

PENGARUH GEJALA STRES DAN STRATEGI KOPING TERHADAP KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF KELUARGA *LONG DISTANCE MARRIAGE*

ANISA IRBAH



**DEPARTEMEN ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Gejala Stres dan Strategi Koping terhadap Kesejahteraan Subjektif Keluarga *Long Distance Marriage*” adalah karya saya dengan arahan dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2024

Anisa Irbah
I2401201027

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

ANISA IRBAH. Pengaruh Gejala Stres dan Strategi Koping terhadap Kesejahteraan Subjektif Keluarga *Long Distance Marriage*. Dibimbing oleh TIN HERAWATI dan MUSTHOFA.

Istri yang menjalani *long distance marriage* atau hidup jauh dari suami merupakan tantangan yang cukup berat dan berakibat pada kelelahan psikologis yang dapat memicu stres dalam hubungan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh gejala stres dan strategi koping terhadap kesejahteraan subjektif keluarga *long distance marriage*. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini melibatkan keluarga yang menjalani *long distance marriage* dengan kriteria lama berpisah > 6 bulan, mempunyai anak remaja (11-21 tahun) dan berdomisili di Kota Bandung. Responden dalam penelitian ini adalah istri. Penarikan contoh dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *snowball sampling*. Hasil penelitian menunjukkan gejala stres tergolong rendah, strategi koping tergolong sedang, dan kesejahteraan subjektif tergolong tinggi. Hasil uji korelasi menunjukkan usia ayah dan intensitas pertemuan memiliki hubungan positif signifikan dengan strategi koping, intensitas pertemuan memiliki hubungan positif signifikan dengan gejala stres, usia anak memiliki hubungan positif signifikan dengan kesejahteraan subjektif. Gejala stres berhubungan negatif signifikan dengan kesejahteraan subjektif. *Problem focused coping* dan strategi koping memiliki hubungan positif signifikan dengan kesejahteraan subjektif. Hasil uji regresi menunjukkan gejala stres berpengaruh negatif signifikan sedangkan strategi koping berpengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif.

Kata kunci: gejala stress, kesejahteraan subjektif, pernikahan jarak jauh, remaja, strategi koping



ABSTRACT

ANISA IRBAH. The Influence of Stress Symptoms and Coping Strategi on The Subjective Well-Being of Long Distance Marriage Families. Supervised by TIN HERAWATI and MUSTHOFA.

The wife does it long distance marriage or living away from husband is quite a challenge and results in psychological fatigue which can trigger stress in the marital relationship. This study aims to analyze the influence of stress symptoms and coping strategies on the family's subjective well-being long distance marriage. The approach used in this research is quantitative by design cross-sectional. This research involved families who underwent long distance marriage with the criteria of length of separation > 6 months, having teenagers (11-21 years) and domiciled in Bandung City. The respondent in this study was the wife. Sampling in this research uses non-probability sampling with technique snowball sampling. The research results showed that stress symptoms were relatively mild, coping strategies were moderate, and subjective well-being was relatively high. The correlation test results show that father's age and meeting intensity have a significant positive relationship with coping strategies, meeting intensity has a significant positive relationship with stress symptoms, child age has a significant positive relationship with subjective well-being. Stress symptoms were significantly negatively related to subjective well-being. Problem focused coping and coping strategies have a significant positive relationship with subjective well-being. The results of the regression test show that stress symptoms have a significant negative effect while coping strategies have a significant positive effect on subjective well-being.

Keywords: coping strategy, long distance marriage, stress symptoms, subjective-well being, teenagers



@Hak cipta milik IPB University

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2024
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PENGARUH GEJALA STRES DAN STRATEGI KOPING TERHADAP KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF KELUARGA *LONG DISTANCE MARRIAGE*

ANISA IRBAH

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana
pada Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**DEPARTAMEN ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Prof. Dr. Ir. Euis Sunarti, M.Si
2. Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si



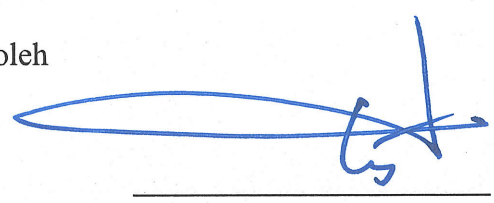
LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Gejala Stres dan Strategi Koping terhadap Kesejahteraan Subjektif Keluarga *Long Distance Marriage*
Nama : Anisa Irbah
NIM : I2401201027

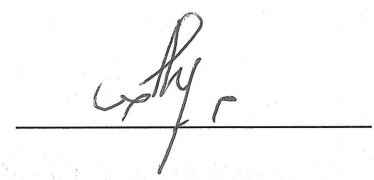
@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing 1:
Dr. Tin Herawati, S.P., M.Si.


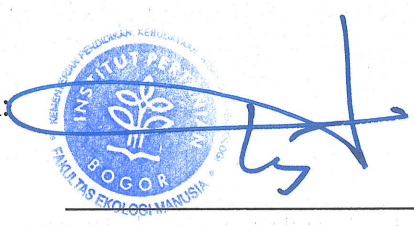


Pembimbing 2:
Musthofa, S.Ag., M.PdI



Diketahui oleh

Ketua Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen:
Dr. Tin Herawati, S.P., M.Si.
NIP 19720428 200604 2 007



Tanggal Ujian:
24 Juni 2024

Tanggal Lulus:

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Januari 2024 sampai bulan Mei 2024 ini adalah Pengaruh Gejala Stres dan Strategi Koping terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Keluarga *Long Distance Marriage*.

Terima kasih kepada dosen pembimbing Dr. Tin Herawati, S.P., M.Si dan Musthofa, S.Ag., M.PdI yang telah membimbing dan banyak memberi saran kepada penulis, Prof. Ir. Euis Sunarti, M.Sc dan Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si selaku dosen penguji sidang skripsi, Risda Rizkillah, M.Si dan Dr. Ir. Herien Puspitawati, M.Sc., M.Sc selaku dosen moderator seminar proposal dan seminar hasil, dan seluruh dosen pengajar departemen IKK. Terimakasih juga kepada Alya Fauzia dan Andini Azhari selaku pembahas pada seminar hasil skripsi yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan skripsi.

Terima kasih Bapak Oman Suherman, Ibu Widyastuti Hesti Gunawati, Kakak Alimah Azmi dan Reza Mufli, serta Eyang Ani yang selalu memberikan dukungan, doa, dan kasih sayang kepada penulis.

Terima kasih kepada Khaila Neisyandiva, Ayunda Apselia, Ifa Khofifah, Alifah Nur Izzati, Occa Adeta, Indri Wardiah, Raysha dan para keluarga “Pamaung Kecil” yang selalu menemani, mendukung, memberi semangat dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih kepada rekan-rekan antimo dan seluruh IKK 57 yang kebersamaan perjuangan mulai dari awal masuk kuliah sampai penyusunan tugas akhir ini.

Ucapan terima kasih juga tidak lupa diberikan kepada responden terkait yang membantu selama proses penelitian

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga kritik serta saran yang membangun sangat dibutuhkan dan diharapkan. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Bogor, Juli 2024

Anisa Irbah

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	ii
DAFTAR GAMBAR	ii
DAFTAR LAMPIRAN	ii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Teori Struktural Fungsional	7
2.2 Gejala Stres	7
2.3 Strategi Koping	9
2.4 Kesejahteraan Subjektif	10
2.5 <i>Long Distance Marriage</i>	11
2.6 Kerangka Pemikiran	12
III METODE PENELITIAN	15
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	15
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Contoh	15
3.3 Jenis dan Cara Pengambilan Data	15
3.4 Variabel Penelitian dan Pengukuran Data	15
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	17
3.6 Definisi Operasional	18
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	20
4.1 Hasil	20
4.2.1 Karakteristik Keluarga	20
4.2.2 Gejala Stres	22
4.2.3 Strategi Koping	22
4.2.4 Kesejahteraan Subjektif	23
4.2.5 Hubungan Karakteristik Keluarga, Gejala Stres dan Strategi Koping, terhadap Kesejahteraan Subjektif	24
4.2.6 Pengaruh Karakteristik Keluarga, Gejala Stres, dan Stratgi Koping terhadap Kesejahteraan Subjektif	26
4.2 Pembahasan	26
V SIMPULAN DAN SARAN	32
5.1 Simpulan	32
5.2 Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	41
RIWAYAT HIDUP	50



DAFTAR TABEL

1	Variabel, kode, skala data, dan sumber kuseioner	16
2	Karakteristik keluarga	20
3	Sebaran responden berdasarkan kategori, nilai minimum dan maksimal, rata-rata, serta standar deviasi variabel gejala stres	22
4	Sebaran responden berdasarkan kategori, nilai minimum dan maksimal, rata-rata, serta standar deviasi variabel strategi koping	23
5	Sebaran responden berdasarkan kategori, nilai minimum dan maksimal, rata-rata, serta standar deviasi kesejahteraan subjektif	23
6	Koefisien korelasi karakteristik keluarga dan seluruh variabel	25
7	Koefisien regresi karakteristik keluarga, gejala stres, dan strategi koping terhadap kesejahteraan subjektif	26

DAFTAR GAMBAR

1	Model stres double ABC-X	8
2	Kerangka pemikiran	14

DAFTAR LAMPIRAN

1	Sebaran contoh berdasarkan jawaban tentang gejala stres	42
2	Sebaran contoh berdasarkan jawaban tentang strategi koping	43
3	Sebaran contoh berdasarkan jawaban tentang kesejahteraan subjektif	45
4	Hasil uji asumsi klasik	47