

THE CORRELATION OF ATTACHMENT TO PARENTS WITH COPING STRESS AMONG 7TH GRADE OF SECONDARY SCHOOL STUDENT AT PONDOK MODERN SELAMAT KENDAL

Syani Masinta Suri, Prasetyo Budi Widodo*, Imam Setyawan*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Email: syani_masinta@yahoo.com, syanimasinta88@gmail.com

ABSTRACT

The aims of this reseach, is to find the correlation of attachment to parent with coping stress among 7th grade of secondary school student at Pondok Modern Selamat Kendal. The hypothesis of this study is a positive correlation between attachment to parent with coping stress among students.

The population of this study is 400 students of 7th grade students at Pondok Modern Selamat Kendal Secondary School with 187 students was obtained through random cluster sampling. Data collection tools used in this study is the coping stress scale (41 item valid, $\alpha = 0,898$) and attachment to parents scale (26 item valid, $\alpha = 0,849$), which has been tested on 87 of 7th grade students at Pondok Modern Selamat Kendal Secondary School.

Simple regression analysis showed a coefficient correlation at 0,658 with $p=0,000$ ($p<0,05$). Positive value of the coefficient correlation indicates that the higher value of attachment to parent, the higher the student's coping stress, and vice versa. The effective contribution value of attachment to parent with student's coping stress by 43,3 %. These results indicate that 43,3% variation of parent's coping stress was predicted by variation of attachment to parent. A percentage of 56,7% is influenced by other factors that are not revealed in this study.

Keyword: coping stress, attachment to parent

HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN TERHADAP ORANGTUA DENGAN KOPING STRES SISWA KELAS VII SMP PONDOK MODERN SELAMAT KENDAL

Syani Masinta Suri, Prasetyo Budi Widodo*, Imam Setyawan*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Email: syani_masinta@yahoo.com, syanimasinta88@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres pada siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres siswa.

Populasi dalam penelitian ini 400 siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal dengan sampel penelitian berjumlah 187 siswa yang diperoleh melalui *cluster random sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Koping Stres (41 aitem valid, $\alpha=0,898$) dan Skala Kelekatan terhadap Orangtua (26 aitem valid, $\alpha=0,849$), yang telah diuji cobakan pada 87 siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal.

Analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,658 dan $p=0,000$ ($p<0,05$). Nilai tersebut menunjukkan semakin positif kelekatan terhadap orangtua maka semakin tinggi koping stres siswa, dan sebaliknya. Sumbangan efektif kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres siswa sebesar 43,3%. Hasil ini mengindikasikan bahwa 43,3% variasi koping stres siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat dipengaruhi oleh variasi kelekatan terhadap orangtua. Sisanya sebesar 56,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata kunci: Koping Stres, Kelekatan terhadap Orangtua

PENDAHULUAN

Kehadiran pondok pesantren modern merupakan alternatif pilihan bagi orangtua sebagai tempat untuk mengembangkan nilai moral pada remaja dan mengembangkan nilai-nilai keislaman tetapi pola pendidikan yang berbentuk asrama dapat menjadi beban tersendiri bagi anak yang memasuki dunia remaja. Menurut Sulthon dan Khusnuridlo (2006, h.27), pondok pesantren modern menyelenggarakan pendidikan formal yang mencakup materi pendidikan umum dan materi pelajaran agama. Penguasaan materi pelajaran umum dan agama menjadi tantangan tersendiri bagi siswa pondok pesantren dibandingkan sekolah umum.

Transisi menuju sekolah lanjutan tingkat pertama seringkali menimbulkan stres karena terjadi bersamaan dengan transisi-transisi lainnya (Eccles dkk. dalam Santrock, 2003, h.259). Frydenberg dan Lewis (dalam Frydenberg, 2008, h.24) menyatakan remaja terutama remaja awal diidentifikasi dengan perubahan jasmani yang cepat saat terjadinya pubertas. Perubahan yang terjadi pada remaja memungkinkan terjadinya kegoncangan emosi, kecemasan, dan kekhawatiran (Yusuf, 2001, h.204). Remaja tahun pertama di SMP pondok pesantren membutuhkan kemampuan mengelola beban dan tuntutan yang ada untuk beradaptasi dengan lingkungan.

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2008, h.118), untuk menghadapi beban atau tuntutan ini dibutuhkan koping sebagai upaya untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Remaja dapat mengembangkan kemampuan koping baik untuk meredakan stresor yang dirasakan di lingkungan baru mereka. Bishop (1994, h.153) menyebutkan bahwa individu yang menggunakan koping yang efektif akan memberikan keberhasilan dalam beradaptasi terhadap tuntutan dari lingkungan, dan sebaliknya kegagalan dalam menggunakan koping yang efektif beresiko menghasilkan adaptasi yang buruk.

Wawancara terhadap guru BK SMP Pondok Modern Selamat Kendal pada tanggal 16 November 2012, menunjukkan siswa kelas VII yang telah pindah sekolah sebanyak 66 orang. Guru BK menjelaskan indikasi siswa yang keluar dari sekolah sebelumnya suka membolos pelajaran, murung dan berdiam diri saat mengalami perselisihan dengan teman sebaya, bahkan kesulitan jauh dari orangtua.

Proses koping pada dasarnya melibatkan transaksi yang terus-menerus dengan lingkungan. Proses koping merupakan serangkaian penilaian dan penilaian kembali terhadap stresor yang muncul yang berlangsung dinamis, kemudian mempertimbangkan koping yang efektif untuk berubah menyesuaikan diri dalam hubungan individu dengan lingkungannya (Lazarus & Folkman dalam Sarafino, 2008, h.118).

Koping stres dipengaruhi oleh sumber internal yang dimiliki oleh individu seperti optimisme dan kontrol psikologis serta dipengaruhi oleh sumber eksternal (Taylor, 2009, h. 182). Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi koping stres adalah dukungan sosial (Sarafino, 2008, h.125). Dukungan sosial berupa informasi yang didapat dari orang yang disayangi, dilindungi, dihormati dan dihargai yang berada dalam suatu komunitas disertai dan berlaku timbal balik (Taylor, 2009, 197).

Keluarga merupakan lingkungan pendidikan pertama yang dapat menjadi sumber dukungan sosial. Orangtua merupakan mentor pertama bagi anak dalam menjalin hubungan dan memberikan kasih sayang secara mendalam, baik secara positif atau negatif (Yusuf, 2001, h.48).

Ikatan emosi yang positif antara anak dengan orang tua sebagai figur lekat dapat membentuk kelekatan (Feldman, 2009, h.190). Kelekatan menunjukkan adanya kepercayaan anak dengan figur lekat. Pola interaksi anak dengan orangtua membentuk *internal working model* tentang dirinya dan tentang figur lekatnya. Anak pada awal kehidupan, membangun *internal working model* tentang apa yang dirasakan anak terhadap pengasuh utama mereka (orangtua) dan tentang dirinya sendiri dari hasil cara orangtua berkomunikasi dan memperlakukan diri anak tersebut.

Pengalaman kelekatan dengan figur lekat selama kanak-kanak selanjutnya mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri anak untuk mulai berani meningkatkan kompetensi sosial anak dalam berhubungan dengan orang lain (Fraley dalam Feldman, 2009, 190). Ketika remaja, terjadi pergeseran ketergantungan dari orangtua menuju ke relasi pertemanan dengan teman sebaya. Ikatan yang aman antara anak dengan orangtua menghasilkan hubungan yang positif dengan teman sebaya (Santrock, 2003, h.221). Kelekatan yang aman dengan orangtua dapat menjadi dasar rasa aman sehingga remaja merasa aman dan berani mengeksplorasi lingkungan baru serta dunia sosial yang semakin luas dalam kondisi psikis yang sehat secara psikologis (Santrock, 2003, h. 194).

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yaitu apakah ada hubungan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres pada siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui secara empiris hubungan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres pada siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal dan mengukur besaran prediktif penambahan nilai kelekatan terhadap orangtua terhadap kenaikan atau penurunan nilai koping stres.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan di bidang psikologi, terutama bagi Psikologi Pendidikan yang berkaitan dengan program Bimbingan dan Konseling; Psikologi Perkembangan yang berkaitan dengan kelekatan dan Psikologi Klinis yang berkaitan dengan kemampuan koping stres remaja awal.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa, yaitu sebagai bahan informasi untuk mengetahui gambaran mengenai koping stres pada siswa sedangkan bagi sekolah diharapkan dapat memberikan gambaran kelekatan terhadap orangtua dan koping stres sehingga dapat menjadi bahan acuan untuk meningkatkan koping stres siswa kelas VII SMP Pondok Pesantren Modern Selamat Kendal.

TINJAUAN PUSTAKA

A. Koping Stres

Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 2008, h.118) mendefinisikan koping sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola kesenjangan yang terjadi antara penilaian terhadap tuntutan yang terjadi dengan sumber daya yang dimiliki dalam menghadapi stres. Upaya koping dapat bertujuan untuk mengurangi dan menetralkan sumber stres, dengan mengurangi penilaian akan kesenjangan yang terjadi. Koping stres diukur berdasarkan aspek-

aspek dari Carver dkk. (1989, h.267; dalam Sanderson, 2004, h.129; Davison & Neale, 2001, h.189; Bishop, 1994, h.156) yaitu koping aktif, perencanaan, pembatasan aktivitas, koping pengendalian, pencarian dukungan sosial untuk mendapatkan bantuan, pencarian dukungan emosional untuk alasan emosional, penilaian kembali secara positif, penerimaan, penyangkalan, kembali ke agama.

B. Kelekatan Terhadap Orangtua

Menurut Feldman (2009, h.190), kelekatan merupakan ikatan emosi yang positif antara anak dengan figur lekat. Figur lekat anak yang pertama adalah orangtua, sehingga orangtua yang mendukung dan memberikan perlindungan serta kenyamanan akan membentuk ikatan emosi yang kekal sepanjang waktu. Pengalaman kelekatan individu dengan objek lekat yang dipelajari sejak kecil akan membentuk *internal working model*. *Internal working model* dalam teori kelekatan merupakan peta kognitif, representasi, skema individu tentang dirinya sendiri dan lingkungan (objek lekatnya). Konsep *internal working model* terbentuk dengan mengumpulkan informasi, membuat interpretasi atas pengalaman kognitif dan subjektif mengenai diri sendiri dan orang lain sebagai figur lekat dalam hidupnya (Marrone, 2000, h.71-72). Marrone (2000, h.72) menyebutkan *internal working model* terdiri dari dua aspek, yaitu: *self image* dan *other image*.

METODE PENELITIAN

Identifikasi Variabel

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu:

1. Variabel kriterium : koping stres
2. Variabel prediktor : kelekatan terhadap Orangtua

Definisi Operasional

1. Koping Stres

Koping stres merupakan kemampuan individu dalam mengelola tuntutan, dengan sumber daya yang dimiliki, untuk menghilangkan atau mengurangi kondisi stres yang berdampak pada individu.

2. Kelekatan terhadap Orangtua

Kelekatan terhadap orangtua adalah penilaian individu terhadap hubungan individu dengan orangtua dalam pemberian dukungan, kenyamanan dan keamanan anak dengan orangtua sebagai figur lekat. Kelekatan membentuk *internal working model*. *Internal working model* terbentuk mulai dari awal masa kanak-kanak, hingga remaja, bahkan orang dewasa. *Internal working model* digunakan sebagai dasar berhubungan dengan oranglain, baik orangtua, teman, guru. Penelitian ini menggunakan *internal working model* dalam membina hubungan individu dengan orangtua. Penelitian ini menggunakan aspek dari *internal working model*, yaitu *self image* dan *other image*.

Populasi dan Sampel

Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 400 orang siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal. Besarnya jumlah sampel diambil berdasarkan pada klasifikasi jumlah sampel Issac dan Michael dengan taraf kesalahan 5 %, yaitu sebanyak 186 subjek. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *cluster random sampling* (Sugiyono, 2007, h.71). Teknik *cluster random sampling* dilakukan dengan cara memilih secara acak kelas-kelas yang akan dijadikan sampel penelitian kemudian menjadikan individu yang terdapat dalam masing-masing kelas sebagai sampel penelitian.

Analisa Data

Penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan menggunakan program komputer SPSS versi 16.0. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara Kelekatan terhadap Orangtua dengan Koping Stres siswa Kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal. Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional regresi sederhana. Analisis ini akan menguji taraf signifikansinya dan mencari sumbangan efektif variabel prediktor terhadap variabel kriterirum serta mencari persamaan garis regresi untuk meramalkan besarnya nilai Y (koping stres) berdasarkan nilai X (Kelekatan terhadap Orangtua).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Uji Normalitas

Berdasarkan uji normalitas terhadap variabel koping stres diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,502 dengan nilai $p=0,963$ ($p>0,05$). Karena nilai $p > 0,05$, maka hasil sebaran data koping stres memiliki distribusi normal. Uji normalitas terhadap kelekatan terhadap orangtua diperoleh nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 1,200 dengan nilai $p=0,112$ ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kelekatan terhadap orangtua berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Hasil analisis data menunjukkan nilai F sebesar 141,193 dengan signifikansi 0,000 ($p<0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres berbentuk linear.

3. Uji Hipotesis

Hasil analisis regresi menunjukkan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) antar kedua variabel sebesar 0,658 dengan tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$), yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres pada siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal. Nilai arah hubungan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres adalah positif, artinya bahwa semakin positif kelekatan terhadap orangtua maka semakin tinggi koping stres, sebaliknya semakin negatif kelekatan terhadap orangtua maka semakin rendah koping stres siswa kelas VII SMP tersebut.

Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan hipotesis yang diajukan oleh peneliti **diterima**, yaitu bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal.

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai R square sebesar 0,433 yang dapat diartikan kelekatan terhadap orangtua memberikan sumbangan efektif sebesar 43,3 %. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi variabel koping stres sebesar 43,3% dapat diprediksi

oleh variabel kelekatan terhadap orangtua. Sisanya 56,7 % ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hasil tersebut senada dengan hasil riset Morretti dan Peled (2004, h.551) tentang peranan kelekatan terhadap orangtua dalam penyesuaian diri yang sehat bagi remaja. Keberhasilan anak untuk menjadi mandiri difasilitasi oleh kelekatan yang aman dan kontak emosional dengan orangtua.

Kamkar dkk. (2012, h.3) juga menunjukkan dalam penelitiannya, bahwa remaja yang merasa cemas dalam kelekatan terhadap kedua orangtuanya, dapat lebih meningkatkan gejala depresi. Oleh karena itu, orangtua berperan dalam membangun hubungan kelekatan yang aman. Pengalaman kelekatan anak dengan orangtua telah dipelajari sejak kecil dan membentuk *internal working model*. Kumuplan informasi dan interpretasi pengalaman kognitif anak tentang dirinya dan orangtua sebagai figur lekat membentuk suatu representasi, skema tentang dirinya sendiri dan lingkungan (Marrone, 2000, h.71-72).

Anak dengan kelekatan yang aman, merasa mendapatkan rasa aman yang mempengaruhi strategi regulasi dalam dirinya dengan tumbuhnya optimisme terhadap manajemen stres, berkembangnya rasa percaya pada kebaikan oranglain, sehingga meningkatkan keyakinan diri seseorang dalam menghadapi tekanan (Mikulincer & Shaver dalam Cassidy & Shaver, 2008, h.23).

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang positif antara kelekatan terhadap orangtua dengan koping stres siswa. Semakin positif kelekatan terhadap orangtua, maka koping stres semakin tinggi. Sebaliknya semakin negatif kelekatan terhadap orangtua, maka semakin rendah koping stres siswa. Sumbangan efektif yang diberikan variabel antara kelekatan terhadap orangtua terhadap koping stres siswa kelas VII SMP Pondok Modern Selamat Kendal sebesar 43,3%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa kelas VII.

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi siswa agar lebih membuka diri, mencoba menjalin persahabatan dengan teman-teman baru sehingga bisa saling berbagi masukan atas situasi yang dihadapi untuk mengembangkan kemampuan coping siswa.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat mengembangkan kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kebersamaan, meningkatkan iklim sekolah yang positif seperti kegiatan pentas seni, *outbond*, *family gathering* ataupun wisata siswa agar dapat mengembangkan kedekatan dengan siswa untuk meredakan stresor yang dihadapi siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama, disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor lain yang diduga turut berperan dan mempengaruhi coping stres, yaitu *self efficacy*, optimisme, *hardiness*, serta *internal locus of control*.

DAFTAR PUSTAKA

Bishop, G.D.(1994). *Integrating Mind and Body*. Boston: Allyn and Bacon.

Carver, C.S., Scheir, F.M. & Weitraub, J.K. (1989). Assesing Coping Strategies: A Theoritically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, (2), 267-283.

Cassidy, J. & Shaver,P.R (2008). *Handbook of Attachment*. New York: Guilford Press.

Feldman, R.S. (2009). *Development Across the Life Span (5th Ed.)*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Frydenberg, E. (2008). *Adolescent coping*. London: Routledge.

Kamkar, K., Doyle, A.B & Markiewicz. (2012). Insecure Attachment to Parents and Depressive Symptoms in Early Adolescence: Mediataing Roles of Altribution and Self Esteem. *International Journal of Psychological Studies*, 4, (2), 3-14.

Marrone, M. (2000). *Attachment and Interaction*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Moretti, M.M. & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bond that support healty development.*Paediatr*, 9(8), h.551-555.

Sanderson, C.A. (2004). *Health Psychology*. Massachussets: John Wiley & Sons, Inc.

- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E.P. (2008). *Health Psychology: Biopsychology Interactions*. New Jersey: The College of New Jersey.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulton, H.M. & Khusnuridlo, M. (2006). *Manajemen Pondok Pesantren dalam Perspektif Global*. Yogyakarta: LaksBang Pressindo.
- Taylor, S.E. (2009). *Health Psychology*. New York: Mc Grw Hill.
- Yusuf, S. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.