

Coping Stress Role Conflict Of Ethnic Balinese Hindu Women In Sanur Kauh Village

Coping Stress Konflik Peran Perempuan Hindu Etnis Bali di Desa Sanur Kauh

Ni Wayan Putriya Pratiwi¹, Dr.I Wayan Damayana, S.Th., M.Si., M.M², Ni Nyoman Ari Indra Dewi, S.Psi., M.Psi., Psikolog³

^{1,2,3}Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(*) Corresponding Author : Damayana@undhirabali.ac.id
No.HP/WA : 08970176463

Article info

Keywords:

role conflict, coping stress.

Abstract

Role conflict experienced by ethnic Balinese Hindu women in Sanur Kauh Village who carry out domestic roles, worker roles and social roles simultaneously. The impact arising from role conflict that occurs causes stress or pressure for ethnic Balinese Hindu women. There are factors that influence the way individuals carry out stress coping strategies. The approach model used in this research is a case study. This research can also be referred to as a communal phenomenon because it is related to coping with role conflict stress in Balinese ethnic Hindu women in Sanur Kauh Village. Several factors influence coping stress, first the competitive factor, the feeling of pressure from competitive behavior by in-laws and in-laws and also the pressure of all responsibilities in the household and in the community. Second, the lack of husband's responsibility for the family, Third, the family's economic factors that cannot meet basic needs and lack of communication so that conflicts often arise in the household that affect other roles Based on the results of stress coping research conducted by the subject, namely emotion-centered stress coping strategies, namely positive self-acceptance, acceptance of responsibility and self-control while problem-centered stress coping strategies, namely seeking social support.

Kata kunci:

Konflik Peran, Coping Stress

Abstrak

Konflik peran yang dialami oleh perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh yang menjalankan peran domestik, peran pekerja maupun peran sosial secara bersamaan. Dampak yang timbul karena konflik peran yang terjadi menimbulkan adanya stress ataupun tekanan bagi perempuan Hindu etnis Bali. Adanya faktor-faktor yang memengaruhi cara individu dalam melakukan *strategi coping stress*. Model pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus Penelitian ini dapat disebut juga sebagai fenomena komunal karena berkaitan dengan *coping stress* konflik peran pada perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh. Beberapa faktor yang memengaruhi *coping stress*, pertama faktor

persaingan, adanya perasaan tertekan oleh perilaku bersaing oleh mertua maupun ipar dan juga tekanan terhadap seluruh tanggung jawab dirumah tangga dan dimasyarakat. Kedua faktor kurangnya pertanggung jawaban suami terhadap keluarga, Ketiga faktor ekonomi keluarga yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar dan kurangnya komunikasi sehingga sering muncul konflik di rumah tangga yang memengaruhi terhadap peran yang lain Berdasarkan hasil penelitian *coping stress* yang dilakukan subjek yaitu Strategi *coping stress* yang berpusat pada emosi yaitu penerimaan diri yang positif, penerimaan tanggung jawab dan kontrol diri sedangkan strategi *coping stress* yang berpusat pada masalah yaitu mencari dukungan sosial.

PENDAHULUAN

Desa Sanur Kauh merupakan salah satu desa yang terletak di wilayah kota Denpasar Selatan, yang terdiri dua desa adat yaitu Desa Adat Intaran dan Desa Adat Penyingiran. Desa Sanur Kauh terdiri dari 11 dusun dengan jumlah penduduk kurang lebih sebanyak 2.107 KK. Kondisi geografis wilayah desa Sanur Kauh sebagian besar daerah pemukiman, sedikit berada dekat dengan daerah pesisir dan juga daerah persawahan. Kondisi geografis tersebut memengaruhi mata pencaharian dari penduduk yang sebagian besar bekerja di bidang pariwisata maupun perkantoran, dan sebagian penduduk bekerja sebagai nelayan dan juga petani. Wilayah pesisir dan perkantoran lebih banyak berada di Desa Adat Intaran, sedangkan wilayah persawahan lebih banyak berada di Desa Adat Penyingiran

Masyarakat yang beragama Hindu di bali memaknai *ngayah* di pura sebagai adat istiadat dan tradisi yang sudah berjalan dan kewajiban yang harus dilaksanakan dengan cara yang tulus ikhlas sebagai umat Hindu. Warga yang tidak bisa hadir *ngayah* bisa mencari pengganti seperti diantaranya adalah mertua ataupun anaknya. Kebijakan ini diberlakukan untuk membantu meringankan beban warganya dari *ngayah* bagi yang memiliki kegiatan atau pekerjaan yang tidak boleh ditinggalkannya. Namun sanksi tegas akan tetap berlaku jika ada yang membangkang atau melalaikan tugas dan kewajibannya sebagai anggota *banjar* (Pitriani, 2020).

Posisi perempuan dalam menjalankan perannya guna mendukung peran laki-laki untuk melestarikan tradisi dan adat-istiadat yang ada sebagai bagian dari kekayaan bangsa. Walaupun tidak terlihat secara formal dalam kegiatan tradisi yang ada, namun tidak dapat dipungkiri bahwa perempuan juga memiliki peran dan pengaruh yang signifikan terhadap keputusan-keputusan laki-laki. Hal ini yang mendorong perempuan memiliki peran yang lebih kompleks dibandingkan dengan laki-laki. Peran yang dilakoninya tidak hanya terbatas sebagai ibu, tetapi juga sebagai bagian dari masyarakat yang juga terlibat pada peran sosial dan bekerja. (Rodiyah, 2018)

Perempuan Hindu etnis Bali terlebih yang sudah menikah selain disibukkan mengurus rumah tangga, mengurus kegiatan keagamaan dan *menyama braya* serta juga harus bekerja untuk membantu perekonomian keluarga. *Menyama Braya* mengandung makna persamaan, persaudaraan, dan pengakuan sosial bahwa semua adalah bersaudara. Sebagai satu kesatuan sosial persaudaraan maka sikap dan perilaku dalam memandang orang lain sebagai saudara yang patut diajak bersama dalam suka dan duka . Hal tersebut yang menimbulkan adanya ikatan yang kuat dalam masyarakat Bali yang tidak bisa lepas dari adat-istiadat atau peran sosial.(Damayana, 2017). Situasi peran yang dilakoni secara

bersamaan, dan menimbulkan kesulitan dalam menjalankan kedua peran tersebut dengan baik pada waktu yang bersamaan akan menimbulkan konflik peran. Konflik peran perempuan Hindu etnis Bali yang bekerja secara signifikan dipengaruhi oleh faktor budaya dan lingkungan kerja, faktor budaya juga berpengaruh signifikan terhadap faktor ekonomi dan lingkungan kerja, dan faktor ekonomi memengaruhi faktor sosial. (Saskara, 2012)

Konflik peran tidak dapat teratasi dengan baik dapat menimbulkan kecemasan dan stress pada perempuan. Penanganan stress bagi setiap perempuan tergantung terhadap pribadi masing-masing dan juga tekanan peran yang dijalani. *Coping stress* merupakan suatu proses yang dilakukan untuk mengelola perasaan yang tidak sesuai antara tuntutan dan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam situasi tertekan. Dalam mengatasi stress akibat peran ganda yang dijalannya ada berbagai macam cara yang sangat tergantung pada kepribadian, usia, intelegensi dan status sosial serta pekerjaannya. *Coping stress* dilakukan perempuan Hindu etnis Bali untuk mengurangi reaksi stres yang mereka alami. Lazarus & Folkman (1984) dalam Maryam (2017) mendefinisikan *coping* sebagai sekumpulan pikiran dan perilaku yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi yang menekan. *Coping* dipandang sebagai faktor yang menentukan individu untuk melakukan penyesuaian terhadap situasi yang menekan.

Beranjak dari fenomena ini, mendorong peneliti ingin mengetahui *strategi coping stress* konflik peran perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh. Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "*Coping stress Konflik Peran Perempuan Hindu Etnis Bali di Desa Sanur Kauh*".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus merupakan metode penelitian yang mendeskripsikan pada pemahaman atau perilaku manusia berdasarkan perbedaan nilai atau kepercayaan pada suatu objek (Yona, 2016). Studi kasus bertujuan mengeksplorasi atau mengkaji suatu kasus yang spesifik, khas dan unik. Penelitian ini dapat disebut juga sebagai fenomena komunal karena berkaitan dengan *coping stress* konflik peran pada perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik, wawancara, observasi, dokumentasi karena teknik tersebut yang tepat menurut peneliti. (Herdiansyah, 2015).

Unit Analisa dalam penelitian ini adalah peran perempuan Hindu etnis Bali. Unit amatan dalam penelitian ini berada di Desa Sanur Kauh, *coping stress* perempuan Hindu etnis Bali yang sudah menikah di atas sepuluh tahun, perempuan Hindu etnis Bali yang bekerja, perempuan Hindu etnis Bali yang terlibat dalam lingkungan sosial dan juga perempuan Hindu etnis Bali yang terindikasi stress. Jumlah subjek dalam penelitian ini yaitu dua subjek sesuai dengan kriteria tersebut. Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini didapat dari informan dan juga hasil observasi dari peneliti. Verbatim tersebut diubah ke bentuk tulisan deskriptif dan dianalisis oleh peneliti, kemudian peneliti mengubahnya menjadi kategorisasi aspek dan faktor *coping stress*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Coping stress konflik peran perempuan Hindu etnis Bali dengan dua subjek yaitu ibu AA dan juga ibu DL. Berdasarkan data hasil penelitian, ditemukan dinamika *coping stress* dari kedua subjek yaitu

Dalam aspek konfrontasi, Ibu AA saat mengalami suatu tekanan dari lingkungan sekitarnya yang membuat perasaan nya menjadi lebih tidak stabil. Ibu AA merasa mudah marah-marah saat pekerjaannya tidak selesai ataupun menangis saat perasaan nya mulai tidak terkontrol. DL ketika mengalami tekanan terkadang emosi dan melimpahkan kemarahan nya karena merasa adanya hal yang tidak sesuai dengan apa yang telah ia lakukan. DL meluapkan emosi dengan marah.

Dalam aspek pencarian dukungan sosial, Ibu AA merasa mendapat dukungan dari orang sekitarnya baik dari lingkaran pertemanan, pekerjaan maupun dari keluarga kandung nya sendiri. Ibu AA lebih mudah untuk curhat ataupun melepas stress dengan ngobrol bersama temannya, berkumpul dengan keluarga kandungnya ataupun bertukar cerita bersama teman saat adanya kegiatan dimasyarakat. DL untuk mengurangi tekanan ia mencari dukungan sosial terutama dari suami dan anak-anaknya. DL mendapat dukungan dari suami maupun anaknya untuk mengatakan yang dirasakan DL.

Dalam aspek perencanaan penyelesaian masalah, Ibu AA dalam menyelesaikan masalah dengan cara mengatur waktu agar semua peran dapat ia jalankan dengan baik. Ibu AA mengatur waktu dengan menentukan jadwal sehingga ia mudah mengatur waktu libur di pekerjaan untuk menjalankan kegiatan keagamaan. DL merasakan tekanan dari mertua maupun dalam pekerjaannya, sehingga ia mencari cara agar semua masalah dapat selesai. DL berusaha mencari cara untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi tanpa harus menimbulkan masalah lain.

Dalam aspek kontrol diri, Ibu AA dapat mengontrol diri dari Tindakan fisik kedalam sebuah tindakan yang lebih meringankan seperti komunikasi. Ibu AA bisa mengontrol untuk tidak membanting barang tetapi mengubahnya dengan berbicara ataupun komunikasi yang lebih terbuka. DL berusaha untuk mengontrol dirinya saat merasakan tekanan dari masalah yang dihadapinya. Subjek berusaha untuk selalu menjaga perasaannya agar tidak menimbulkan masalah yang. DL lebih memendam emosi yang dirasakan dengan tersenyum dan juga DL lebih melampiaskan dengan menangis dan menyalahkan dirinya sendiri bukan orang lain.

Dalam aspek menjauh, Ibu AA menjauh dari sumber masalah untuk menenangkan pikirannya agar tidak mengambil keputusan yang salah. Ibu AA lebih memilih untuk menenangkan pikirannya dengan pergi dan menjauhi sumber masalah agar subjek dapat memiliki waktu untuk mencari solusi dari permasalahannya. DL berusaha untuk menjauhi sumber masalah agar tidak menimbulkan tekanan untuk dirinya. DL menjauh dan tidak terlalu memikirkan permasalahan dengan teman ataupun dengan keluarga.

Dalam aspek penilaian kembali yang positif, Ibu AA melihat segala kejadian yang subjek alami saat ini akan menjadi suatu pencapaian yang baik kedepannya. Ibu AA menjadi lebih bersyukur apa yang telah terjadi dan dijadikan sebuah pembelajaran dan pengalaman di kehidupannya. DL berusaha untuk melihat segi positif dari apa yang subjek jalani saat ini. DL berusaha untuk menikmati apa yang telah subjek jalani saat ini. DL berusaha melihat bahwa segala yang subjek lakukan akan memberikan dampak positif bagi dirinya maupun orang lain.

Dalam aspek penerimaan tanggung jawab, Ibu AA menjalankan segala tanggung jawab yang subjek rasa memang harus dijalankan walaupun mampu dan tidak mampu tetapi subjek tetap berusaha untuk menjalankan. Ibu AA selalu melakukan semaksimal mungkin sesuai kemampuannya untuk menjalankan tanggung jawabnya dipekerjaan, rumah tangga ataupun dimasyarakat. DL menjalankan segala kegiatan keagamaan

ataupun pekerjaan sebagai tanggung jawab dirinya sebagai ibu rumah tangga yang bekerja dan juga hidup bermasyarakat. DL berusaha untuk dapat mengikuti kegiatan di masyarakat, menyelesaikan pekerjaan dan juga tugas nya di rumah sehingga semua kegiatan dapat subjek selesai atau dijalankan tanpa mengganggu kegiatan lainnya.

Dalam aspek Melarikan Diri atau Menghindar, Ibu AA pernah merasa bahwa menghindari dari masalah dapat menyelesaikan masalah. Ibu AA pernah ingin kabur dari rumah untuk menghindari masalah yang ada di rumahnya. Ibu DL saat mengalami tekanan subjek akan menghindari masalah agar tidak menjadi sebuah beban pikiran. Ibu DL menghindari dengan kembali ke rumahnya ataupun menghindari dari perbincangan yang akan menimbulkan masalah bagi dirinya.

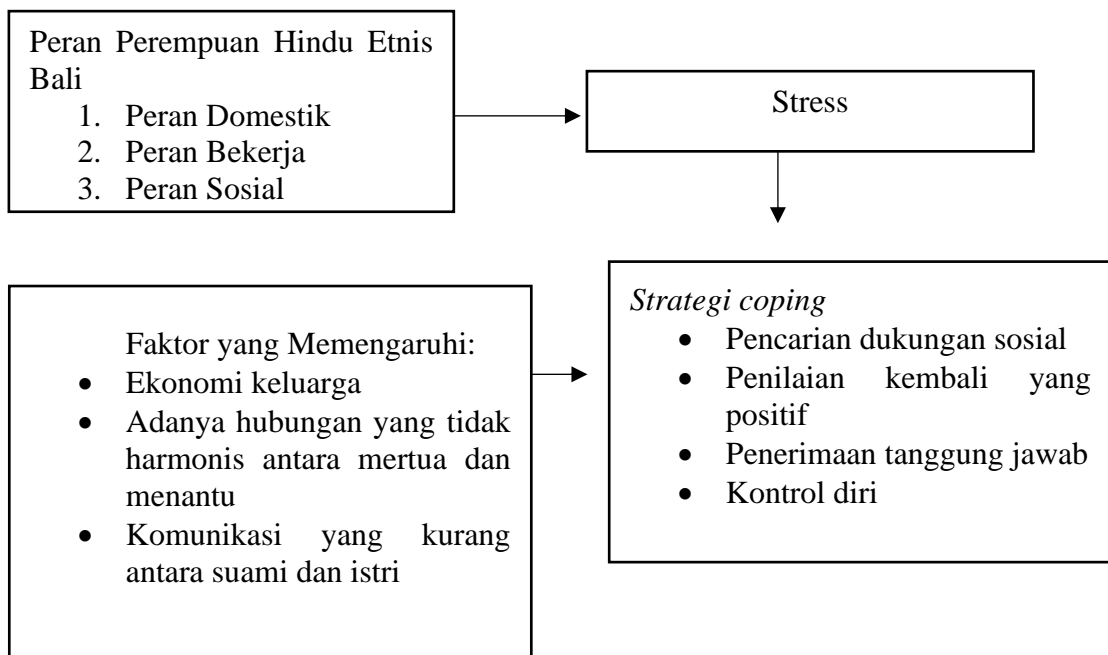
Jadi berdasarkan temuan penelitian dinamika coping stress ibu AA dan bu DL memiliki empat aspek yang digunakan mencari dukungan sosial, penerimaan tanggung jawab, kontrol diri dan juga penilaian yang positif.

Faktor Yang Memengaruhi *Coping Stress*

Berdasarkan hasil wawancara pada kedua subjek ditemukan bahwa ada beberapa faktor yang memengaruhi dalam melakukan *coping stress*, diantaranya adanya faktor ketidak harmonisan antara menantu dan mertua yang dialami oleh kedua subjek. Hal ini memengaruhi *coping stress* yang dilakukan kedua subjek terhadap masalah yang dihadapi dengan adanya hubungan keluarga. Faktor kedua, ekonomi keluarga yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar sebagaimana mestinya. Hal ini dialami oleh subjek pertama, subjek merasa tertekan dalam menjalankan peran ganda untuk dapat memenuhi kebutuhan keluarga.

Adanya faktor ketiga yaitu kurangnya komunikasi dan tanggung jawab suami yang dialami oleh subjek pertama. Pengaruh faktor ini terhadap cara subjek mengatasi masalah dengan diri nya sendiri karena kurangnya tanggung jawab ataupun komunikasi mengenai keluarga dengan suami.

Table.1.1



Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan *coping stress* konflik peran Perempuan Hindu etnis Bali. Konflik peran yang dialami oleh perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh yang menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga, peran sebagai pekerja maupun peran sosial ataupun dimasyarakat secara bersamaan disertai dengan adanya situasi eksternal seperti pada subjek pertama yaitu faktor ekonomi keluarga yang belum dapat memenuhi kebutuhan dasar, adanya hubungan yang tidak harmonis antara mertua dan menantu dan juga kurangnya komunikasi antara suami dan istri. Hal tersebut menyebabkan adanya tekanan atau stress yang berkaitan dengan konflik peran yaitu *strain-based conflict* yaitu subjek pertama dituntut oleh mertua melakukan seluruh tanggung jawab di rumah tangga dan masyarakat tanpa melibatkan suami ataupun ipar sehingga membuat subjek merasa mendapat tekanan dan membuatnya stress sehingga subjek merasa tertekan. Dampak yang timbul karena konflik peran yang terjadi menimbulkan adanya stress ataupun tekanan bagi perempuan etnis Bali. Hal yang senada terjadi juga pada subjek kedua. Peran sebagai ibu rumah tangga yang dijalankan oleh subjek kedua bersamaan juga dengan peran bekerja dan juga peran adat-istiadat di masyarakat. Subjek kedua memiliki hubungan yang tidak harmonis dengan mertua. Kondisi tersebut menuntut perempuan Hindu etnis Bali di Desa Sanur Kauh untuk mampu melakukan berbagai usaha untuk mengatasi tekanan tersebut dengan melakukan *strategi coping stress* (Maini & Mawaddah, 2017).

Jika dikaitkan dengan *coping stress* menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam Maini & Mawaddah (2017), *strategi coping* yang digunakan oleh subjek berpusat pada emosi yaitu *strategi coping* yang cenderung dilakukan apabila individu merasa tidak memiliki kemampuan ataupun tidak dapat mengubah stressor yang menekan dirinya sehingga individu hanya dapat menerima situasi yang terjadi. Pertama *strategi coping* yang digunakan yaitu penerimaan tanggung jawab, yaitu menumbuhkan kesadaran pada diri sendiri akan peran yang dilakoni dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Subjek pertama menerima segala tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga, seorang pekerja dan peran juga di masyarakat. Sebagai ibu rumah tangga subjek dapat mengatur waktunya untuk melakukan pekerjaan rumah. Sebagai pekerja subjek dapat bekerja sesuai dengan jabatan yang subjek duduki di tempat kerjanya, dan juga sebagai warga *banjar*, subjek dapat tetap mengikuti *ayah-ayahan* di *banjar*. Semua tanggung jawab yang dilakukan diusahakan dapat terlaksana karena selain kewajiban, tuntutan dari eksternal yang menjadikan hal tersebut terlaksana. Hal ini subjek dapat lakukan dengan mengatur waktunya semaksimal mungkin sehingga semua tanggung jawabnya dapat subjek jalankan.

Subjek kedua melakukan *strategi coping* penerimaan tanggung jawab seperti melakukan segala tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga, seorang pekerja dan juga peran adat-istiadat di masyarakat. Sebagai ibu rumah tangga subjek dapat melakukan pekerjaan rumah seperti memasak, membersihkan rumah. Sebagai pekerja subjek dapat bekerja sesuai dengan jabatan yang subjek duduki di tempat kerjanya, dan juga sebagai warga *banjar*, subjek dapat tetap mengikuti *ayah-ayahan* di *banjar*. Subjek merasa tetap menjalankan kewajiban diluar hubungan yang antara subjek dan mertua tidak harmonis.

Aspek *coping stress* yang berpusat pada emosi yang kedua menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam Maini & Mawaddah (2017) yaitu penerimaan diri yang positif terhadap segala tekanan yang subjek hadapi dan mengambil dari makna positif yang akan subjek dapatkan untuk pengembangan diri. Subjek pertama selalu berpikir positif dan mengambil hikmah dari situasi yang terjadi. Hal tersebut dijadikan sebuah pengalaman

dalam kehidupannya dari segi sisi yang positif sehingga hal tersebut tidak menambahkan tekanan pada diri subjek.

Usaha yang dilakukan subjek kedua dengan penerimaan diri yang positif terhadap segala tekanan yang subjek hadapi dan mengambil dari sisi positif yang akan subjek dapatkan. Hal tersebut dikarenakan subjek kedua merasa ketika hal tersebut subjek terima menjadi suatu hal yang positif maka akan mengakibatkan suatu hal yang positif kembali kepada dirinya.

Aspek coping ini berpusat pada emosi yang ketiga yaitu kontrol diri. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam Maini & Mawaddah (2017), kontrol diri atau pengendalian diri individu dalam menghadapi masalah dengan berpikir sebelum berbuat. Kontrol diri yang dilakukan subjek kedua juga dilakukan sehingga permasalahan yang ia hadapi dapat selesai dengan tenang dan cepat. Hal ini dilakukan untuk menekan emosi diri sehingga tidak menimbulkan masalah baru. Kontrol diri yang dilakukan seperti memendam perasaan kecewa, sedih ataupun marah terhadap sesuatu yang subjek bisa ungkapkan ketika memiliki waktu untuk sendiri sehingga ketika menghadapi masalah subjek dapat tersenyum dan juga menghadapi dengan tenang.

Aspek coping yang digunakan oleh subjek pertama yaitu bereaksi mencari dukungan sosial, Menurut Lazarus dan Folkman (1984) dalam Maini & Mawaddah (2017), aspek ini berpusat pada masalah yaitu *strategi coping* yang dilakukan individu cenderung dapat menilai masalah sehingga dapat mengubah situasi yang sedang dihadapi. Dukungan sosial dapat berupa informasi dari luar, bantuan nyata ataupun dukungan emosional bagi individu. Dukungan sosial yang didapat subjek pertama yaitu dukungan dari keluarga kandungnya dan juga teman-teman. Keluarga kandungnya selalu memberikan dukungan maupun solusi terhadap permasalahan yang subjek hadapi, dan juga subjek bisa melepaskan stress bersama dengan teman-teman dengan bertukar cerita sehingga subjek dapat menemukan solusi untuk permasalahan yang subjek hadapi.

Berdasarkan hasil penelitian *coping stress* yang dilakukan subjek pertama dan kedua melakukan *strategi coping* yang digunakan dalam rumah tangga berpusat pada masalah yaitu *strategi coping* yang cenderung dilakukan apabila individu merasa tidak memiliki kemampuan ataupun tidak dapat mengubah stressor yang menekan dirinya sehingga individu hanya dapat menerima situasi yang terjadi dan yang berpusat pada emosi yaitu *strategi coping* yang dilakukan individu cenderung dapat menilai masalah sehingga dapat mengubah situasi yang sedang dihadapi. *Strategi coping stress* yang berpusat pada emosi yaitu penerimaan diri yang positif, penerimaan tanggung jawab dan kontrol diri sedangkan strategi coping yang berpusat pada masalah yaitu mencari dukungan sosial.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian diketahui bahwa Perempuan Hindu etnis bali di desa sanur kauh mengalami tekanan. Pertama faktor persaingan, adanya perasaan tertekan oleh perilaku bersaing oleh mertua maupun ipar dan juga tekanan terhadap seluruh tanggung jawab di rumah tangga dan di masyarakat. Kedua faktor pertanggung jawaban, kurangnya pertanggung jawab suami kepada keluarga yang berdampak pada istri sehingga seluruh masalah di rumah tangga baik perekonomian dan juga kegiatan bersosialisasi ditanggung oleh istri. Ketiga faktor ekonomi keluarga yang tidak dapat memenuhi kebutuhan dasar dan kurangnya komunikasi sehingga sering muncul konflik di rumah tangga yang memengaruhi terhadap peran yang lain. Namun perempuan Hindu etnis bali tetap menjalankan segala tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga, pekerja maupun *menyama braya* di masyarakat.

Beberapa faktor tersebut yang membuat subjek melakukan *coping stress* seperti melakukan konfrontasi, mencari dukungan sosial, perencanaan tanggung jawab, kontrol diri, menjauh, menghindari, penerimaan diri yang positif maupun penyelesaian masalah untuk bisa mengurangi tekanan yang dialami pada diri sehingga seluruh tanggung jawab dapat dilaksanakan.

Berdasarkan hasil penelitian *coping stress* yang dilakukan subjek pertama dan kedua memenuhi 8 aspek *coping stress* tetapi terdapat beberapa *coping stress* yang paling sering digunakan yaitu kontrol diri, penerimaan tanggung jawab, penerimaan diri yang positif, dan juga dukungan sosial. *Strategi coping stress* yang dilakukan subjek pertama dan kedua melakukan *strategi coping* yang digunakan dalam rumah tangga berpusat pada emosi yaitu *strategi coping* yang cenderung dilakukan apabila individu merasa tidak memiliki kemampuan ataupun tidak dapat mengubah stressor yang menekan dirinya sehingga individu hanya dapat menerima situasi yang terjadi dan yang berpusat pada masalah yaitu *strategi coping* yang dilakukan individu cenderung dapat menilai masalah sehingga dapat mengubah situasi yang sedang dihadapi.. *Strategi coping stress* yang berpusat pada emosi yaitu penerimaan diri yang positif, penerimaan tanggung jawab dan kontrol diri sedangkan strategi coping yang berpusat pada masalah yaitu mencari dukungan sosial. *Strategi coping stress* yang dilakukan subjek pertama dan kedua melakukan *strategi coping stress* yang berpusat pada emosi dan yang berpusat pada masalah. *Strategi coping stress* yang berpusat pada emosi yaitu penerimaan diri yang positif, penerimaan tanggung jawab. Strategi coping yang berpusat pada masalah yaitu kontrol diri dan mencari dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayana, I. W. (2017). Menyama Braya Menggali Kearifan Local Untuk Merawat Kebhinekaan Mengahdapi Tantangan Intoleransi. *Jurnal Brahma Widya*, 4(1)
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. Stress appraisal and coping. Newyork : Springer Publishing Company.Inc.
- Maini.J S & Mawaddah. (2017). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Coping Stress Pada Mahasiswa Fai Umsu .9(1)
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya. Psikoislamedia:Jurnal Psikologi, 1(2),
- Pitriani, N. R. V. (2020). Tradisi “Ngayah” Sebagai Wadah Komunikasi Masyarakat Hindu Perspektif Pendidikan Humanis-Religius. *Widya Duta: Jurnal Ilmiah Ilmu Agama dan Ilmu Sosial Budaya* . 15, pp. 157 - 169
- Rodiyah . (2018). Peran Perempuan Dalam Melestarikan Berbagai Tradisi Lokal. *Tsaqofah & Tarikh*. 3(1)
- Saskara, I.A.N. (2012). Tinjauan Perspektif Ekonomi Dan Nonekonomi Perempuan Bali Yang Bekerja Di Sektor Publik: Studi Konflik Peran. *Jurnal Aplikasi Manajemen* .10(3)
- Yona, S. (2014) Penyusunan Studi Kasus. *Jurnal Keperawatan Indonesia* 10, 2, pp. 76–80. <https://doi.org/10.7454/jki.v10i2.177>.