

**COPING STRESS PADA LESBIAN YANG MENGALAMI  
PUTUS CINTA**

SKRIPSI

Vania Wibowo

14.E1.0039



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2019

# **COPING STRESS PADA LESBIAN YANG MENGALAMI PUTUS CINTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian Dari Syarat – Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :

Vania Wibowo  
14.E1.0039



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

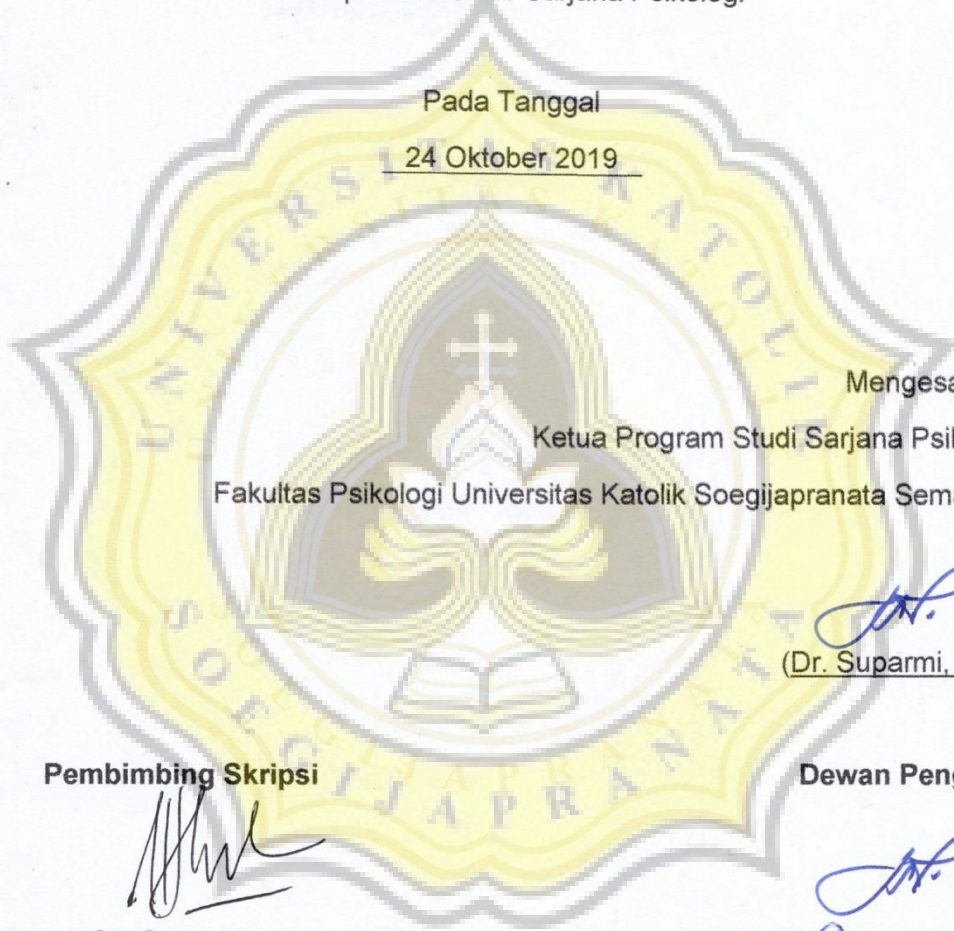
2019

## HALAMAN PENGESAHAN

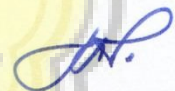
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan  
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat – syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

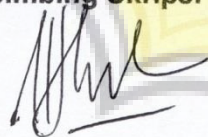
24 Oktober 2019




Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

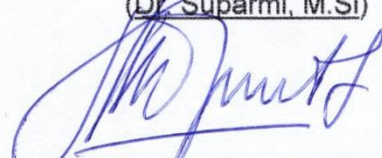
  
(Dr. Suparmi, M.Si)


**Pembimbing Skripsi**

  
(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

**Dewan Penguji**

  
(Dr. Suparmi, M.Si)

  
(Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si)

  
(Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes)

## PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 10 Januari 2020

Yang menyatakan



Vania Wibowo

14.E1.0039

## Kata Pengantar

Puji syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kesehatan dan berkat yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini sebagai syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1) pada Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang penulis hadapi. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan kepada pihak – pihak yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.kes selaku dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan laporan skripsi
2. Th. Dewi Setyorini selaku wali kelas 01 yang sudah memberikan ilmu dan wejangan kepada teman – teman seperjuangan khususnya kelas 01 angkatan 2014
3. Seluruh dosen Universitas Katolik Soegijapranata yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi penulis dalam menyusun penulisan skripsi
4. Seluruh staff perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata yang telah membantu dan melancarkan proses peminjaman buku terkait dalam penulisan skripsi
5. Kedua orang tua, kakak, dan adik yang selalu memberikan semangat dan doa kepada penulis
6. Rose, Violeta, Tanti, Dewi, Bang Adit, Prita, Anju dan semua teman – teman seperjuangan yang telah memberikan semangat kepada penulis
7. Tasya, Arum, SJ, Audrey, dan teman – teman kelas 01 angkatan 2014 yang telah menyemangati dan saling menguatkan saat penulis mulai lelah
8. Kekasih penulis yang selalu menyemangati, membantu mencari referensi yang mendukung dalam penulisan skripsi

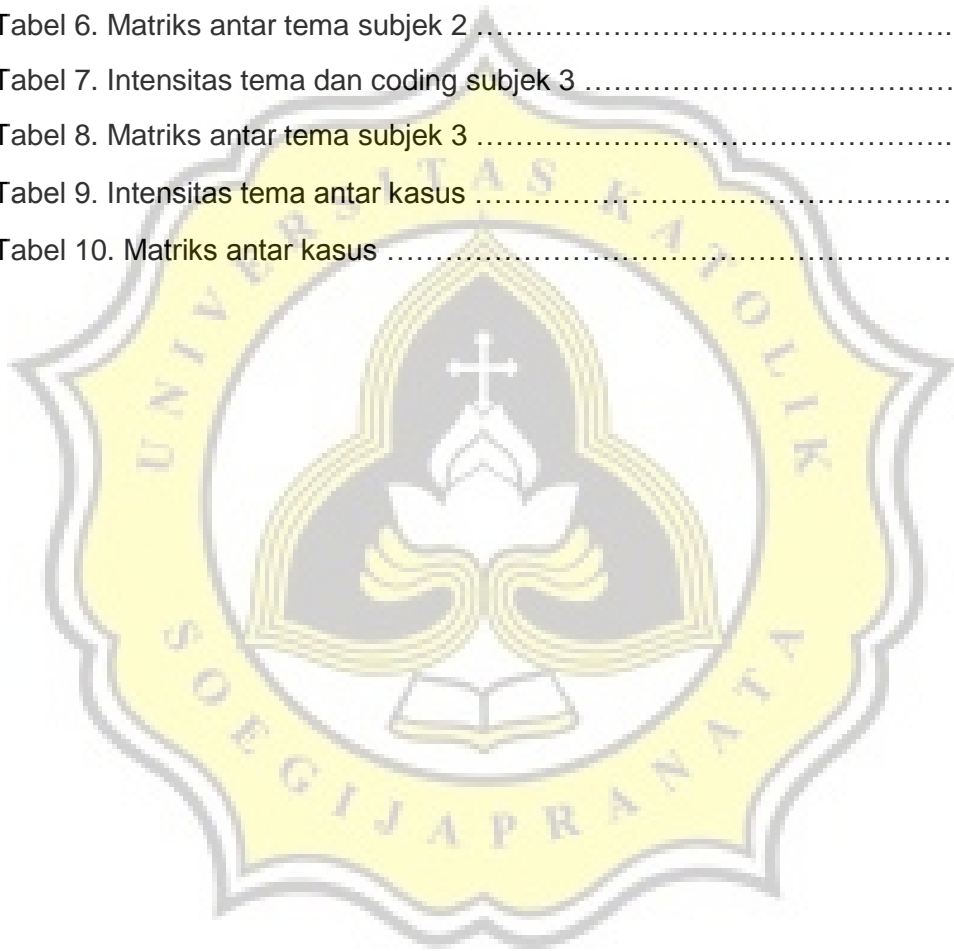
Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu melancarkan penulis dalam menyusun laporan ini.

## Daftar Isi

Judul .....	i
Halaman Pengesahan .....	ii
Pernyataan Bebas Plagiasi .....	iii
Kata Pengantar .....	iv
Daftar Isi .....	v
Daftar Tabel .....	vi
Daftar Gambar .....	vii
Daftar Lampiran .....	viii
Abstrak .....	ix
Abstract .....	x
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.01. Latar Belakang Masalah .....	1
1.02. Identifikasi masalah .....	6
1.03. Tujuan Penelitian .....	6
1.04. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
2.01. <i>Coping Stress</i> .....	7
2.01.01. Pengertian <i>Coping stress</i> .....	7
2.01.02. Strategi <i>Coping stress</i> .....	9
2.01.03. Faktor yang mempengaruhi <i>coping stress</i> .....	12
2.02. Lesbian Putus Cinta .....	14
2.03. Skema Pikir <i>coping stress</i> pada lesbian yang mengalami putus cinta .....	15
BAB III METODE PENELITIAN .....	19
3.01. Metode Pendekatan Penelitian .....	19
3.02. Tema Yang Diungkap .....	19
3.03. Subjek Penelitian .....	19
3.04. Metode Pengumpulan Data .....	19
3.04.01. Teknik Yang Digunakan .....	19
3.04.02. Metode Keabsahan Data .....	20
3.05. Analisis Data .....	21
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	23
4.01. Orientasi Kancan .....	23
4.02. Persiapan Pengumpulan Data .....	24
4.03. Pelaksanaan Pengumpulan Data .....	24
4.04. Hasil Pengumpulan Data .....	26
BAB V PEMBAHASAN .....	51
5.01. Hasil Penelitian .....	51
5.01.01. Intensitas Tema antar Kasus .....	51
5.01.02. Matriks antar Tema .....	52
5.02. Pembahasan .....	52
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....	57
6.01. Kesimpulan .....	57
6.02. Saran .....	58
Daftar Pustaka .....	60
Lampiran .....	64

## Daftar Tabel

Tabel 1. Jadwal pelaksanaan pengumpulan data .....	25
Tabel 2. Jadwal wawancara triangulasi subjek .....	26
Tabel 3. Intensitas tema dan coding subjek 1 .....	32
Tabel 4. Matriks antar tema subjek 1 .....	33
Tabel 5. Intensitas tema dan coding subjek 2 .....	41
Tabel 6. Matriks antar tema subjek 2 .....	41
Tabel 7. Intensitas tema dan coding subjek 3 .....	47
Tabel 8. Matriks antar tema subjek 3 .....	48
Tabel 9. Intensitas tema antar kasus .....	51
Tabel 10. Matriks antar kasus .....	52



## Daftar Gambar

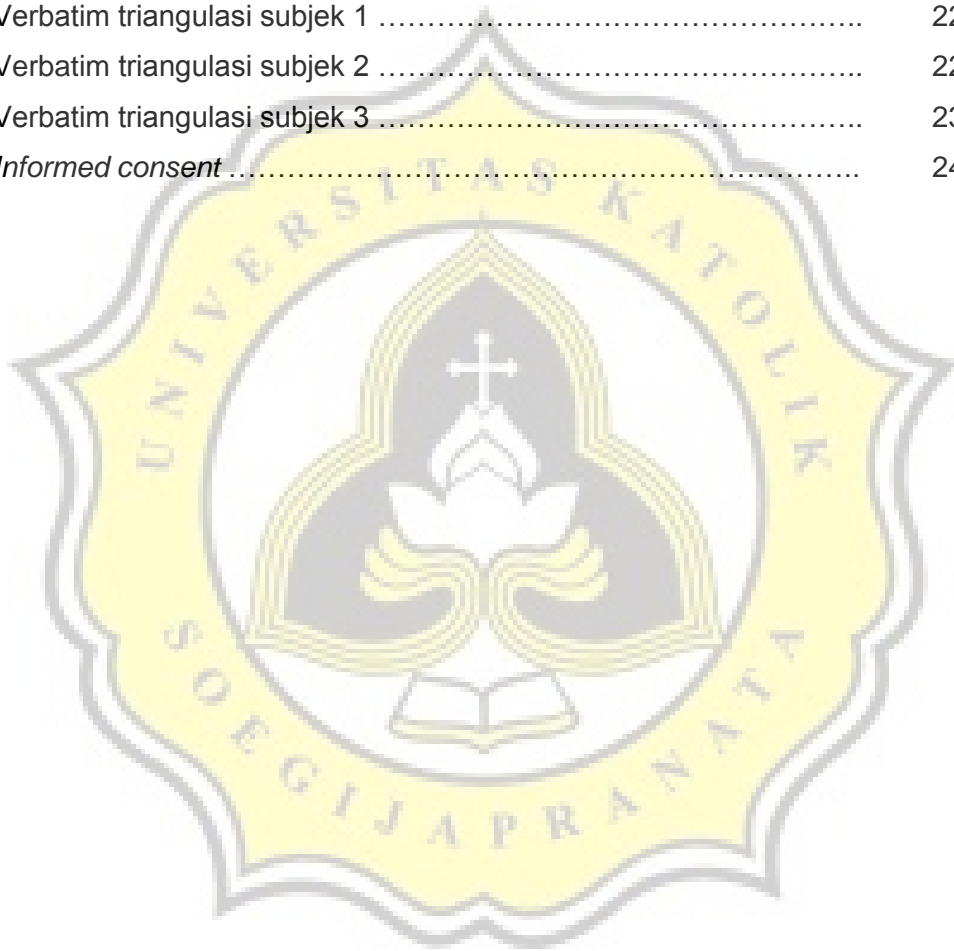
Bagan 1. Skema pikir <i>coping stress</i> pada lesbian yang mengalami putus cinta .....	18
Bagan 2. Skema pikir <i>coping stress</i> subjek 1 .....	35
Bagan 3. Skema pikir <i>coping stress</i> subjek 2 .....	43
Bagan 4. Skema pikir <i>coping stress</i> subjek 3 .....	50
Bagan 5. Skema pikir <i>coping stress</i> seluruh subjek .....	56





## Daftar Lampiran

Daftar pertanyaan wawancara .....	65
Angket terbuka .....	67
Verbatim wawancara subjek 1 .....	69
Verbatim wawancara subjek 2 .....	148
Verbatim wawancara subjek 3 .....	187
Verbatim triangulasi subjek 1 .....	220
Verbatim triangulasi subjek 2 .....	229
Verbatim triangulasi subjek 3 .....	238
<i>Informed consent</i> .....	245



## Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya kaum lesbian menunjukkan hubungan dan orientasi seksual mereka kepada masyarakat luas. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengungkap *coping stress* yang dilakukan kaum lesbian pada saat mengalami putus cinta. Penelitian ini merupakan jenis metode penelitian kualitatif fenomenologis. Pada penelitian ini, subjek penelitian yang digunakan merupakan tiga orang subjek yang memiliki kriteria (1) mengakui dirinya sebagai seorang lesbian, (2) telah mengalami putus cinta hingga *stress* maksimal dua tahun terakhir (3) sudah terjun dalam dunia homoseksual minimal selama dua tahun, dan (4) pernah menjalin hubungan dengan lawan jenis mereka. Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan angket terbuka yang dilakukan di sebuah café di Semarang. Data yang sudah didapatkan ini dianalisis dengan analisis horizonsalisasi, pengkodean dan penentuan tema sehingga didapati benang merah yang menjawab pertanyaan penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek memilih melakukan jenis *coping* sehat seperti (1) memenejemen waktu, (2) menyeimbangkan waktu bermain dan bekerja, (3) olahraga, (4) menulis, (5) *family time* dan lain sebagainya. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak semua lesbian yang mengalami putus cinta melakukan jenis *coping stress* yang tidak sehat. Adapula faktor yang mempengaruhi yaitu faktor internal (kepribadian, hati yang terbuka, dorongan diri) dan faktor eksternal (keluarga, teman, dan lain sebagainya)

**Kata kunci:** *coping stress*, lesbian, putus cinta

## Abstract

This research is motivated by the number of lesbians who have begun to show their relationship and their sexual orientation to the wider community. The purpose of this study is to reveal *stress* coping done by lesbians when experiencing a breakup. This research is a type of qualitative research method. In this study, the research subjects used were three subjects who had the criteria of (1) recognizing themselves as a lesbian, (2) having experienced a breakup to the maximum *stress* of the last two years (3) having been involved in the homosexual world for at least two years, and (4) have had relationships with the opposite sex. The method of data collection is done through interviews and open questionnaires conducted at a café in Semarang. Data that has been obtained, analyzed with a semiotik approach, coding and determining the theme so that found a common thread that answers research questions. The results of this study indicate that the three subjects chose to do healthy coping types such as (1) time management, (2) balancing playing and working time, (3) sports, (4) writing, (5) family time and so forth. Based on these results, it can be concluded that not all lesbians who experience a breakup do unhealthy coping *stress* types. There are also influencing factors, namely internal factors (personality, open heart, self-encouragement) and external factors (family, friends, etc).

**Keywords:** *coping stress, lesbians, breakups*