

KEPRIBADIAN *HARDINESS*, DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN *PROBLEM FOCUSED COPING* (PFC) PADA ISTRI PELAUT

Cici Nirmayunita, Weni Endahing Warni, Puri Aquarisanawati
Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah
cicinirma3@gmail.com; wenipsiuh@gmail.com

Abstract. *This study determine the relationship between hardiness personality and family social support with problem-focused coping in sailor wives in East Java. Subjects are 70 sailor wives in East Java. The sampling technique used saturated sample. The first hypothesis, that there is a relationship between hardiness personality and problem-focused coping in sailor wives in East Java is accepted with a positive direction. The second minor hypothesis, namely that there is a positive relationship between family social support and the problem Focused Coping in seafarers' wives in East Java, is accepted. Major hypothesis in this research is accepted.*

Keywords: Seafarer, Seafarer's wife, Problem focused coping, Hardiness personality, Family Social Support

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur. Jumlah subjek sebanyak 70 istri pelaut di Jawa Timur. Teknik sampling yang digunakan menggunakan sampel jenuh, hipotesis pertama yaitu ada hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur diterima. Hubungan diterima dengan arah positif. Hipotesis minor kedua yaitu ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur diterima. Hipotesis mayor penelitian ini diterima.

Kata kunci: Istri Pelaut di Jawa Timur, *Problem focused coping*, Kepribadian *Hardiness*, Dukungan Sosial Keluarga

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan bertemunya individu dalam ikatan hidup yang berlangsung selamanya, serta memiliki berbagai hak maupun kewajiban yang wajib dilaksanakan setiap pihak baik istri ataupun suami (Bachtiar, 2004). Tugas kepala keluarga adalah menafkahi keluarga dan berperan penting dalam pengambilan keputusan untuk rumah tangga, sedangkan kewajiban istri adalah mengurus rumah tangga, dan merawat suami dan anak-anak.

Fenomena dalam kehidupan pernikahan pelaut berbeda dengan pernikahan pada umumnya. Ada masa ketika sang suami harus pergi melaut dan berlayar ke luar negeri menjadikan intensitas bertemu istri ataupun anak sangat jarang. Pelaut harus siap bekerja dan meninggalkan keluarga dalam jangka waktu yang lama (Hutomo, 2016). Keadaan ini membuat pernikahan para pelaut berada pada keadaan *long distance marriage*. Sebuah pernikahan dimana pasangan suami istri tidak dapat tinggal bersama dan terpisah secara fisik karena berbagai faktor dikenal dengan sebutan *long distance marriage* atau pernikahan jarak jauh (Ramadhini & Hendriani, 2015). *Long distance marriage* merupakan situasi pernikahan dengan pasangan yang berpisah secara fisik, yang membuat salah satu pasangan harus pergi ke tempat lain demi suatu kepentingan, sedangkan pasangan yang lain harus tetap tinggal di rumah (Pistole, 2010). Istri seorang pelaut tidak mudah dan memiliki tantangan tersendiri (Helmizar, 2009). Keadaan pernikahan pelaut yang berpisah tempat tinggal ini menyebabkan individu mengalami berbagai kondisi psikologis yang dirasakan seperti stres, merasa kesepian, cemas, emosi yang kurang stabil, dan ragu terhadap pasangan (Stafford, 2005).

Istri pelaut dituntut untuk mampu mengambil alih peran suami sebagai pengambil keputusan dalam keluarga saat suami sedang tidak ada di rumah (Vega, 2018). Istri perlu terus waspada karena pekerjaan sebagai pelaut memiliki resiko tinggi dilihat dari masih tingginya angka kecelakaan di laut, seperti kebakaran dan kebocoran mesin di kapal, rawan tergelincir dan jatuh saat di kapal dan faktor cuaca. Tugas istri pelaut juga bertambah, seperti mengurus rumah seorang diri, mengurus anak serta menjaga anak, mengurus keperluan sekolah dan mengurus Ketika anak sedang sakit.

Istri pelaut berpotensi untuk merasakan kesepian karena pernikahan jarak jauh yang dialaminya. Selain itu gaya hidup pelaut yang memiliki citra negatif pada akhirnya memberikan stigma yang berkembang dalam masyarakat juga menambah beban besar yang harus dihadapi dan diterima oleh para istri pelaut. Hambatan, dan

permasalahan yang dialami oleh istri pelaut yang ditinggal jauh dalam jangka waktu yang lama, jarak yang jauh dapat berdampak pada pertemuan singkat yang membuat istri kehilangan sosok pasangan, dan dapat merasa jenuh dengan kesendirian ketika mengurus keluarga, kondisi seperti ini dapat memicu konflik dan menyebabkan stress (Winta & Nugraheni, n.d.). Istri pelaut yang mengalami stres, atau ketegangan psikologi dalam menghadapi permasalahan yang dialaminya perlu kemampuan untuk dapat menanggulangi stres. Keterampilan ini biasa disebut dengan coping untuk mengurangi stress.

Strategi *coping* penyelesaian masalah yang tepat yaitu *problem focused coping* (Lazarus & Folkman, 1984). *Problem focused coping* merupakan salah satu cara penyelesaian masalah dalam menghadapi tekanan-tekanan/ kesulitan-kesulitan dengan cara langsung menghadapi *stressor* tersebut (Ramadhani, 2021). *Problem focused coping* adalah strategi yang digunakan untuk memecahkan masalah dengan mendefinisikan masalah, menghasilkan alternatif solusi, berpikir secara efektif tentang alternatif, memilih alternatif, dan fokus pada masalah. *Problem focused coping* dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Faktor internal yang mempengaruhi yakni kepribadian *hardiness*. Kepribadian *hardiness* merupakan pendekatan terhadap proses kognitif, tahan terhadap situasi stres dengan respons emosional, kognitif, dan psikologis yang melekat (Kobasa, 1979). Istri pelaut yang memiliki kepribadian *hardiness* kuat akan merasa yakin dapat mengatasi masalah, dapat bertahan, dan dapat melihat masalah sebagai tantangan dan peluang untuk berkembang. Istri memiliki keyakinan akan kemampuan untuk mengendalikan atau mempengaruhi apa yang dialaminya dianggap penting untuk dapat membantu dalam mengatasi masalah bagi istri pelaut ketika mengalami masalah. Istri pelaut yang memiliki kepribadian *hardiness* lemah akan melihat masalah sebagai sebuah beban, tidak memiliki keyakinan untuk dapat menyelesaikan masalah, dan tidak dapat mengontrol diri ketika memiliki masalah.

Selain kepribadian *hardiness*, faktor kedua yang mempengaruhi *problem focused*

coping yang diteliti adalah dari faktor eksternal yakni dukungan sosial. Penelitian ini akan berfokus pada dukungan sosial keluarga. Dukungan sosial keluarga adalah dukungan atas kenyamanan, perhatian, penghargaan, bantuan dan penerimaan dari keluarga yang membuat individu merasa dicintai (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial dari keluarga akan membuat individu merasa didukung oleh lingkungannya, kemudian segala sesuatunya akan menjadi lebih mudah dan akan membuat individu merasa lebih baik, bahagia, diperhatikan dan dicintai (Smet, 1994). Artinya banyaknya dukungan sosial keluarga yang didapatkan oleh istri pelaut akan dianggap lebih memperkuat dan membantu istri pelaut dalam mengatasi tekanan atau melakukan *problem focused coping* dimana dukungan sosial keluarga dinilai dapat menjadi pemicu dalam penggunaan *problem focused coping*.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Penelitian korelasi bertujuan untuk menggunakan koefisien korelasi untuk menyelidiki sejauh mana variasi dalam satu variabel berhubungan dengan variasi dalam satu atau lebih variabel lainnya (Azwar, 2013). Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang besarnya hubungan yang terjadi.

Partisipan Penelitian

Partisipan pada penelitian ini adalah istri pelaut yang ada di Jawa Timur yang berjumlah 70 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan teknik pengambilan sampel purposive Sampling dengan sampling jenuh. Teknik sampling jenuh adalah sampel yang representatif dari total populasi karena populasi dianggap kecil atau kurang dari 100.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan tiga skala, skala *problem focused coping*, kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga. Variabel *problem focused coping* diukur menggunakan 3 Aspek yakni: *Planful problem solving*, *Confrontative Coping*, *Seeking Social*

Support. Alat ukur pada variable ini sebanyak 34 item dengan 17 item favorable dan 17 item unfavorable.

Indikator perilaku yang digunakan untuk menyusun alat ukur kepribadian *hardiness* yang dikembangkan oleh peneliti didasarkan pada aspek kepribadian *hardiness* yang dikemukakan oleh Kobasa (1979) yakni: Kontrol, Komitmen, Tantangan. Alat ukur pada variabel kepribadian *hardiness* sebanyak 28 item dengan jumlah 14 favorabel dan 14 item *unfavorable*.

Indikator perilaku yang digunakan untuk menyusun alat ukur Dukungan Sosial Keluarga dikembangkan oleh peneliti didasarkan pada aspek dukungan sosial keluarga yakni: Dukungan Emosional, Dukungan penghargaan, Dukungan instrumental dan Dukungan informasi (Sarafino & Smith, 2014). Alat ukur pada variabel dukungan sosial keluarga yakni sebanyak 34 item dengan jumlah 17 item *favorable* dan 17 item *unfavorable*.

HASIL

Hipotesis mayor menguji hubungan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping*. Kaidah yang dapat digunakan untuk mencari hipotesis mayor yaitu jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, tetapi sebaliknya bila $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka H_a diterima (Sugiyono, 2011). Adapun hasil uji hipotesis mayor adalah sebagai berikut.

Tabel 1 Hasil Uji Hipotesis

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics			Sig.	F.
					df1	df2	Change		
1	.667	.445	.427	8.348	2	62	.000		

Berdasarkan hasil perhitungan analisa diatas diperoleh nilai r_{hitung} sebesar 0,667 yang berarti lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dan $N = 65$ yaitu 0,244

(0,667 > 0,244). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur diterima. Arah hubungan positif, artinya jika kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial tinggi maka semakin baik *problem focused coping*, sebaliknya semakin rendah kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga maka semakin buruk *problem focused coping*.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji adanya hubungan antara kepribadian *Hardiness* dan Dukungan Sosial Keluarga dengan *Problem focused coping* Pada Istri Pelaut Di Jawa Timur. Berdasarkan data penelitian yang dianalisis maka dilakukan pembahasan tentang hasil penelitian mengenai hubungan kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur.

Berdasarkan hasil uji hipotesis minor pertama, menggunakan korelasi *product moment*, menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0.000. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur.

Output SPSS juga menunjukkan nilai koefisien korelasi antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused* dalam penelitian ini mencapai $r = 0.658$. Hal ini berarti bahwa korelasi kedua variabel memiliki arah korelasi positif yang kuat. Artinya, apabila kepribadian *hardiness* kuat, maka individu cenderung memiliki *problem focused coping* yang baik. Sebaliknya, apabila kepribadian *hardiness* lemah individu cenderung memiliki *problem focused coping* yang buruk. Hasil penelitian ini serupa menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* pada istri pelaut (Kamila & Sakti, 2019; Sari, 2013).

Penelitian ini telah memiliki gambaran yang jelas karena ada korelasi antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping*. Peneliti melihat adanya persamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya dikarenakan faktor usia yang sama

yakni usia dewasa, orang dewasa cenderung lebih logis dan dewasa dalam berpikir ketika menghadapi suatu masalah. Subjek dengan kategori usia dewasa memiliki tingkat kematangan pribadi yang baik untuk bereaksi terhadap stresor, memiliki rasa aman dalam merencanakan ketika memecahkan suatu masalah, sehingga lebih mengutamakan rasionalitas dalam mengambil keputusan dan jarang menggunakan emosi/perasaan (Handayani, 2017).

Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan *Problem focused coping* Pada Istri Pelaut Di Jawa Timur. Berdasarkan hasil uji hipotesis minor kedua, menggunakan korelasi *product moment*, menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur.

Hasil analisa data juga menunjukkan nilai koefisien korelasi antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* dalam penelitian ini mencapai $r = 0.516$. Hal ini berarti bahwa korelasi kedua variabel memiliki arah korelasi positif. Korelasi positif ini berarti apabila dukungan sosial keluarga tinggi, maka individu cenderung memiliki *problem focused coping* yang baik. Sebaliknya, apabila dukungan sosial keluarga rendah, maka individu cenderung memiliki *problem focused coping* yang buruk. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang menyatakan bahwa adanya hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur (Sakti, 2015; Sinaga, 2017). Penelitian ini telah memiliki gambaran yang jelas karena adanya korelasi antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping*. Peneliti melihat adanya persamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya dikarenakan faktor usia yang sama yakni usia dewasa, dimana telah tercapainya tahap perkembangan ketika individu mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan orang lain, yang juga dapat menjadi salah satu faktor yang membuat subjek mendapat dukungan sosial (Darajati & Nurmalita, 2019).

Analisis bertujuan untuk mengetahui signifikansi korelasi antara kepribadian *hardiness* (X1) dan Dukungan Sosial Keluarga (X2) secara bersama-sama dengan

problem focused coping (Y). Pengujian hipotesis ketiga ini menggunakan korelasi ganda. Berdasarkan hasil analisis nilai signifikansi F sebesar 0,000. Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur. Besarnya sumbangsih variabel kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga secara simultan terhadap *problem focused coping* nampak pada nilai koefisien determinasinya (R^2) yaitu sebesar 0,445 yang menunjukkan besarnya kontribusi variabel kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga sebanyak 44,5% dan berarti pada penelitian ini terdapat 56,5% variabel lain yang berkontribusi dalam model ini.

KESIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan Ada hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur, Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur, Ada hubungan yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan dukungan sosial keluarga secara bersama-sama dengan *problem focused coping* pada istri pelaut di Jawa Timur.

Selanjutnya disarankan bagi istri, ketika ditinggal oleh suami berlayar istri pelaut dianjurkan untuk berusaha menjaga komunikasi dengan keluarga, sehingga ketika suami berlayar dapat meminta bantuan keluarga ketika memiliki masalah. Seperti meminta nasihat ataupun saran mengenai masalah yang dihadapi.

Bagi Suami, dianjurkan untuk memberikan arahan kepada istri untuk selalu menjaga komunikasi dengan keluarga sehingga ketika suami pergi berlayar keluarga dapat membantu ketika memiliki masalah, dan juga memberikan nasihat kepada istri agar tidak mudah menyerah mengenai permasalahan yang ada.

Bagi keluarga istri pelaut, diharapkan dapat memberikan support kepada istri pelaut dengan memberikan pertolongan kepada istri pelaut mengenai pekerjaan suami

yang tidak dapat diatasi.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor lain yang mempengaruhi *problem focused coping*, sehingga faktor lain dapat menambah sumbangsih penelitian mengenai *problem focused coping*.

REFERENSI

- Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Bachtiar, A. (2004). *Menikahlah, Maka Engkau Akan Bahagia*. Saujana.
- Darajati, & Nurmalita, Y. (2019). *Hubungan antara dukungan sosial dan Emotion Focused Coping pada remaja tuli di sekolah berasrama di kota Wonosobo* [Skripsi]. Sanata Dharma University.
- Handayani, N. (2017). *Hubungan antara Kepribadian Hardiness dengan Kecenderungan Problem Focus Coping pada Anggota Polisi* [Undergraduate Thesis]. University of Muhammadiyah Malang.
- Helmizar. (2009). *Studi Faktor Manusia Awak Kapal Terhadap Potensi Kecelakaan Feri (Studi Kasus Dari Penyebrangan Merak Bakauheni)* [Skripsi]. Universitas Indonesia.
- Hutomo, F. (2016). *Pengaruh Komitmen Karir Terhadap Kualitas Kehidupan Kerja Pada Pelaut* [Skripsi]. Universitas Negeri Semarang.
- Kamila, M. Y. , & Sakti, H. (2019). Hubungan antara Hardiness dengan Problem Focused Coping pada Ibu yang memiliki Anak Cerebral Palsy di Kota Surakarta. *Jurnal EMPATI*, 7(4), 1194–1228.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. . Springer publishing company.
- Pistole, M. C. (2010). Long distance romantic couples: an attachment theoretical perspective. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36, 115–125.
- Ramadhani, R. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa Angkatan 2015-2016 dalam Menyelesaikan Skripsi di UIN Ar-Raniry Banda Aceh*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry .
- Ramadhini, S., & Hendriani, W. (2015). Gambaran Trust pada Wanita Dewasa Awal yang Sedang Menjalani Long Distance Marriage. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4(1), 15–20.
- Sakti, E. D. D. (2015). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Coping Stress pada Siswa Akselerasi* [Skripsi]. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, R. I. (2013). Hardiness Dengan Problem focused coping Pada Wanita Karir. *Cognicia*, 1(2).
- Sinaga, M. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Problem Focused Coping pada Caregiver Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Prof. Muh. Ildrem Provinsi Sumatera Utara* [Skripsi]. Universitas Medan Area.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT. Grasindo.
- Stafford, L. (2005). *Maintaining long-distance and cross-residential relationships*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Vega, L. A. (2018). *Hubungan antara Coping Stress dengan Kecemasan pada Istri Pelaut yang*

Ditinggal Suaminya Berlayar. Universitas Katolik Soegijapranata.

Winta, M. V. I., & Nugraheni, R. D. (n.d.). Coping Stress pada Istri yang Menjalani Long Distance Married. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(2), 123–136.