperoleh dari mean yang kemungkinan diperoleh subyek atas jawaban skala yang diberikan. Langkah selanjutnya yang harus ditempuh adalah membagi skor maksimum hipotetik menjadi tiga. Dengan rumus sebagai berikut:

Tabel 4.1

Norma dan Kategorisasi

INTERVAL	KATEGORI
$M + 1. SD \geq X$	Tinggi
$M - 1. SD = X < M + 1. SD$	Sedang
$X < M - 1. SD$	Rendah

1) Presentase *emotional focused coping*

Untuk mengetahui deskripsi masing-masing aspek, maka perhitungan didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh dari mean dan standart deviasi,

dari hasil ini kemudian dilakukan pengelompokkan menjadi 3 kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Berdasarkan nilai *mean* pada *emotional focused coping* (M) = 56.16 dan *standar deviasi* (s) = 23.05 Berdasarkan skor standar diatas dapat diperoleh 24 orang berada dalam kategori tinggi, 11 orang berada dalam kategori sedang dan 27 orang berada dalam kategori rendah.

Tabel 4.2
Hasil Deskripsi Tingkat *emotional focused coping*

Variable	Kategori	skor	Jumlah	%
<i>emotional focused coping</i>	Tinggi	≥ 63	24	38,7 %
	Sedang	38– 62	11	17,7 %
	Rendah	< 37	27	43,6 %
Total			62	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa deskripsi dari tingkat *Emotional focused coping* remaja panti asuhan yang dikaji dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori rendah.

2) Presentase tipe kepribadian

Berdasarkan nilai *mean* pada tipe kepribadian (M) = 131.55 dan *standar deviasi* (s) = 41.62. Berdasarkan skor standar diatas dapat diperoleh 32 orang berada dalam kategori tinggi dan 30 orang berada dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa remaja panti asuhan yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert sebanyak 32 siswa dan yang memiliki tipe kepribadian introvert sebanyak 30.

Tabel 4.3

Hasil Deskripsi Tingkat Tipe Kepribadian

Variable	Kategori	skor	Jumlah	%
Tipe kepribadian	Ekstrovert	≥ 158	32	51,6 %
	Introvert	< 94	30	48,4%
Total			62	100 %

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa deskripsi dari tipe kepribadian remaja panti asuhan yang dikaji dalam penelitian ini mayoritas memiliki tipe kepribadian tinggi atau berkepribadian ekstrovert.

C. Hasil uji hipotesis

Teknik pengujian hipotesis yang digunakan adalah analisis uji-t. Analisis uji-t digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan Strategi Emotional Focused Coping Remaja Panti pada Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini adalah ada perbedaan Strategi Emotional Focused Coping Remaja Panti Asuhan pada Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. Sedangkan Hipotesis Nihilnya (H_o) adalah tidak ada perbedaan Strategi Emotional Focused Coping Remaja Panti Asuhan pada Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert.

Tabel 4.4
Group Statistics

Kepribadian		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Efc	Ekstrovert	32	67.6875	22.98027	4.06238
	Introvert	30	43.8667	15.80863	2.88625

Tabel 4.5
Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Efc	Equal variances assumed	9.301	.003	4.724	60	.000	23.82083	5.04208	13.73518	33.90649
	Equal variances not assumed			4.780	55.169	.000	23.82083	4.98330	13.83476	33.80691

Berdasarkan tabel diatas diketahui Mean dari jawaban responden yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert sebesar 67.6875. Sedangkan Mean untuk remaja yang memiliki kepribadian introvert sebesar 43.8667. Hasil analisis tersebut menyimpulkan bahwa *emotional focused coping* pada remaja panti yang memiliki tipe ekstrovert cenderung lebih tinggi dibanding remaja panti yang berkepribadian introvert. Dalam kaidah pengambilan keputusan dinyatakan jika probabilitasnya lebih besar dari alpha 0,05 maka hipotesis nihilnya (H_0) diterima, dan jika probabilitasnya lebih kecil dari alpha 0,05 maka hipotesis nihilnya ditolak. Berdasarkan kaidah tersebut dan dari hasil analisis diperoleh perhitungan uji t variabel tipe kepribadian dengan menggunakan program SPSS versi 16,00 diperoleh koefisien t-hitung (t-value) yaitu sebesar 4.780 dengan koefisien probabilitasnya 0,000. Hal ini berarti bahwa *probability error* = (peluang meleset) sama dengan 0,000, sedangkan untuk melihat angka probabilitasnya berdasarkan ketentuan yaitu jika nilai probabilitasnya lebih besar sama dengan 0,05 maka H_0 diterima dan jika nilai probabilitasnya lebih kecil atau 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Melihat hasil analisis diatas nilai probabilitasnya adalah 0,000 lebih kecil dari 0,05 artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan Strategi Emotional Focused Coping Remaja Panti Asuhan pada Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan Strategi Emotional Focused Coping Remaja Panti Asuhan pada Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert, dapat diterima

dalam artian semua remaja dengan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert punya perbedaan dalam strategi *emotional focused coping* yang dilakukannya.

D. Pembahasan

1. Tingkat *Emotional Focused Coping* Remaja Panti Asuhan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap *emotional focused coping* pada 62 remaja panti asuhan, sebagian besar remaja yaitu sebanyak 27 orang (43, 6 %) memiliki *emotional focused coping* tergolong rendah, 24 orang (38, 7%) tergolong tinggi dan 11 orang (17, 7%) tergolong sedang.

Hal ini dikarenakan para remaja panti asuhan ketika menghadapi tekanan permasalahan, mereka cenderung kurang berfokus pada emosi yang mereka rasakan. Artinya mereka lebih cenderung mendekati *problem focused coping*, dalam hal ini misalnya mereka tidak menyalahkan diri sendiri atas permasalahan yang terjadi atau dengan tidak mengalihkan perhatian pada hal lain diluar permasalahan tersebut agar dirinya merasa terhibur dan mendapatkan perasaan yang lebih baik.

Seperti yang telah diketahui sebelumnya bahwa *Coping* dapat dikatakan sebagai cara individu untuk mengatasi tekanan masalah. Kecenderungan individu dalam perilaku *coping*nya berbeda-beda, sebagian cenderung *problem-focused coping* (berfokus pada masalah) dan sebagian yang lain memilih *emotional focused coping* (berfokus pada emosi).

Vitaliano, Russo, Carr, Maiuro, dan Becker (1985, dalam Primaldhi, 2006) dalam alat ukurnya yang merevisi alat ukur *Ways of Coping* dari Lazarus & Folkman (1984), membagi *emotion-focused coping* ke dalam tiga dimensi yaitu

1. *Self blame* merupakan cara seseorang mengatasi masalah dengan mengakui bahwa masalah yang ada merupakan akibat dari dirinya sendiri,
2. *Avoidance* merupakan cara seseorang mengatasi masalah dengan menghindar atau melarikan diri dari masalahnya, dan
3. *Wishful thinking* merupakan cara seseorang meredam masalahnya dengan membayangkan bahwa masalahnya tidak ada atau sudah selesai.

Ayat-ayat al-qur'an dan haditspun menerangkan bahwa cara-cara mengatasi kesulitan yang efektif adalah cara yang dibenarkan oleh Allah dan diajarkan oleh Rosulullah kepada manusia. Sebagaimana dalam surat Al-Baqarah ayat 45



yang artinya “Mintalah bantuan (kepada Allah) melalui ketabahan dan doa...” (Depag RI, 2005)

Dalam hadits juga disebutkan, yang diriwayatkan oleh Abu Said yaitu Sa’ad bin Malik bin Sinan al Khudri Radhiallahu ‘Anhuma bahwasanya ada beberapa orang dari kaum anshar meminta – sedekah – kepada Rasulullah SAW, lalu beliau memberikan sesuatu pada mereka itu, kemudian mereka meminta lagi dan beliaupun memberinya pula sehingga habislah harta yang ada disisinya, kemudian setelah habis membelanjakan segala sesuatu dengan tangannya itu beliau bersabda:

“Apa saja kebaikan – yakni harta – yang ada disisiku, maka tidak sekali-kali akan kusimpan sehingga tidak kuberikan padamu semua, tetapi oleh sebab sudah habis, maka tidak ada yang dapat diberikan. Barang siapa yang menjaga diri - dari meminta-minta pada orang lain, maka akan diberi rizki kepuasan oleh Allah dan

barang siapa yang merasa dirinya cukup maka akan diberi kekayaan oleh Allah – kaya hati an jiwa – dan barang siapa yang berlaku sabar maka akan dikaruniai kesabaran oleh Allah. Tiada seorangpun yang dikaruniai suatu pemberian yang lebih baik serta lebih luas – kegunaannya- daripada karunia kesabaran itu.” (Muttafaq ‘Alaih)

2. Tingkat Tipe Kepribadian Remaja Pantu Asuhan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh 32 orang berada dalam kategori tinggi dan 30 orang berada dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa remaja pantu asuhan yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert sebanyak 32 (51, 6%) orang dan yang memiliki tipe kepribadian introvert sebanyak 30 (48, 4%) orang.

Mayoritas remaja pantu cenderung bertipe kepribadian ekstrovert sebagaimana yang diungkapkan Eysenck (Atkinson,1993) bahwa seseorang yang memiliki tipe kecenderungan ekstrovert akan memiliki karakteristik seperti, mereka tergolong orang yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara, dan menyukai segala bentuk kerja sama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak. Individu ekstrovert menyukai lelucon, mereka cepat tanggap dalam menjawab pertanyaan yang ditujukan padanya serta menyukai perubahan. Mereka individu yang periang dan tidak terlalu memusingkan suatu masalah, optimis dan ceria. Mereka lebih suka melakukan kegiatan dari pada berdiam diri, cenderung agresif, mudah hilang kesabaran, kadang-kadang kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik, kadang-kadang mereka juga tidak dapat

dipercaya. Eysenk juga menegaskan bahwa individu dengan kepribadian *ekstrovert* cenderung mampu mengekspresikan perasaannya dengan lebih bebas, tidak perlu merasa takut terhadap akibatnya, dan berani bertanggungjawab atas apa yang dilakukannya. (Atkinson,1993).

Selain itu menurut Eysenck, orang-orang yang introversi memperlihatkan kecenderungan untuk mengembangkan gejala-gejala ketakutan dan depresi, ditandai oleh kecenderungan obsesi mudah tersinggung, apatis, syaraf otonom mereka labil. Tipe kepribadian introvert adalah kebalikan dari trait ekstrovert, yakni sulit bergaul, statis, pasif, ragu, taat aturan, sedih, minus, lemah, dan penakut. Individu dengan tipe kepribadian ini cenderung tertutup, susah mengungkapkan apa yang diinginkannya, dan takut menanggung akibat atas perbuatannya. (Atkinson,1993).

3. Perbedaan *Emotional Focused Coping* Remaja Panti Asuhan Ditinjau dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Sebagaimana hasil penelitian di atas, menunjukkan bahwa ada perbedaan strategi *emotional focused coping* pada remaja panti asuhan ditinjau dari tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. Hal tersebut sesuai dengan hipotesa yang diajukan dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data bahwa *emotional focused coping* pada remaja panti asuhan yang berkepribadian ekstrovert cenderung lebih tinggi dengan prosentase 19 orang (59, 4%), 7 orang (21, 9%) memiliki *emotional focused coping* yang rendah dan 6 orang (18, 7%) berada ditingkatan yang sedang.

Sedangkan remaja panti yang memiliki tipe kepribadian introvert sebanyak 30 orang yang masuk kategori rendah sebanyak 20 orang (66, 6%), 5 orang (16, 7%) berada pada tingkatan tinggi dan 5 orang (16, 7%) memiliki *emotional focused coping* yang sedang.

Skor tersebut menunjukkan bahwa remaja yang cenderung memiliki tipe kepribadian ekstrovert memiliki *emotional focused coping* yang tinggi, sedangkan remaja panti yang cenderung pada tipe kepribadian introvert memiliki *emotional focused coping* yang rendah. Sehingga tampak perbedaan diantara dua variabel tersebut.

Dari hasil analisa yang dilakukan, ditemukan bahwa perbedaan tingkat *emotional focused coping* remaja panti asuhan yang berkepribadian ekstrovert dengan Mean = 67.6875 sedangkan *emotional focused coping* remaja panti yang berkepribadian introvert Mean = 43.8667. setelah di uji dengan T-test maka ditemukan nilai "t" = 4.724 (P=0.000 P<0.01 = sangat signifikan) maka diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *emotional focused coping* remaja panti yang ekstrovert dan introvert. Dengan demikian hasil hipotesis yang diajukan peneliti diterima.

Dari penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa dalam kehidupan remaja panti yang diteliti, strategi *emotional focused coping* pada remaja yang berkepribadian ekstrovert cenderung lebih tinggi dibanding dengan remaja dengan tipe kepribadian introvert.

Perbedaan strategi *emotional focused coping* pada kedua kepribadian tersebut disebabkan oleh karakteristik pada ekstrovert lebih berorientasi pada

strategi *emotional focused coping*. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Carver, dkk (1989) bahwasanya Tipe kepribadian dengan ciri-ciri ambisius, kritis terhadap diri sendiri, tidak sabaran, melakukan pekerjaan yang berbeda dalam waktu yang sama, mudah marah dan agresif, akan cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi emosi (*emotional focused coping*). Sebaliknya seseorang dalam tipe kepribadian dengan ciri-ciri suka rileks, tidak terburu-buru, tidak mudah terpancing untuk marah, berbicara dan bersikap dengan tenang, serta lebih suka untuk memperluas pengalaman hidup, cenderung menggunakan strategi *coping* yang berorientasi pada masalah (*problem focused coping*). Karakteristik dari tipe kepribadian yang pertama sangat mendekati ciri-ciri kepribadian ekstrovert sedangkan kepribadian yang kedua lebih cenderung pada ciri-ciri kepribadian introvert.

Individu yang berkepribadian ekstrovert juga memiliki sikap tanggung jawab yang tinggi atas masalah yang menimpa dirinya dan dalam *emotional focused coping* sikap seperti itu termasuk kedalam aspek *accepting responsibility* dimana individu berusaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya lebih baik (Smet, 1994).

Selain itu pada kepribadian ekstrovert, mempunyai sikap butuh pada orang lain untuk diajak bicara satu contoh ketika mempunyai masalah, dia menceritakan kepada teman dekatnya akan masalah tersebut sehingga beban berkurang meski hanya bersifat sementara, karena masalah yang sebenarnya masih belum terselesaikan atau dilupakan untuk sementara waktu saja. berkaitan dengan hal ini

Folkman dan Lazarus (1985) mengatakan bahwa *emotional focused coping* memungkinkan individu melihat sisi kebaikan dari suatu kejadian, mengharap simpati dan pengertian orang lain atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya, namun hanya bersifat sementara. artinya individu belajar mencoba dan mengambil hikmah atau nilai dari segala usaha yang telah dilakukan sebelumnya dan dijadikan latihan pertimbangan untuk menyelesaikan masalah berikutnya. Oleh karena itu hal diatas juga merupakan bentuk perilaku dari *Emotional Focused coping*.

Sehingga dari semua hal diataslah yang memperkuat hasil penelitian tentang perbedaan Strategi *Emotional focused coping* pada remaja panti asuhan Adz-Dzikraa arjasa situbondo ini, bahwa kepribadian remaja panti yang cenderung ekstrovert ternyata lebih menggunakan strategi *emotional focused coping*, dibanding remaja yang berkepribadian introvert.

Kepribadian merupakan salah faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi coping. Faktor yang mempengaruhi coping sebagai upaya untuk mengatasi stress adalah dukungan sosial dan kepribadian (Asiyah, 2012). Syamsu Yusuf (2004) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi coping sebagai upaya mereduksi atau mengatasi stress adalah dukungan sosial (social support) dan kepribadian.

Setiap kepribadian akan menunjukkan bagaimana seseorang itu akan bersikap terhadap semua stressor yang diterima karena kepribadian adalah salah satu sistem terorganisasi yang terdiri dari sikap, motif, nilai emosi, serta respon-respon lain yang saling tergantung satu sama lain. Hal ini yang akan mentukan

keunikan-keunikan pada masing-masing individu dalam berperilaku, berfikir, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, bagaimana kepribadian itu akan terbentuk tergantung dari pengamatan dan pengalaman yang masing-masing individu lakukan. Hal ini didukung oleh pendapat Atkinson (1996) yang menjelaskan bahwa kepribadian merupakan suatu yang membentuk tingkah laku seseorang, cenderung menetap dan berulang. Tingkah laku terbentuk dari unsur-unsur pada diri seseorang dan lingkungan untuk bereaksi terhadap lingkungan. Bisa juga dikatakan perilaku itu merupakan hasil interaksi antara karakteristik kepribadian dan kondisi sosial serta kondisi fisik lingkungan yang mana semua itu diperoleh melalui pengamatan, pengalaman langsung dengan reinforsemen positif dan negatif, latihan atau perintah, dan keyakinan yang ganjil. (Bandura dalam Alwisol, 2004) dari pembentukan suatu kepribadian pada individu akan menghasilkan sikap atau perilaku yang telah diperoleh dari hasil pengamatan dan pengalaman. Bentuk perilaku coping adalah salah satu dari sekian banyak perilaku yang dihasilkan dari pembentukan kepribadian. dimana coping adalah perilaku seseorang dalam mengatasi tuntutan yang menekan. (Lazarus, 1976).

Ada dua tipe kepribadian yang bisa dilihat pada remaja, yang pertama adalah tipe kepribadian ekstrovert, dimana individu dengan tipe kepribadian ekstrovert memiliki karakteristik yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, dan selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara. Mereka juga tidak menyukai hal atau pekerjaan yang dilakukan sendiri-sendiri, karena mereka menyukai bentuk kerja sama. Selain itu mereka juga menyukai keramaian dan secara umum mereka adalah individu yang meledak-

ledak, suka mengambil kesempatan yang datang padanya, dan suka menonjolkan diri dan terkadang tidak dapat dipercaya. Sebaliknya, individu dengan tipe kepribadian introvert memiliki karakteristik tidak banyak bicara, malu-malu, mawas diri, suka membaca dibanding bergaul dengan orang lain. Mereka juga selalu memiliki rencana sebelum melakukan sesuatu dan tidak percaya faktor kebetulan, mereka juga tidak menyukai suasana yang ramai, selalu memikirkan masalah dengan serius dan merupakan individu yang pesimis.

Menurut islam, kepribadian yang baik adalah kepribadian yang dapat menyeimbangkan kebutuhan tubuh dan ruhnya atau kebutuhan fisik dan spritualnya. Sedangkan kepribadian yang buruk adalah manusia yang berlingung dibawah kendali syahwat an hawa nafsunya ataupun sebaliknya yakni orang yang mengekang faktor biologisnya dan memaksa tubuhnya untuk selalu beribadah sehingga melemahkan tubuhnya sendiri.(Zuhdi,1993).

Sebagaimana dalam hadits disebutkan, bahwa Rasulullah bersabda “Bukanlah termasuk orang yang baik apabila ia mau bekerja untuk dunianya dan mengabaikan akhiratnya, ataupun yang bekerja untuk akhiratnya dan meninggalkan dunianya, sesungguhnya sebaik-baiknya orang diantara kamu adalah yang bekerja untuk ini dan ini (Dunia dan akhiratnya)”. (Falsafatul Akhlak Fil Islam, Muhammad Mugniyah dalam Zuhdi,1993). Selain itu juga Tentang hukuman bagi orang yang mencuri: “Dari Abu Hurairah ra., dari Nabi saw. Beliau bersabda: “Allah telah melaknat pencuri yang mencuri sebutir telur hingga di potong tangannya, dan mencuri seutas tali hingga di potong tangannya” . (H.R Bukhari).

Islam menemukan teori kepribadian, jauh sebelum para penemu teori psikologi kontemporer menemukan teori-teorinya tentang struktur kepribadian manusia. Dalam al-qur'an sebenarnya sudah menyinggung tentang hal itu dan pada perinciannya dijelaskan pada hadits-hadits Rosulullah SAW. Baik itu struktur

kepribadian, tipe kepribadian dan sampai faktor-faktor yang mempe
kepribadian manusia. (Ridho, 2009)

BAB V

PENUTUP

A.Kesimpulan

1. Dari hasil penelitian terhadap 62 remaja panti asuhan di arjasa situbondo berdasarkan *emotional focused coping*, sebagian besar remaja yaitu sebanyak 27 orang (43, 6%) memiliki *emotional focused coping* tergolong rendah, 24 orang (38, 7%) tergolong tinggi dan 11 orang (17, 7%) tergolong sedang
2. Didapatkan bentuk tipe kepribadian sebagai berikut bahwa dari 32 orang remaja panti cenderung memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan mempunyai strategi *emotional focused coping* yang tinggi sebanyak 19 orang (59, 4%), 7 orang (21, 9%) memiliki *emotional focused coping* yang rendah dan 6 orang (18, 7%) berada ditingkatan yang sedang. Sedangkan remaja panti yang memiliki tipe kepribadian introvert sebanyak 30 orang yang tingkat *emotional focused coping*nya rendah sebanyak 20 orang (66, 6%), 5 orang (16, 7%) berada pada tingkatan tinggi dan 5 orang (16, 7%) memiliki *emotional focused coping* yang sedang.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan *emotional focused coping* pada kepribadian ekstrovert dan *emotional focused coping* pada kepribadian introvert, dengan hasil uji t independent untuk total skor *emotional focused coping* pada kepribadian ekstrovert menunjukkan nilai t hitung sebesar

4.724 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini ditunjukkan dimana total emotional focused coping pada kepribadian ekstrovert rata-rata sebesar 67.6875 cenderung lebih tinggi daripada total skor emotional focused coping pada kepribadian introvert dengan rata-rata 43.8667

B. Saran

1. Bagi lembaga

Hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan pertimbangan bagi lembaga. Dalam hal ini pihak panti asuhan ataupun para pengajar agar hendaknya untuk lebih memperhatikan remaja panti sekaligus siswa siswinya, tidak hanya sebatas memperhatikan kemampuan akademisnya saja tetapi lebih pada sikap siswa dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi

2. Bagi remaja panti

Para remaja hendaknya memilih strategi coping yang lebih tepat sehingga dapat mengatasi stress yang dialaminya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, terutama yang tertarik dengan permasalahan yang sama, diharapkan untuk mengkaji masalah ini dengan jangkauan yang lebih luas dengan menambah atau mengembangkan variabel yang belum terungkap dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, N. A. 2004. *Coping Behavior Al-Ghazali pada Mahasiswa Psikologi Semester VII UIN Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.
- Aldwin, C.M. & Revenson, T.A. 1987. *Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 53, No. 2, 337-348.
- Alwisol, (2004). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asiyah, Siti Nur . 2012. *Unas Ukses tanpa Stres*. www.sunan-ampel.ac.id Akses 2 juli 2012.
- Azwar, Saifuddin. 1998. *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Cet.VII. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Carlson R, Neil 2007. *et al. Psychology, the Science of Behavior, 6th ed*. United States of America : Pearson Education Inc.
- Carver, C.S., Scheier, M. F., & weitraub, J.K. 1989. *Assessing Coping Strategies : A theoretically based approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 56, No. 2, 267-283.
- Dahlan, W. (2005). *Model proses stres dengan tiga strategi coping*. Disertasi Doktoral yang tidak dipublikasikan. Depok: Fakultas Psikologi di Universitas Indonesia.
- Davison, Gerald C.; Neale, John M. and Kring, Ann M. 2006. *Psikologi Abnormal*

- (Edisi ke-9). Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Effendi dan Tjahjono. 1999. *Hubungan Antara Perilaku Coping dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Ibu Hamil Anak Pertama*. *Anima*. Volume 14. Nomor 54. Halaman 214-227
- Fordham Frieda. 1988. *Pengantar Psikologi C. G. Jung (teori-teori dan teknik psikologi kedokteran)*. Jakarta: Bharata Karya Aksara.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. 1985. *If it Changes it Must be a Process: A Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination*. *Journal of Personality and Social Psychology*. No. 48, 150-170.
- Furnamawati . 2007. *Kecenderungan Depresi Pada Anak Panti Asuhan*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hasan, M. Iqbal. 2002. *Pokok – Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Hurlock, E. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Erlangga Press
- Hudayana, Ridho. 2007. *Kepribadian dalam hadits nabi*. Ridhopsi blogspot.com. Akses 1 juni 2012
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. 1984. *Stres, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P., Haditono, S.R. 2002. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Mujib, 2006. *Kepribadian dalam psikologi islam*. Jakarta : PT Grafindo Persada

- Mu'tadin, Zainal. 2002. *Strategi Coping*. www.e-psikologi.com Akses 1 Juni 2012.
- Nawawi, Hadari. 1983. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., Greene, B. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta : Erlangga.
- Nuqul, Fathul Lubabin. 2004. *Hubungan antara Tipe kepribadian dengan Sikap Percaya terhadap Paranormal*, Laporan Penelitian Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (tidak dipublikasikan) Malang
- _____. 2006. *Perbedaan Intensitas Kepatuhan Terhadap Aturan Ditinjau dari Tipe kepribadian Introvert-Ekstrovert, Jenis Kelamin, dan Tahun angkatan*. UIN Malang: Tidak Diterbitkan.
- Papalia, Diane E & Olds Sally Wendkos (1998) *human developments* (7th edition) usaa: mc-graw hill.
- Pramadi, A. & Lasmono, H. K. 2003. *Koping Stres Pada Etnis Bali, Jawa, dan Sunda*. Indonesian Psychological Journal. Anima. Vol. 18, No. 4, 326-340.
- Prasetyo, Bambang dan Lina, M. J. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Primaldhi, A. (2006). *Hubungan Antara Trait Kepribadian Neuroticism, Strategi Coping, dan Stres Kerja*. journal.ui.ac.id. Dibuka pada 19 Januari 2011
- Purwanto. 2004. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

- Prayitno, Elida . 2006. *Psikologi Perkembangan remaja*. Padang : Angkasa Raya
- Santrock john w, 1998. *adolescence* (7nd ed) washington dc:mc-graw hill
- Seger Handoyo. 1999. *Karakteristik kepribadian dan kecelakaan*. diakses 2 juni 2012 .
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo
- Sobur, Alex .2003 *Psikologi Umum*.Bandung: CV Pustaka Setia
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Suryabrata, Sumadi. 1966. *Psikologi Kepribadian*, Jakarta :PT Raja Grafindo Persada
- _____. (1995). *Psikologi kepribadian*. Jakarta: Rajawali press.
- _____. 2003. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: CV Rajawali.
- Taylor, S. E. 1995. *Health Psychology Third Edition*. New York: Mc graw Hill Inc
- Winarsunu, Tulus. 2002. *Statistika dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. UMM Press: Malang.
- Walker, J. 2002. *Teens in Distress Series Adolescent Stress and Depression*. [http://www.Extension.Umn.Education / distribution / youthdevelopment/DA3083.html](http://www.Extension.Umn.Education/distribution/youthdevelopment/DA3083.html) [on-line]
- Yusuf dan Nurihsan. 2004. *Mental Hygiene, Perkembangan Kesehatan Mental dalam Kajian Psikologi dan Agama*. Bandung : Pustaka Bani Quraisy.
- _____.2006. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.

_____. 2007, *Teori Kepribadian*. Bandung : PT. Remaja
Rosdakarya.

Zuhdi, Masfuk. 1993. *Pengantar ilmu hadits*. PT Bina Ilmu: Surabaya



Petunjuk :

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti. Pilihlah satu dari lima jawaban yang tersedia

Keterangan:

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju

Lingkarilah tanggapan yang paling sesuai dengan diri anda:

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

SKALA STRATEGI EMOTIONAL FOCUSE COPING

NO	PERTANYAAN	TANGGAPAN			
		SS	S	TS	STS
1	Ketika masalah muncul, Saya menyalahkan diri saya sendiri	SS	S	TS	STS
2	Saya mengkritik atau memarahi diri saya sendiri ketika dihadapkan dengan masalah	SS	S	TS	STS
3	Saya menyadari bahwa saya yang menjadi penyebab dari masalah yang saya alami	SS	S	TS	STS
4	Masalah yang terjadi merupakan kesalahan saya	SS	S	TS	STS
5	Terkadang saya merasa menjadi penyebab sebuah masalah	SS	S	TS	STS
6	Saya sedih ketika mengetahui penyebab suatu kesalahan adalah saya	SS	S	TS	STS
7	Ketika penyebab sebuah masalah adalah saya, maka saya akan memperbaikinya	SS	S	TS	STS
8	Saya menyesal telah menimbulkan masalah yang pada akhirnya merugikan diri sendiri	SS	S	TS	STS
9	Saya bersalah atas masalah saya, hingga menimbulkan tekanan bagi diri sendiri	SS	S	TS	STS
10	Saya mengharapkan agar saya dapat mengubah apa yang terjadi	SS	S	TS	STS
11	Ketika dalam masalah, saya mengharapkan agar dapat mengubah perasaan saya	SS	S	TS	STS
12	Saya mengharapkan diri saya sebagai orang yang lebih kuat, lebih optimis dan lebih tegar dalam menghadapi masalah	SS	S	TS	STS
13	Saya membayangkan sedang berada ditempat yang bebas dari masalah, ketika dalam masalah	SS	S	TS	STS
14	Ketika dalam masalah, Saya bersikap seolah-olah tidak terjadi masalah	SS	S	TS	STS

15	Saya mencoba berpikir positif ketika sedang menghadapi masalah	SS	S	TS	STS
16	Masalah yang datang membuat saya tidak nyaman, sehingga saya membayangkan seandainya saja saya tidak mengalami masalah	SS	S	TS	STS
17	Saya menghibur diri dengan berpura-pura bahwa masalah yang saya hadapi tidak menimbulkan tekanan	SS	S	TS	STS
18	Saya membayangkan seandainya saya tidak pernah dihadapkan pada masalah	SS	S	TS	STS
19	Saya berangan-angan masalah yang saya hadapi akan selesai dengan sendirinya	SS	S	TS	STS
20	Ketika saya mempunyai masalah, saya lebih banyak tidur	SS	S	TS	STS
21	Saya menjadi marah pada orang atau segala sesuatu yang menyebabkan masalah itu terjadi	SS	S	TS	STS
22	Saya mencoba untuk melupakan segala masalah yang saya hadapi	SS	S	TS	STS
23	Saya menjauhkan diri (menghindar) dari orang lain, ketika dalam masalah	SS	S	TS	STS
24	Saya mencoba supaya orang lain tidak tahu tentang masalah yang saya alami	SS	S	TS	STS
25	Ketika ada masalah, Saya mencari kesibukan lain	SS	S	TS	STS
26	Ketika punya masalah, saya tidak ingin berjumpa dengan teman-teman	SS	S	TS	STS
27	Saya cenderung menyendiri ketika ada masalah	SS	S	TS	STS
28	Saya menghindari keramaian ketika ada masalah	SS	S	TS	STS

SKALA TIPE KEPERIBADIAN

No	PERNYATAAN	TANGGAPAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan teman	SS	S	TS	STS
2.	saya biasa berbicara pada diri saya sendiri ketika bercermin	SS	S	TS	STS
3.	Saya memberi senyum terlebih dahulu jika bertemu teman	SS	S	TS	STS
4.	Pada saat saat tertentu, saya biasa berbicara pada diri saya sendiri	SS	S	TS	STS
5.	saya tidak malu berkenalan dengan murid baru di kelas saya	SS	S	TS	STS

6.	sebelum tidur, saya melakukan introspeksi diri	SS	S	TS	STS
7.	Ketika didalam bus, saya suka berkenalan dengan teman duduk di sebelah	SS	S	TS	STS
8.	Saya tidak terlalu peduli pada pendapat orang tentang diri saya	SS	S	TS	STS
9.	saya suka menghadiri undangan ulang tahun teman	SS	S	TS	STS
10.	Ketika saya melakukan sesuatu,saya tidak peduli teman saya berkomentar apa	SS	S	TS	STS
11.	saya suka menonton konser musik	SS	S	TS	STS
12.	pada saat liburan, saya lebih suka berdiam di rumah dari pada bermain ke rumah teman	SS	S	TS	STS
13.	pada jam istirahat sekolah, saya banyak menghabiskan waktu bersama teman2	SS	S	TS	STS
14.	ketika liburan saya lebih senang menonton tv dirumah daripada diajak jalan-jalan	SS	S	TS	STS
15.	saya senang berkenalan dengan teman baru	SS	S	TS	STS
16.	saya memiliki sedikit teman	SS	S	TS	STS
17.	saya menceritakan masalah yang sedang saya alami kepada teman akrab	SS	S	TS	STS
18.	saya merasa dijauhi teman-teman	SS	S	TS	STS
19.	saya merasa nyaman ketika menceritakan masalah saya pada teman-teman	SS	S	TS	STS
20.	saya tidak langsung marah ketika dihina teman	SS	S	TS	STS
21.	saya senang mengerjakan PR secara berkelompok	SS	S	TS	STS
22.	saya mampu menahan diri ketika ada teman yang berbuat salah kepada saya	SS	S	TS	STS
23.	dengan bekerjasama, persoalan yang ada terasa lebih ringan	SS	S	TS	STS
24.	saya malas menjenguk teman yang sedang sakit	SS	S	TS	STS
25.	saya tidak menolak jika diperintah guru untuk menjadi pemimpin upacara bendera	SS	S	TS	STS
26.	ketika melihat teman jatuh, saya tidak berupaya menolongnya	SS	S	TS	STS
27.	ketika guru bertanya, saya sering mengacungkan tangan terlebih dahulu di dalam kelas	SS	S	TS	STS
28.	di dalam kelas, saya sering tertidur	SS	S	TS	STS
29.	saya menawarkan diri pada guru untuk menjadi ketua kelas	SS	S	TS	STS
30.	saya malas bertanya pada waktu pelajaran	SS	S	TS	STS
31.	saya menawarkan diri untuk memegang suatu jabatan	SS	S	TS	STS
32.	saya sulit menentukan baju mana yang akan saya beli	SS	S	TS	STS
33.	saya mengidolakan Sule karena sangat lucu	SS	S	TS	STS
34.	saya sulit mengambil keputusan	SS	S	TS	STS
35.	saya sering menghibur teman-teman dengan lelucon	SS	S	TS	STS

36.	dalam satu bulan, saya melanggar aturan panti asuhan tidak lebih dari 2 kali	SS	S	TS	STS
37.	di kelas, saya yang pertama mengacungkan tangan ketika guru memberi pertanyaan	SS	S	TS	STS
38.	saya tidak masuk sekolah hanya dua kali dalam 1 semester	SS	S	TS	STS
39.	saya dapat mengerjakan soal ujian dengan cepat dan tepat	SS	S	TS	STS
40.	masalah yang saya alami, biar saya sendiri saja yang tahu	SS	S	TS	STS
41.	saya merasa bosan dengan rutinitas yang saya jalani	SS	S	TS	STS
42.	saya tidak senang jika ada teman yang mengetahui masalah saya	SS	S	TS	STS
43.	saya tidak senang mengikuti kegiatan rutin di asrama	SS	S	TS	STS
44.	saya berani mengungkapkan apa yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
45.	jika ada masalah, saya menghibur diri dengan bernyanyi bersama teman	SS	S	TS	STS
46.	Saya tidak berani melaporkan tentang teman-teman yang melanggar aturan	SS	S	TS	STS
47.	saya memilih bercanda dengan teman-teman ketika ada masalah	SS	S	TS	STS
48.	Saya tidak berani melanggar aturan karena takut mendapat hukuman	SS	S	TS	STS
49.	suatu saat nanti, saya akan menjadi orang terkenal	SS	S	TS	STS
50.	bagi saya, lebih baik diam daripada bertindak kemudian salah	SS	S	TS	STS
51.	saya yakin, suatu saat saya kan menjadi orang sukses	SS	S	TS	STS
52.	saya merasa teman-teman sekelas lebih pintar daripada saya	SS	S	TS	STS
53.	pada hari Minggu saya memilih bermain daripada berdiam diri di kamar	SS	S	TS	STS
54.	saya tidak mau menjadi ketua acara karena tidak percaya diri	SS	S	TS	STS
55.	ketika liburan, saya lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah	SS	S	TS	STS
56.	ketika guru menerangkan, pikiran saya tertuju pada hal lain	SS	S	TS	STS
57.	jika menginginkan sesuatu, saya berjuang untuk mendapatkannya	SS	S	TS	STS
58.	Saya membayangkan seolah-olah saya menjadi artis	SS	S	TS	STS
59.	saya akan berusaha semaksimal mungkin untuk mendapatkan sesuatu yang saya inginkan	SS	S	TS	STS
60.	saya tidak suka jika ada teman memberi usulan pada apa yang saya kerjakan	SS	S	TS	STS
61.	saya langsung memarahi teman yang mengejek saya	SS	S	TS	STS
62.	saya tidak suka melakukan hal baru di luar konsep yang	SS	S	TS	STS

	sudah ada				
63.	saya langsung marah ketika ada teman yang berbuat salah pada saya	SS	S	TS	STS
64.	ketika mendapatkan ide, saya mengembangkannya dengan perenungan	SS	S	TS	STS
65.	karena menghilangkan barang milik teman, saya tidak dipercaya lagi	SS	S	TS	STS
66.	saya mengoreksi dengan teliti tugas PR saya sebelum diserahkan pada guru	SS	S	TS	STS
67.	Saya berbohong lebih dari 10 kali dalam sebulan	SS	S	TS	STS
68.	Dalam hatiku berkata : “Sebenarnya saya ingin menjadi dokter, tapi sepertinya kok sulit”	SS	S	TS	STS
69.	saya berani mengungkapkan perasaan saya	SS	S	TS	STS
70.	Sebenarnya saya ingin menjadi dosen, tapi saya merasa tidak pintar	SS	S	TS	STS
71.	Ketika saya sedih, wajah saya akan murung	SS	S	TS	STS
72.	Saya lebih senang mendengarkan lagu lama	SS	S	TS	STS
73.	saya rela menjalankan hukuman ketika melanggar aturan	SS	S	TS	STS
74.	Saya suka melihat lukisan pemandangan	SS	S	TS	STS
75.	ketika terlambat mengumpulkan tugas, saya siap menerima hukuman	SS	S	TS	STS
76.	pada jam istirahat, saya memilih ke perpustakaan daripada mengobrol dengan teman-teman	SS	S	TS	STS
77.	saya selalu mengawali hari-hari dengan senyuman	SS	S	TS	STS
78.	saya memilih berjam-jam membaca buku daripada berbincang dengan teman	SS	S	TS	STS
79.	tiada hari yang saya awali tanpa senyuman	SS	S	TS	STS
80.	saya selektif dalam memilih teman	SS	S	TS	STS
81.	saya tidak ingin terlalu akrab dengan teman tertentu	SS	S	TS	STS
82.	Jenjang pendidikan saya hingga S-3 sudah saya rencanakan sejak saat ini	SS	S	TS	STS
83.	Saya sudah memikirkan tentang rencana pernikahan	SS	S	TS	STS
84.	jika disuruh memilih antara diajak jalan-jalan atau di rumah sendirian, saya memilih di rumah	SS	S	TS	STS
85.	saya tidak senang menghadiri acara perayaan	SS	S	TS	STS
86.	saya bingung memikirkan banyaknya baju kotor yang belum saya cuci	SS	S	TS	STS
87.	saya bingung ketika PR menumpuk	SS	S	TS	STS
88.	saya lebih memilih menjadi PNS dengan gaji tetap, daripada menjadi pengusaha dengan gaji tak tentu	SS	S	TS	STS
89.	saya memilih menjadi guru daripada pedagang	SS	S	TS	STS
90.	saya bisa menjaga rahasia teman saya	SS	S	TS	STS
91.	saya bisa menjadi sahabat yang setia	SS	S	TS	STS

92.	saya ragu, apakah saya bisa meraih ranking 1 di kelas	SS	S	TS	STS
93.	saya tidak yakin bisa menjuarai suatu perlombaan	SS	S	TS	STS

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aiitem1 aiitem2 aiitem3 aiitem4 aiitem5 aiitem6 aiitem7 aiitem8 aiitem9
aiitem10 aiitem11 aiitem12 aiitem13 aiitem14 aiitem15 aiitem16
aiitem17 aiitem18 aiitem19 aiitem20 aiitem21 aiitem22 aiitem23 aiitem24 aiitem25
aiitem26 aiitem27 aiitem28
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability**SCALE: EMOTIONAL FOCUSED COPING****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	75.2903	254.472	.488	.908
aitem2	75.0645	256.717	.465	.909
aitem3	74.9194	254.141	.555	.907
aitem4	75.1290	261.721	.282	.912
aitem5	75.0161	258.672	.431	.909
aitem6	74.8871	252.594	.555	.907
aitem7	74.6613	252.982	.563	.907
aitem8	74.7419	253.736	.531	.907
aitem9	75.0161	254.311	.487	.908
aitem10	74.7903	249.382	.676	.905
aitem11	74.6774	253.960	.575	.907
aitem12	74.6129	250.044	.637	.906
aitem13	74.8065	254.224	.554	.907
aitem14	74.5323	258.614	.472	.909
aitem15	74.5323	257.892	.452	.909
aitem16	74.5806	253.002	.569	.907
aitem17	74.7419	254.162	.526	.908
aitem18	74.8548	254.356	.494	.908
aitem19	74.7419	254.686	.535	.907
aitem20	75.2742	268.465	.115	.915
aitem21	74.8710	255.721	.497	.908
aitem22	74.8548	253.044	.546	.907
aitem23	75.0323	256.851	.504	.908
aitem24	74.6935	253.101	.607	.906
aitem25	74.8548	255.470	.499	.908
aitem26	75.3548	262.561	.313	.911
aitem27	75.0806	256.862	.445	.909
aitem28	75.2419	253.760	.499	.908

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9 aitem10
aitem11 aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17
aitem18 aitem19 aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25 aitem26 aitem27
aitem28
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability**SCALE: EMOTIONAL FOCUSED COPING****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	70.3710	237.352	.492	.913
aitem2	70.1452	239.274	.476	.914
aitem3	70.0000	237.475	.546	.912
aitem5	70.0968	241.958	.417	.914
aitem6	69.9677	235.507	.560	.912
aitem7	69.7419	235.441	.582	.912
aitem8	69.8226	235.886	.557	.912
aitem9	70.0968	237.433	.484	.913
aitem10	69.8710	232.508	.678	.910
aitem11	69.7581	237.400	.562	.912
aitem12	69.6935	233.167	.639	.911
aitem13	69.8871	237.413	.548	.912
aitem14	69.6129	241.192	.483	.913
aitem15	69.6129	240.438	.463	.914
aitem16	69.6613	236.129	.567	.912
aitem17	69.8226	236.902	.535	.913
aitem18	69.9355	237.209	.499	.913
aitem19	69.8226	238.247	.518	.913
aitem21	69.9516	238.637	.499	.913
aitem22	69.9355	235.438	.566	.912
aitem23	70.1129	240.036	.496	.913
aitem24	69.7742	236.243	.605	.911
aitem25	69.9355	238.291	.504	.913
aitem26	70.4355	246.020	.290	.917
aitem27	70.1613	240.105	.436	.914
aitem28	70.3226	236.714	.501	.913

```

RELIABILITY
/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9 aitem10
aitem11 aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17
aitem18 aitem19 aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25 aitem27 aitem28
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability

SCALE: EMOTIONAL FOCUSED COPING

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	62	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	62	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	68.0645	227.045	.503	.914
aitem2	67.8387	229.187	.480	.914
aitem3	67.6935	227.757	.539	.913
aitem5	67.7903	231.972	.416	.915
aitem6	67.6613	225.572	.561	.913
aitem7	67.4355	225.168	.594	.912
aitem8	67.5161	225.828	.562	.913
aitem9	67.7903	227.808	.475	.914
aitem10	67.5645	222.447	.686	.910
aitem11	67.4516	227.235	.569	.913
aitem12	67.3871	223.192	.643	.911
aitem13	67.5806	227.493	.548	.913
aitem14	67.3065	231.265	.480	.914
aitem15	67.3065	230.282	.468	.914
aitem16	67.3548	226.003	.574	.912
aitem17	67.5161	226.614	.546	.913
aitem18	67.6290	226.926	.509	.914
aitem19	67.5161	228.123	.524	.913
aitem21	67.6452	228.954	.490	.914
aitem22	67.6290	225.680	.562	.913
aitem23	67.8065	230.159	.492	.914
aitem24	67.4677	226.646	.594	.912
aitem25	67.6290	228.499	.499	.914
aitem27	67.8548	231.110	.405	.916
aitem28	68.0161	227.065	.493	.914

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem5 aitem6 aitem7 aitem8 aitem9
aitem10 aitem11 aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16
aitem17 aitem18 aitem19 aitem20 aitem21 aitem22 aitem23 aitem24 aitem25
aitem26 aitem27 aitem28 aitem29 aitem30 aitem31
aitem32 aitem33 aitem34 aitem35 aitem36 aitem37 aitem38 aitem39 aitem40
aitem41 aitem42 aitem43 aitem44 aitem45 aitem46 aitem47
aitem48 aitem49 aitem50 aitem51 aitem52 aitem53 aitem54 aitem55 aitem56
aitem57 aitem58 aitem59 aitem60 aitem61 aitem62
aitem63 aitem64 aitem65 aitem66 aitem67 aitem68 aitem69 aitem70 aitem71
aitem72 aitem73 aitem74 aitem75 aitem76 aitem77 aitem78
aitem79 aitem80 aitem81 aitem82 aitem83 aitem84 aitem85 aitem86 aitem87
aitem88 aitem89 aitem90 aitem91 aitem92 aitem93
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability**SCALE: TIPE KEPRIBADIAN****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	62	96.9
	Excluded ^a	2	3.1
	Total	64	100.0

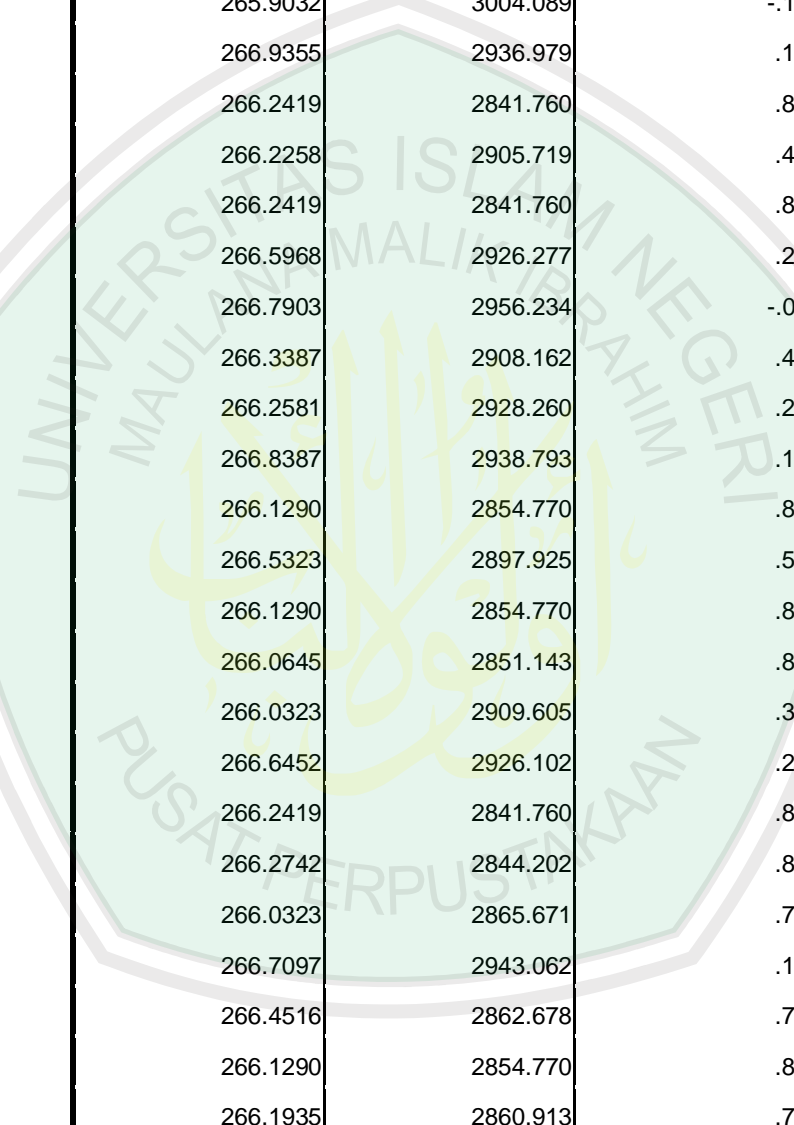
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.950	93

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem2	266.4839	2866.451	.681	.948
aitem3	266.0484	2874.801	.727	.948
aitem4	266.4677	2863.728	.705	.948
aitem5	266.2903	2880.832	.643	.949
aitem6	266.1613	2856.662	.825	.948
aitem7	266.7097	2912.734	.383	.949
aitem8	266.8226	3002.640	-.356	.951
aitem9	266.3387	2909.441	.465	.949
aitem10	266.7258	2993.251	-.293	.951
aitem11	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem12	266.2742	2844.956	.831	.948
aitem13	266.2097	2860.791	.743	.948
aitem14	266.1613	2856.662	.825	.948
aitem15	266.1774	2881.853	.707	.948
aitem16	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem17	266.2419	2888.219	.621	.949
aitem18	267.0968	3010.122	-.470	.951
aitem19	266.2581	2901.801	.412	.949
aitem20	266.1774	2856.935	.816	.948
aitem21	266.2742	2887.448	.662	.949
aitem22	266.2742	2844.169	.837	.948
aitem23	266.1613	2884.301	.546	.949
aitem24	267.1774	3018.214	-.498	.951
aitem25	266.2581	2842.949	.851	.948
aitem26	267.2742	2972.432	-.138	.951
aitem27	266.3710	2938.008	.167	.950
aitem28	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem29	267.0968	2969.990	-.137	.950
aitem30	266.7903	2947.414	.061	.950



aitem31	266.2742	2844.956	.831	.948
aitem32	266.3871	2911.192	.364	.949
aitem33	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem34	266.2258	2914.014	.358	.949
aitem35	266.2097	2935.152	.165	.950
aitem36	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem37	265.9032	3004.089	-.133	.959
aitem38	266.9355	2936.979	.147	.950
aitem39	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem40	266.2258	2905.719	.487	.949
aitem41	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem42	266.5968	2926.277	.226	.950
aitem43	266.7903	2956.234	-.013	.950
aitem44	266.3387	2908.162	.468	.949
aitem45	266.2581	2928.260	.229	.950
aitem46	266.8387	2938.793	.141	.950
aitem47	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem48	266.5323	2897.925	.507	.949
aitem49	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem50	266.0645	2851.143	.859	.948
aitem51	266.0323	2909.605	.388	.949
aitem52	266.6452	2926.102	.223	.950
aitem53	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem54	266.2742	2844.202	.846	.948
aitem55	266.0323	2865.671	.796	.948
aitem56	266.7097	2943.062	.100	.950
aitem57	266.4516	2862.678	.707	.948
aitem58	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem59	266.1935	2860.913	.798	.948
aitem60	266.8387	2945.777	.074	.950
aitem61	266.1613	2856.662	.825	.948
aitem62	266.5161	2941.893	.126	.950
aitem63	266.6774	2948.222	.066	.950

aitem64	266.1613	2857.187	.820	.948
aitem65	266.9194	2972.108	-.148	.950
aitem66	266.1774	2913.722	.397	.949
aitem67	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem68	266.6129	2938.241	.130	.950
aitem69	266.6452	2944.823	.081	.950
aitem70	266.1613	2857.187	.820	.948
aitem71	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem72	266.5645	2934.152	.173	.950
aitem73	266.1613	2856.892	.834	.948
aitem74	265.7581	2883.236	.148	.953
aitem75	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem76	266.2258	2865.948	.743	.948
aitem77	265.7581	3029.334	-.177	.960
aitem78	266.5161	2942.385	.115	.950
aitem79	266.0806	2871.321	.755	.948
aitem80	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem81	266.7419	2956.588	-.016	.950
aitem82	266.7419	2956.588	-.016	.950
aitem83	266.2581	2842.949	.851	.948
aitem84	266.3387	2848.982	.830	.948
aitem85	266.3871	2854.700	.773	.948
aitem86	266.4355	2859.135	.738	.948
aitem87	266.4516	2890.612	.502	.949
aitem88	266.1290	2854.770	.844	.948
aitem89	266.2742	2844.694	.842	.948
aitem90	266.1613	2948.105	.059	.950
aitem91	266.2419	2841.760	.856	.948
aitem92	266.2742	2844.169	.837	.948
aitem93	266.1613	2856.662	.825	.948

RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem1 aitem2 aitem3 aitem4 aitem5 aitem6 aitem7 aitem9 aitem11
aitem12 aitem13 aitem14 aitem15 aitem16 aitem17 aitem19
aitem20 aitem21 aitem22 aitem23 aitem25 aitem28 aitem31 aitem32 aitem33
aitem34 aitem36 aitem39 aitem40 aitem41 aitem44
aitem47 aitem48 aitem49 aitem50 aitem51 aitem53 aitem54 aitem55 aitem57
aitem58 aitem59 aitem61 aitem64 aitem66 aitem67 aitem70
aitem71 aitem73 aitem75 aitem76 aitem79 aitem80 aitem83 aitem84 aitem85
aitem86 aitem87 aitem88 aitem89 aitem91 aitem92
aitem93
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA

/SUMMARY=TOTAL.

```

Reliability**SCALE: TIPE KEPRIBADIAN****Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	62	96.9
	Excluded ^a	2	3.1
	Total	64	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.989	63

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem1	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem2	187.4355	2891.397	.726	.988
aitem3	187.0000	2901.377	.765	.988
aitem4	187.4194	2889.526	.743	.988
aitem5	187.2419	2907.990	.675	.988
aitem6	187.1129	2886.462	.832	.988
aitem7	187.6613	2943.113	.388	.989
aitem9	187.2903	2937.586	.493	.989
aitem11	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem12	187.2258	2871.653	.861	.988
aitem13	187.1613	2886.334	.784	.988
aitem14	187.1129	2886.462	.832	.988
aitem15	187.1290	2909.983	.733	.988
aitem16	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem17	187.1935	2916.159	.647	.988
aitem19	187.2097	2929.709	.435	.989
aitem20	187.1290	2887.131	.819	.988
aitem21	187.2258	2913.915	.705	.988
aitem22	187.2258	2871.391	.863	.988
aitem23	187.1129	2909.118	.592	.989
aitem25	187.2097	2869.906	.879	.988
aitem28	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem31	187.2258	2871.653	.861	.988
aitem32	187.3387	2948.490	.310	.989
aitem33	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem34	187.1774	2950.279	.311	.989
aitem36	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem39	187.1935	2868.454	.885	.988

aitem40	187.1774	2941.689	.436	.989
aitem41	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem44	187.2903	2941.554	.443	.989
aitem47	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem48	187.4839	2934.680	.454	.989
aitem49	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem50	187.0161	2880.901	.866	.988
aitem51	186.9839	2939.885	.394	.989
aitem53	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem54	187.2258	2871.194	.874	.988
aitem55	186.9839	2894.377	.813	.988
aitem57	187.4032	2888.146	.748	.988
aitem58	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem59	187.1452	2889.765	.813	.988
aitem61	187.1129	2886.462	.832	.988
aitem64	187.1129	2886.921	.828	.988
aitem66	187.1290	2953.721	.310	.989
aitem67	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem70	187.1129	2886.921	.828	.988
aitem71	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem73	187.1129	2886.659	.841	.988
aitem75	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem76	187.1774	2893.460	.769	.988
aitem79	187.0323	2899.671	.776	.988
aitem80	187.1935	2868.454	.885	.988

aitem83	187.2097	2869.906	.879	.988
aitem84	187.2903	2876.209	.856	.988
aitem85	187.3387	2880.916	.807	.988
aitem86	187.3871	2885.487	.771	.988
aitem87	187.4032	2922.376	.494	.989
aitem88	187.0806	2883.977	.855	.988
aitem89	187.2258	2871.161	.874	.988
aitem91	187.1935	2868.454	.885	.988
aitem92	187.2258	2871.391	.863	.988
aitem93	187.1129	2886.462	.832	.988

T-Test

Group Statistics

kepribadian		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Efc	ekstrovert	32	67.6875	22.98027	4.06238
	introvert	30	43.8667	15.80863	2.88625

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Efc	Equal variances assumed	9.301	.003	4.724	60	.000	23.82083	5.04208	13.73518	33.90649
	Equal variances not assumed			4.780	55.169	.000	23.82083	4.98330	13.83476	33.80691