

## **GAMBARAN COPING STRESS PADA PASIEN COVID-19**



**Oleh:**

Lisa Febriani

1125162941

PSIKOLOGI

### **SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2020**

## **“GAMBARAN COPING STRESS PADA PASIEN COVID-19”**

**Skripsi**

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas  
Negeri jakarta  
(2020)**

**Lisa Febriani**

### **ABSTRAK**

Fenomena COVID-19 dapat membuat stres sebagian masyarakat, terutama pasien COVID-19. Pasien COVID-19 harus menjalani isolasi selama minimal 14 hari dengan terbatasnya ruang gerak. Selain itu belum ditemukannya antivirus dan pandangan negatif dari masyarakat tentang penyakit ini akan menambah tingkat stres pada pasien COVID-19. Untuk itu tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran dan jenis *coping stress* yang digunakan pada pasien COVID-19. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus. Metode wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Subjek penelitian sebanyak 3 orang berjenis kelamin laki-laki dengan 1 orang pasien suspek dan 2 orang pasien positif COVID-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek dapat melakukan *coping* dengan baik. Ketiga subjek menggunakan gabungan *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping* dalam mengatasi stres. Berdasarkan hasil penelitian dapat tercapainya *coping* sangat dipengaruhi oleh faktor dukungan sosial.

**Kata Kunci :** *Coping Stress*, pasien COVID-19

## **“COPING STRESS IN COVID-19 PATIENTS”**

**Final Project**

**Jakarta: Psychology Major, Faculty of Education Psychology, State University of  
Jakarta  
(2020)**

**Lisa Febriani**

### **ABSTRACT**

The phenomenon of COVID-19 can cause stress for some people, especially COVID-19 patients. COVID-19 patients must undergo isolation for at least 14 days with limited access. In addition, COVID-19 vaccine has not been found and negative views from the public about this disease will increase the level of stress in COVID-19 patients. For this reason, the purpose of this study is to look at the description and types of stress coping used in COVID-19 patients. The research method used is to use a qualitative case study approach. The interview method used was semi-structured interviews. The research subjects were 3 male with 1 suspect patient and 2 positive COVID-19 patients. The results showed that the three subjects could do coping well. The three subjects used a combination of problem-focused coping and emotional-focused coping in dealing with stress. Based on the research results, the achievement of coping is strongly influenced by social support factors.

**Keywords : Coping Stress, COVID-19 patients**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING  
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Perbedaan Regulasi Emosi pada Mahasiswa dalam Pembelajaran Jarak Jauh Selama  
Pandemi COVID-19 Ditinjau dari Tahun Angkatan

Nama : Nur Shofwatun Nida  
NIM : 1125165383  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : Kamis, 13 Agustus 2020

Pembimbing I

Mira Ariyani, Ph.D  
NIP. 199206161992032038

Pembimbing II

Rahmadianty Gazadinda, M.Sc.  
NIP. 197512012006042001

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Herdiyan Maulana, M.Si. (Anggota)****		21 Agustus 2020
Lupi Yudhaningrum, M.Psi (Anggota)		21 Agustus 2020

Catatan:

\*Dekan FPPSi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## **LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertandatangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Lisa Febriani

Nomor Registrasi : 1125162941

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Gambaran Coping Stress pada Pasien COVID-19” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian saya pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi/skripsi karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 12 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan



Lisa Febriani



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
**UPT PERPUSTAKAAN**

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Lisa Febriani  
NIM : 1125162991  
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi  
Alamat email : lisafebriani32@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran Coping Stress pada Pasien COVID-19

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 04 September 2020

Penulis

( Lisa Febriani )  
nama dan tanda tangan

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala izin dan rahmat-Nya selama ini sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu saya ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dr. Lussy Dwitami Wahyuni, M.Pd., Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku dosen pembimbing I yang telah membimbing kami dengan sepenuh hati dan memberikan dukungan moril bagi kami.
7. Kak Santi Yudhistira, M.Psi., selaku dosen pembimbing II yang telah membimbing dan memberikan saran selama proses penggeraan skripsi.
8. Seluruh staff administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu kami dalam hal administrasi selama perkuliahan dan penyusunan skripsi dimasa pandemi ini.
9. Ayahanda Alm. Supiano alias Ho Tak Bun selaku orang yang paling saya sayangi yang telah memberikan kasih sayang dan dukungan penuh kepada saya sehingga saya bisa berada sampai dititik ini. Meskipun raga Papa sudah tidak berada disini tapi Papa tetap selalu ada di dalam hati saya.
10. Ibunda Yusnidar, Nenek Karim dan Selvy Naira Syafna yang telah membesarakan saya, membimbing dan menyayangi saya. Terima kasih untuk doa yang selalu diberikan kepada saya.
11. Kak R, Kak B, dan Om A yang sudah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian saya dan membagikan pengalamannya.
12. Elsha Cahyani Fadli dan Nur Shofwatun Nida selaku teman-teman yang mewarnai waktu 4 tahun saya di kampus dan banyak memberikan dukungan untuk saya selama ini.

13. Radiatan Khlila yang banyak membantu saya dan memberikan dukungan dalam proses penggerjaan skripsi ini.
14. Anggita Feby Nasution dan Indah Mustika yang menjadi teman berbagi keluh kesah saya selama proses penggerjaan skripsi dan memberikan dukungan optimis kepada saya.
15. Ahmad Salehudin, Alif Rifai, Givani Jihan, Lintang Ramdini P, Nurchaeni, Yunitalana, Dimas Anggoro selaku teman-teman sekolah yang menghiasi hidup saya dengan canda tawa dan teman berbagi disaat senang maupun sedih.
16. Teman-teman Kelas G 2016 yang memberikan banyak kenangan selama 4 tahun.
17. IZ\*ONE karena menjadi sumber kebahagiaan dan penghibur saya ketika sedang merasa sedih. Terutama Miyawaki Sakura yang menjadi *role model* bagi saya untuk bisa menggapai impian dan memotivasi saya untuk tidak menyerah.
18. Serta semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah memberi dukungan kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	i
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBERAHAN.....</b>	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	iii
<b>ABSTRAK .....</b>	iv
<b>ABSTRACT.....</b>	v
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	vi
<b>DAFTAR ISI .....</b>	viii
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	xi
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	4
2.1 <i>Coping Stress</i> .....	5
2.1.1 Definisi <i>Coping Stress</i> .....	5
2.1.2 Jenis-jenis <i>Coping</i> .....	6
2.1.3 Aspek-aspek <i>Coping</i> .....	6
2.1.4 Faktor Yang Memengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	7
2.2 COVID-19 .....	8
2.2.1 Pengertian COVID-19 .....	8
2.2.2 Definisi Kasus COVID-19.....	9
2.3 Kajian Penelitian yang Relevan.....	11
2.4 Kerangka Berpikir.....	12
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	14
3.1 Subjek Penelitian .....	14
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	14
3.3 Pendekatan Penelitian .....	14
3.3.1 Tipe Penelitian .....	14
3.4 Metode Pengumpulan Data .....	15
3.5 Prosedur Pengumpulan Data .....	15
3.5.1 Tahap Persiapan .....	15

3.5.2 Tahap Pelaksanaan .....	16
3.6 Prosedur Analisis Data .....	16
3.7 Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data .....	18
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>20</b>
4.1 Deskripsi Subjek .....	20
4.1.1. Gambaran Umum Subjek I (R) .....	20
4.1.2 Gambaran Umum Subjek II (B) .....	20
4.1.3 Gambaran Umum Subjek III (A) .....	21
4.2 Temuan Penelitian .....	22
4.2.1 Temuan Penelitian Subjek I (R) .....	22
4.2.1.1 Aspek-aspek <i>Coping Stress</i> yang digunakan oleh Subjek I (R).....	22
4.2.1.2 Faktor yang memengaruhi <i>Coping Stress</i> Subjek I (R).....	26
4.2.1.3 Kesimpulan gambaran <i>Coping Stress</i> Subjek I (R).....	28
4.2.2.2 Temuan Penelitian Subjek II (B).....	29
4.2.2.1 Aspek-aspek <i>Coping Stress</i> yang digunakan oleh Subjek II (B)....	29
4.2.2.2 Faktor yang memengaruhi <i>Coping Stress</i> Subjek II (B).....	32
4.2.2.3 Kesimpulan gambaran <i>Coping Stress</i> Subjek II (B).....	36
4.2.3 Temuan Penelitian Subjek III (A) .....	36
4.2.3.1 Aspek-aspek <i>Coping Stress</i> yang digunakan oleh Subjek III (A)..	36
4.2.3.2 Faktor yang memengaruhi <i>Coping Stress</i> Subjek III (A).....	39
4.2.3.3 Kesimpulan gambaran <i>Coping Stress</i> Subjek III (A).....	41
4.3 Dinamika Psikologis .....	41
4.3.1 Subjek I (R).....	41
4.3.2 Subjek II (B).....	43
4.3.3 Subjek III (A) .....	44
4.4 Pembahasan .....	46
4.4.1 Gambaran Umum <i>Coping Stress</i> .....	46
4.4.2 Aspek-aspek <i>problem-focused coping</i> .....	47
4.4.3 Aspek-aspek <i>emotional-focused coping</i> .....	48
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
5.1 Kesimpulan .....	50
5.2 Implikasi .....	51
5.3 Saran .....	52
5.3.1 Bagi Penelitian Selanjutnya .....	52
5.3.2 Bagi Masyarakat.....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>55</b>