

BAB IV

PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

4. Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian

4.1. Orientasi Kanchah

Peneliti melakukan penelitian tentang coping stress pada anak yang mempunyai pengalaman trauma perceraian di Kota Semarang. Penelitian melibatkan subjek yang mempunyai pengalaman trauma perceraian yang berusia 21-25 tahun. Peneliti mengambil tiga subjek yaitu ME dijadikan subjek pertama, SL dijadikan subjek kedua, dan FH dijadikan subjek ketiga.

Kanchah dari penelitian ini yaitu di Kota Semarang, khususnya berada dikediaman masing-masing ketiga subjek yang berdomisili di Semarang. Tempat wawancara subjek pertama di Jalan Mintojiwo II, Semarang Barat, subjek kedua di Janji Jiwa Café, Sendangmulyo, dan subjek ketiga di dua tempat yang berbeda yaitu di Jalan Klentengsari, Tembalang dan di Kofinary Café, Tembalang, Kota Semarang.

Tabel 4.1 Gambaran Subjek

No	Subjek	Status	Umur	Jenis Kelamin
1.	ME	Bekerja	24	Perempuan
2.	SL	Mahasiswi	20	Perempuan
3.	FH	Mahasiswa	22	Laki-laki

4.2. Persiapan Pengumpulan Data

Persiapan penelitian merupakan hal penting guna memperoleh data dan informasi yang dibutuhkan pada penelitian. Dalam mempersiapkan pengumpulan data, terdapat beberapa tahap sebagai berikut:

1. *Pre-eliminatory* dilakukan peneliti jauh sebelum penelitian dimulai. Awalnya, peneliti melakukan wawancara terhadap dua subjek yang mempunyai pengalaman trauma perceraian. Dari hasil wawancara, didapatkan emosi-emosi negatif dan stress pada subjek. Emosi negatif tersebut tentunya harus diatasi dengan baik sehingga peneliti juga menanyakan koping stress yang digunakan.
2. Tiga subjek penelitian yaitu anak yang mempunyai pengalaman trauma perceraian serta tiga subjek lainnya seperti orangtua atau teman sebagai data triangulasi
3. Menyiapkan informed consent sebagai bukti pernyataan persetujuan subjek untuk dijadikan subjek pada penelitian ini serta menyampaikan akan dijamin kerahasiaannya.
4. Menyiapkan pedoman wawancara untuk mempermudah dalam proses wawancara. Pedoman wawancara berisi meliputi identitas subjek dan keluarga, ciri-ciri trauma dan koping stres yang digunakan subjek ketika teringat perceraian orangtuanya.
5. Menyiapkan pedoman observasi untuk mendukung hasil wawancara. Hal yang akan diobservasi meliputi bahasa yang digunakan subjek, intonasi yang digunakan subjek saat wawancara, mimik wajah subjek, perilaku subjek saat diwawancara, bahasa tubuh yang muncul dari subjek

6. Kertas dan bolpoin guna mencatat saat proses wawancara berlangsung.
7. Alat perekam dan handphone guna merekam hasil wawancara dan observasi

4.3. Pengumpulan Data Penelitian

Pengumpulan data penelitian ini berupa hasil wawancara dan observasi. Wawancara dilakukan dua kali kepada semua subjek. Wawancara subjek satu dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2020 dan 5 September 2020, subjek kedua dilakukan pada tanggal 30 Agustus 2020 dan 2 September 2020, dan subjek ketiga dilakukan pada tanggal 31 Agustus 2020 dan 6 September 2020.

Sedangkan observasi dilakukan peneliti saat wawancara berlangsung untuk melihat reaksi atau respon spontan yang muncul.

Selain pengumpulan data dari subjek, peneliti juga akan mendapatkan data dari orang terdekat masing-masing subjek. Pengumpulan data pada orang terdekat subjek digunakan sebagai bukti triangulasi. Peneliti akan melakukan wawancara sebanyak satu kali pada orang terdekat masing-masing subjek.

Tabel 4.2 Data pengumpulan subjek

Subjek	Wawancara I		Waktu	Wawancara II		Waktu	Observasi Waktu
	Waktu	Tempat		Waktu	Tempat		
1. ME	25 Agustus 2020	Jalan Mintojiwo II, Semarang Barat (rumah saudara subjek)	13.00 - 13.48	5 September 2020	Jalan Mintojiwo II, Semarang Barat (rumah saudara subjek)	14.00 - 15.00	25 Agustus & 5 September 2020
2. DY (tema subjek ME)	27 Agustus 2020	Jalan Klentengsari I, Tembalang	10.00 - 10.20				
3. SE	30 Agustus 2020	Janji Jiwa Kafe, Sendangmulyo	13.00 - 13.30	2 September 2020	Janji Jiwa Kafe, Sendangmulyo	19.00 - 19.30	30 Agustus & 2 September 2020
4. RL (tema subjek SE)	30 Agustus 2020	Valente Sport Center, Banyumanik	19.00 - 19.30				
5. FH	31 Agustus 2020	Jalan Klentengsari I, Tembalang (rumah teman subjek)	16.00 - 16.30	6 September 2020	Kofinary Kafe, Tembalang	16.00 - 16.30	31 Agustus & 6 September 2020
6. AN (tema subjek FH)	31 Agustus 2020	Jalan Klentengsari I, Tembalang	15.00 - 15.15				

4.3.1. Informed Consent

Peneliti menggunakan informed consent sebagai bukti kesediaan subjek untuk menjadi subjek dalam penelitian ini. Dalam informed consent juga disebutkan perihal terjaminnya kerahasiaan antara subjek dan peneliti.

4.3.2. Perlengkapan Penelitian

Perlengkapan penelitian yang digunakan peneliti meliputi alat perekam, bolpoin dan kertas.

4.4. Hasil dan Analisis Setiap Kasus

4.4.1. Subjek 1

Tabel 4.3 Data Identitas Subjek 1

Inisial	ME
Usia	24
Jenis Kelamin	Perempuan
Status	Bekerja
Status tinggal	Tinggal dengan ibu kandung

4.4.1.1. Hasil Wawancara

a. Latar Belakang

Sebelum perceraian orangtua subjek ME terjadi, subjek ME lupa mengenai kisah hidupnya sebelum perceraian orangtuanya, subjek ME hanya ingat tentang pertengkaran orangtuanya. Subjek ME mengatakan bahwa ia hanya dapat ingat hal tersebut karena ia mempunyai kecenderungan mudah lupa dengan memori kehidupannya, termasuk masa kecil subjek ME. Ayah subjek ME merupakan seorang pebisnis dan ibu subjek merupakan seorang ibu rumah tangga. Perceraian yang menimpa keluarganya disebabkan keadaan ekonomi yang mulai memburuk, ayah

subjek mengalami kebangkrutan dan ibu subjek tidak bisa menerima hal itu. Subjek ME menambahkan bahwa ibu subjek sering pergi kediskotik dan selalu berpenampilan *glamour*. Hal tersebut yang membuat ayah subjek marah dan terjadi pertengkaran selama dua tahun sebelum perceraian terjadi. Hingga ibu subjek memutuskan untuk mengurus segala hal yang diperlukan untuk bercerai dengan ayah subjek. Pada tahun 2005 orangtua subjek ME resmi bercerai. Mulai saat itu hingga sekarang ME tinggal dengan ibu kandungnya.

Setelah berpisah, subjek ME tinggal dengan ibunya. Ayah subjek juga kembali hidup sendiri tanpa memiliki seorang istri. Ketika subjek ME duduk dibangku SMP, ibu subjek memutuskan untuk menikah siri dengan seorang laki-laki yang menjadi ayah tiri subjek ME. Pernikahan siri tersebut dilakukan karena subjek ME baru mengetahui jika ayah tiri subjek ME sudah mempunyai istri yang sah. Subjek ME mengaku merasa kecewa karena dua hal. Hal pertama yaitu ibu subjek tidak memberitahu subjek bahwa ibunya akan menikah dengan seorang laki-laki yang menjadi ayah tirinya sekarang. Subjek ME merasa sedih karena tidak dianggap dan dihargai sebagai anak. Hal kedua yaitu subjek ME merasa kecewa karena ketidakjelasan alasan ibu subjek menikah secara siri. Subjek ME mengatakan hal tersebut dapat terjadi karena subjek tidak dekat bahkan tidak nyaman jika berada didekat ibu subjek.

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari, karena ibu subjek tidak bekerja, ibu subjek ME hanya mengandalkan uang sewa kos. Kos-kosan tersebut merupakan warisan dari nenek subjek yang baru meninggal pada tahun 2017. Selain dari hasil uang sewa, ayah tiri subjek juga tidak memberikan nafkah kepada ibu subjek. Subjek ME mengatakan bahwa ayah tirinya tidak bertanggung jawab sebagai suami, namun

begitu, kembali lagi subjek ME menyadari bahwa ayah tirinya mempunyai istri yang sah.

b. Trauma

a) Reaksi fisik

Subjek ME akan kambuh jika ada sesuatu yang memicunya tentang perceraian orangtuanya dengan menunjukkan reaksi fisik seperti jantungnya berdegup kencang, tangannya basah, sesak nafas, badannya lemas dan mudah lelah karena energi yang dikeluarkan saat kumat berlangsung. Subjek ME juga mengatakan bahwa yang terburuknya dari kambuh tersebut yaitu subjek akan mual dan muntah.

b) Reaksi mental

Subjek ME mengatakan bahwa subjek lupa ingatan saat ia kambuh atau mengalami *panik attack*, yang mana hal tersebut terjadi saat subjek *ketriggered* pada peristiwa perceraian orangtuanya.

Subjek ME juga mengatakan subjek ME menjadi anak yang susah percaya terhadap orang lain hingga sekarang. Hal tersebut memperlihatkan reaksinya bahwa subjek ME memiliki rasa waspada yang tinggi atau *hypervigilance*.

Subjek ME juga memiliki pemahaman saat kecil bahwa subjek ME tidak boleh menceritakan masalahnya kepada temannya atau orang lain hingga sekarang, karena hal tersebut sudah ditanamkan oleh mamahnya sejak kecil bahwa subjek ME tidak boleh menceritakan masalahnya atau ME akan dimarahi oleh mamahnya. Hal tersebut memperlihatkan reaksinya bahwa subjek memiliki perubahan cara berpikir tentang diri sendiri.

Selain itu, subjek ME juga memperlihatkan reaksinya mengenai perubahan cara berpikir tentang dunia bahwa menikah itu tidak berguna dan ME mengatakan bahwa subjek ME sangat anti ketika ada orang membicarakan masalah tentang kehidupan asmara baik berpacaran atau kehidupan pernikahan.

c) Reaksi emosi

Reaksi emosi yang muncul pada ME lebih mendominasi dibandingkan dengan reaksi yang lain. Reaksi emosi yang muncul antara lain kesedihan, takut, merasa tidak berdaya, merasa hampa, memiliki perasaan yang intens atau ekstrim (ketergantungan), kemarahan, kecewa, dan merasa memiliki jarak emosional dari orang lain.

d) Reaksi tingkah laku

ME mengatakan bahwa ia memiliki ketidakmampuan dalam membuat teman baru dan bergabung dalam kehidupan sosial, karena subjek ME merasa bahwa subjek tidak begitu penting. Hal ini terbukti saat subjek ME menceritakan bahwa saat subjek

ME duduk dibangku SMP subjek menjadi anak *bullyan*. Hal tersebut memperlihatkan reaksi menjadi ditarik atau terisolasi dari orang lain.

Selain itu, subjek ME mengatakan subjek ME mudah kaget saat mamahnya menggunakan nada tinggi, suara keras, dan mengangkat tangannya hingga subjek ME dewasa.

c. Koping Stres

Koping yang digunakan oleh ME meliputi Problem Focused Coping dan Emotion Focused Coping. Problem Focused Coping yang digunakan oleh ME yaitu Seeking Social Support, yang mana ME mencari dukungan social dari lingkungan sekitarnya. Hal tersebut diungkapkan oleh ME bahwa ME akan meminta pertolongan kepada lingkungan sekitarnya khususnya teman-teman ME ketika ME butuh untuk menceritakan masalah yang terjadi.

Sedangkan, Emotion Focused Coping yang digunakan oleh ME antara lain *Positive Reappraisal*, *Accepting Responsibility*, *Self-Controlling*, dan *Avoidance*. *Postive Reappraisal* dan *Accepting Responsibility* yang dimaksud adalah pemaknaan positif pada suatu peristiwa serta mampu mendudukan peran dalam suatu situasi atau masalah, hal ini digunakan ME karena ia sudah mampu menerima dan memiliki pengertian bahwa perceraian orangtuanya adalah hal yang terbaik untuk keduanya. *Self-controlling* yang dimaksud adalah mampu meregulasi baik dalam pikiran maupun tindakan, dalam hal ini ME akan melakukan distraksi ketika ia mulai teringat peristiwa perceraian orangtuanya dengan cara melakukan meditasi, mengatur nafas, olahraga, membersihkan kamar dan membaca buku. Selain itu, ME juga memiliki pemikiran

hendak bunuh diri serta bayangan ketika pisau menusuk dirinya, yang mana hal tersebut masuk dalam *Avoidance*.

d. Triangulasi

DY merupakan saudara sepupu dari keturunan ibu subjek ME. Tempat tinggal DY juga berdekatan dengan rumah subjek. DY menjadi orang terdekat subjek ME karena DY mengerti cerita permasalahan perceraian subjek ME. DY mengatakan bahwa subjek ME adalah orang yang sangat tertutup dan jarang menceritakan masalahnya kepada oranglain. Menurutnya, hal tersebut mengakibatkan ME harus merasakan stres karena ketidakmampuannya menceritakan apa yang terjadi disaat subjek ME masih kecil. DY mengaku sering melihat subjek ME kambuh, saat subjek ME kambuh, DY selaku saudara dan orang terdekat hanya bisa menenangkan dan menemaninya. DY mengatakan hal yang dapat membuat subjek ME lebih baik yaitu menceritakan masalah kepada temannya, merokok, dan main game. DY juga mengatakan bahwa peristiwa perceraian orangtuanya mengubah hidup subjek ME, yang dahulunya terpuruk penuh dengan kesedihan, sekarang subjek ME mulai berubah kearah yang lebih baik.

4.4.1.2. Hasil Observasi

Sebelum melakukan pengumpulan data, peneliti dan subjek ME menentukan tanggal dan tempat untuk wawancara serta observasi. Ketika diskusi dalam menentukan tempat, subjek ME mengatakan bahwa ia tidak bersedia melakukan wawancara dirumahnya. Subjek ME menambahkan alasan tidak bersedia melakukan pengumpulan data dirumahnya dikarenakan subjek ME tidak mau ibu subjek

mengetahui teman-teman dari subjek. Subjek ME juga mengatakan merasa tidak nyaman jika melakukan wawancara dirumah subjek karena ada ibu dari subjek ME. Hingga akhirnya peneliti dan subjek sepakat melakukan wawancara serta observasi dirumah saudara subjek ME yang mana tinggal bersebelahan dengan tempat tinggal subjek ME.

Pada wawancara pertama tanggal 25 Agustus 2020, subjek datang menggunakan kaos berwarna putih, celana pendek berwarna hitam, menggunakan aksesoris *ear piercing* disalah satu telinganya serta rambut yang tidak disisir. Subjek datang pukul 13.00 WIB. Subjek ME bercerita bahwa ia baru bangun tidur siang dan meminta maaf atas keterlambatannya. Sebelum melakukan wawancara, subjek mengisi *informed consent* yang sudah disediakan oleh peneliti. Setelah itu, peneliti mengungkapkan maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan. Ketika wawancara berlangsung, subjek ME terlihat bernafas dengan tersengal-sengal saat menceritakan mengenai pertengkaran orangtuanya. Subjek ME mengatakan “aku lagi disebelahnya tapi tetep dianu”. Subjek ME mencoba menjelaskan bahwa subjek berusaha untuk menemani ibunya namun subjek ME tidak berdaya untuk memisahkan kedua orangtuanya yang sedang bertengkar. Selanjutnya, ME mengatakan “iya didepanku persis” dengan nada menurun. Subjek ME terlihat merasakan kesedihan ketika mengingat saat melihat secara langsung didepannya pertengkaran orangtuanya yang terus terjadi pada masa kecilnya. Subjek ME juga memperlihatkan bahwa suaranya bergetar saat mengatakan bahwa ia tidak pernah diberi kasih sayang oleh ibunya, yang mana tinggal dengan ME hingga sekarang. Hal tersebut memperlihatkan reaksi kesedihan ME.

Subjek ME secara terang-terangan dan memperlihatkan tangannya yang bergetar saat menceritakan pertengkaran orangtuanya dalam wawancara. Hal ini dikarenakan subjek ME merasa gelisah saat menceritakan pertengkaran orangtuanya. Subjek ME juga terlihat menelan ludah dan mimik wajah yang tegang ketika subjek menjelaskan bahwa ia takut papah kandungnya pergi untuk kesekian kalinya karena ketidakmampuan subjek ME menuruti permintaan-permintaan ayahnya seperti melanjutkan kuliah yang sempat terputus.

ME melakukan penekanan kata saat mengatakan ‘gabisa deket sama orang gitu, padahal aku pengen” hal tersebut dapat dilihat bahwa ME sangat ingin bergabung ataupun memiliki teman, namun, ME tetap merasa takut ketika tidak sesuai dengan standar yang dimiliki temannya ataupun takut ditolak secara social. ME juga melakukan penekanan kata saat mengatakan “aku takut *over sharing* tuh curhatnya berlebihan” “Itu kalau aku ketemu sama orang aku bisa bergantung”. Hal itu berarti subjek ME memiliki ketakutan untuk *sharingkan* atau menceritakan masalahnya kepada orang lain, karena subjek takut membuat orang yang akan diceritakan merasa tidak nyaman dan ME juga merasa takut jika orang tersebut pergi meninggalkannya atas cerita yang diberikan subjek ME kepada temannya.

Pada wawancara kedua tanggal 5 September 2020, subjek datang dengan baju berwarna tosca pudar, celana pendek berwarna hitam, dengan rambut yang tidak disisir. Subjek datang pada pukul 14.00 WIB. Subjek mengatakan bahwa subjek tidak dalam kondisi tubuh yang fit karena subjek mabuk pada malam sebelumnya. Ketika peneliti menanyakan kedekatan subjek ME dengan ayah tirinya, subjek ME menjawab “engga” dengan singkat dan tegas. Subjek ME juga menambahkan bahwa subjek ME

tidak memiliki kedekatan dengan ayah tirinya dan subjek ME juga tidak peduli serta bersikap acuh jika ayah tirinya berada dirumah subjek untuk menemui ibu subjek ME.

Subjek ME terlihat memeragakan ibunya saat menunjuk subjek ME saat memanggil subjek dengan salah satu tangan yang menunjuk kearah subjek dengan memanggil "heh". Subjek menggambarkan keadaan ibunya saat memanggil subjek ME sebagai anak, yang dirasa kasar oleh subjek ME.

Tabel 4.4 Intensitas Tema Subjek 1

	Tema	Koding	Intensitas	Keterangan
1.	Reaksi Fisik	RF	+	Reaksi fisik muncul sebanyak 27 kali. Subjek menimbulkan reaksi fisik seperti: jantungnya berdegup kencang, sesak nafas, badan lemas, dan mudah lelah saat <i>panic attack</i> kambuh
2.	Reaksi Mental	RM	++	Subjek memiliki <i>panic attack</i> dan mengatakan bahwa subjek sudah melakukan pemeriksaan ke psikolog sebanyak 2 kali. Subjek juga mengatakan ketika <i>panic attack</i> berlangsung subjek lupa dengan segala yang terjadi saat <i>panic attack</i> berlangsung. Subjek mengatakan lupa ingatan sebanyak 26 kali. Selain itu subjek juga mengatakan bahwa subjek anti dengan kata pacaran atau dengan kata lain, subjek memiliki masalah komitmen dalam suatu berhubungan.

3.	Reaksi Emosi	RE	+++	Reaksi emosi muncul sebanyak 97 kali dalam hasil wawancara dengan subjek. Subjek merasa hampa dan juga memiliki hubungan emosi yang buruk dengan ibunya. Subjek mengatakan bahwa perceraian orangtuanya membuatnya tidak nyaman dengan ibu kandungnya dengan cukup sering.
4.	Reaksi Tingkah Laku	RTL	+	Reaksi tingkah laku muncul sebanyak 26 kali dalam hasil wawancara. Subjek mudah <i>insecure</i> , susah dalam bersosialisasi dan mudah kaget ketika ada suara tinggi. Hal ini diakibatkan karena teringatnya subjek akan ayah kandung subjek yang suka membentak sehingga subjek mudah kaget dengan suara tinggi.
5.	Problem Focused Coping	KS1	+	Koping ini muncul sebanyak 4 kali dalam hasil wawancara. Subjek jarang menceritakan permasalahan yang timbul pada keluarganya setelah perceraian kepada temannya atau saudaranya
6.	Emotion Focused Coping	KS2	+++	Koping ini muncul sebanyak 25 kali dalam hasil wawancara. Subjek selalu melakukan meditasi, olahraga, dan membaca buku saat subjek terpicu oleh perceraian orangtuanya

Berdasarkan tabel diatas, intensitas tema yang mendominasi adalah reaksi emosi. Hal ini dikarenakan dalam hasil wawancara, subjek sering mengungkapkan hal-hal yang dirasakan secara emosionalnya seperti rasa kesedihan, kemarahan, serta memiliki jarak emosional dari orangtuanya khususnya ibu kandungnya yang tinggal dengan subjek. Jenis koping stres yang mendominasi dari subjek ME yaitu

Emotion Focused Coping. Subjek mengaku sering melakukan pengalihan seperti membaca buku, olahraga dan meditasi.

Matriks 4.1 Interkorelasi Subjek 1

	RF	RM	RE	RTL	KS1	KS2
RF	-	↖	↙	↙		
RM		-	↖	↖		
RE			-	↖	↖	↖
RTL				-		
KS1					-	
KS2						-

Keterangan:

RF : Reaksi Fisik

RM : Reaksi Mental

RE : Reaksi Emosi

RTL : Reaksi Tingkah Laku

KS1 : *Problem Focused Coping*

KS2 : *Emotion Focused Coping*

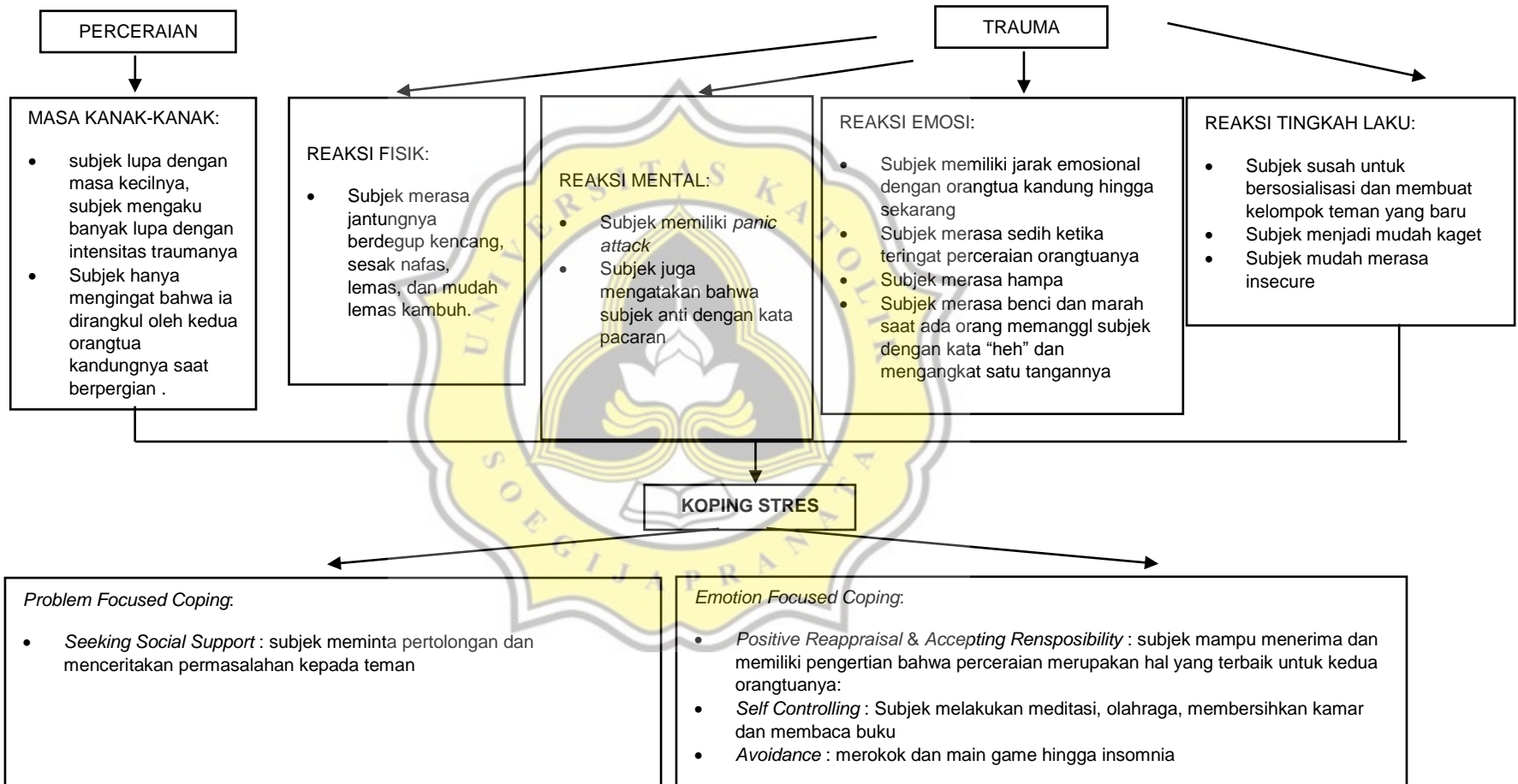
Dari matriks interkorelasi subjek pertama dapat dilihat bahwa reaksi fisik saling mempengaruhi dengan reaksi mental, karena subjek mengalami mental illness yang menimbulkan berbagai reaksi fisik dan sebaliknya. Lalu, reaksi emosi dan reaksi tingkah laku juga mempengaruhi reaksi fisik, seperti ketika subjek kesepian dan mudah insecure, subjek akan menangis.

Selanjutnya pada baris kedua, reaksi emosi saling mempengaruhi dengan reaksi mental. Hal ini dikarenakan ketika subjek merasa sedih akan perceraian orangtuanya, maka subjek akan kumat dan sebaliknya. Lalu, reaksi mental mempengaruhi reaksi tingkah laku, seperti ketika subjek mengalami kumat maka akan merubah segala tingkah lakunya terhadap lingkungan sekitar.

Selanjutnya pada baris ketiga, reaksi emosi dan reaksi tingkah laku saling mempengaruhi. Hal tersebut dibuktikan dengan subjek yang merasa kecewa dengan perceraian orangtuanya dan merasa tidak mudah percaya dengan laki-laki mengakibatkan subjek anti dengan menikah. Selain itu reaksi emosi juga mempengaruhi dalam pengambilan strategi koping stress yaitu *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. Ketika subjek merasa bingung, subjek akan meminta dukungan atau pertolongan melalui lingkungan sekitarnya khususnya teman-temannya serta ketika subjek teringat pada perceraian orangtuanya maka subjek akan melakukan *self controlling* dengan cara membaca buku, melakukan olahraga, dan lainnya

BAGAN 4.1 SUBJEK ME

KOPING STRES PADA ANAK YANG MEMPUNYAI PENGALAMAN TRAUMA PERCERAIAN



4.4.2. Subjek 2

Tabel 4.5 Data Identitas Subjek 2

Inisial	SE
Usia	20
Jenis Kelamin	Perempuan
Status	Mahasiswa
Status tinggal	Tinggal dengan ibu kandung dan ayah tiri

4.4.2.1. Hasil wawancara

a. Latar Belakang Masalah

Subjek SE merupakan anak satu-satunya dari hasil pernikahan kedua orangtuanya. Sebelum perceraian terjadi, subjek SE merupakan anak yang ceria dan periang. Ayahnya bekerja sebagai polisi dan ibunya merupakan ibu rumah tangga. Subjek SE menceritakan awal terjadinya perceraian dikarenakan ayahnya yang sering membohongi ibunya hingga permasalahan klimaks yang akhirnya mengakibatkan ayahnya menalak ibunya. Permasalahan tersebut yaitu adanya kesalahpahaman yang mana ayah subjek yang mengira ibu subjek melakukan perselingkuhan dengan seorang laki-laki yang bekerja dikantor yang sama dengan ibu subjek SE. Subjek SE memperjelas cerita dengan menceritakan bahwa ayah subjek menemukan celana dalam laki-laki didalam kantong plastik yang dibawa oleh ibu subjek saat pulang kerumah. Subjek SE mengatakan bahwa ibu subjek mencoba menjelaskan bahwa celana dalam tersebut tidak sengaja terbawa setelah ada acara berenang serta makan-makan kantor Subjek SE meyakinkan bahwa hal tersebut merupakan kesalahpahaman dan peristiwa tersebut tidak dibenarkan olehnya, namun ayah subjek tidak dapat menahan amarahnya hingga ayah subjek menalak ibu subjek SE.

Perceraian tersebut terjadi pada tahun 2007 saat subjek SE duduk dibangku kelas 1 SD. Setahun setelah peristiwa perceraian, merupakan masa-masa terberat bagi subjek SE. Subjek SE harus memilih untuk tinggal dengan ayah atau ibunya. Hal tersebut membuat subjek SE stress. Hingga subjek SE memutuskan untuk tinggal bersama ibunya karena subjek teringat akan perlakuan ayahnya yang kasar kepada ibu subjek. Subjek SE juga menceritakan kesedihannya ketika teman sekolahnya menanyakan keberadaan ayah subjek SE yang sudah tidak pernah menjemput subjek lagi disekolah.

Setahun setelah perceraian, pada tahun 2008 ibu subjek SE memutuskan untuk menikah lagi dengan seorang laki-laki yang menjadi ayah tiri subjek SE. Pernikahan tersebut sudah disepakati bersama baik ibu, ayah tiri dan subjek SE sendiri. Subjek SE mengaku bahagia dengan keluarganya yang baru, karena subjek merasa ayah tirinya bertanggung jawab terhadap keluarganya. Subjek SE juga menambahkan bahwasannya ayah tirinya memiliki kisah yang sama dengan ibu subjek yaitu ayah tirinya sudah bercerai dengan istrinya dimasa lampau. Hingga sekarang subjek SE sudah memiliki 2 adik perempuan. Subjek SE mengaku memiliki kedekatan yang cukup dengan kedua adiknya. Kedua adiknya juga sudah mengetahui bahwa subjek SE merupakan kakak tiri, namun begitu, subjek SE mengatakan bahwa subjek SE sangat beruntung dan bahagia dengan keluarganya sekarang.

- b. Trauma
- a) Reaksi Fisik

Sedari kecil SE memiliki riwayat penyakit maag. Ketika penyakit maagnya kumat, SE merasakan sakit perut bahkan mual. Hal tersebut semakin memburuk

setelah perceraian orangtuanya. SE juga merasa deg-deg an, gugup, gelisah, dan *ngewel* hingga tangan dan badannya dingin saat melihat orangtuanya bertengkar saat kecil.

b) Reaksi Mental

Perceraian orangtua membuat SE menjadi sangat berhati-hati dalam menjalani hubungan dengan seseorang, khususnya dengan kekasihnya RL. SE akan melihat apakah RL memiliki sifat yang sama dengan ayah kandungnya. Selain itu, SE mengaku sering merasa bingung jika dihadapkan pada dua pilihan untuk hidup Bersama dengan ibu atau ayahnya. Hal tersebut membuatnya sering mimpi buruk saat masa kecil.

c) Reaksi Emosi

SE merasa sedih, malu, dan tidak percaya diri ketika SE ditanya oleh beberapa temannya tentang keberadaan ayahnya yang sudah tidak menjemput sekolah SE lagi. SE menceritakan saat SE kecil, SE selalu diseret dan dikurung dirumah oleh ayahnya, SE merasa tidak berdaya dan takut jika dimarahi oleh ayahnya. Selain itu, SE juga merasakan ketakutan terhadap laki-laki khususnya bapak-bapak, karena ia merasa semua lelaki khususnya bapak-bapak itu memiliki sifat kasar seperti ayahnya.

Perceraian orangtuanya juga menimbulkan rasa kesepian pada SE, karena kehilangan papahnya dan mamahnya juga bekerja. SE berulang-ulang mengatakan bahwa subjek merasa kesepian dan hampa. SE mengaku tidak jarang menangis jika merasa kesepian saat dirumah sendirian.

d) Reaksi Tingkah Laku

Reaksi tingkah laku merupakan reaksi yang paling sedikit diungkapkan subjek SE dibandingkan dengan reaksi lain. Perceraian orangtuanya tidak membuatnya merasa ditarik atau terisolasi dari lingkungan sekitar. Hal ini dikarenakan SE memiliki teman dekat, namun SE tidak pernah menceritakan masalah perceraian kepada teman dekatnya tersebut.

c. Koping Stres

Koping stress yang digunakan oleh subjek SE meliputi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem Focused Coping* yang digunakan yaitu *Seeking Social Support* artinya, mencari bantuan dukungan dari lingkungan sekitar. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dimana pada masa kecil SE menghilangkan rasa sedih dan kesepiannya dengan bermain bersama teman-temannya hingga larut malam. SE mengatakan bahwa dengan bermain Bersama teman-temannya mampu sedikit melupakan rasa sedih dan kesepiannya akibat perceraian orangtuanya.

Selain itu, subjek SE juga menggunakan *Emotion Focused Coping* yaitu *Positive Reappraisal* artinya memberikan makna positif pada peristiwa atau masalah yang sedang dihadapi. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dimana SE mengatakan bahwa subjek sudah berdamai dengan permasalahan tersebut dan memiliki pengertian bahwa perceraian merupakan hal yang terbaik untuk kedua orangtuanya.

d. Triangulasi

RL merupakan kekasih dari subjek SE. RL dan subjek SE sudah menjalin hubungan pacarana sejak bulan November tahun 2019. RL selaku kekasih dan orang terdekat subjek SE, mengatakan bahwa RL sudah mengetahui permasalahan ataupun konflik keluarga subjek, hingga alasan orangtua subjek memilih untuk bercerai. RL juga mengaku jarang mendengar cerita perceraian orangtuanya sehingga RL mempercayai bahwa SE sudah menerima kenyataan perceraian orangtuanya. Hal tersebut diperkuat dengan RL menceritakan bahwa subjek terlihat bahagia dan akur dengan keluarganya yang sekarang. RL juga menceritakan bahwa ayah SE memiliki sifat yang kasar dan *strict*. RL melihat bahwa SE sering merasa insecure dan tidak percaya diri. Hal tersebut, dimulai dari ayahnya yang mengatakan bahwa SE merupakan anak yang tidak diinginkan. Maka dari itu, RL merasa bahwa rasa tidak percaya diri, tidak berguna dan *unworthy* tersebut akibat dari perkataan ayahnya.

RL mengaku sering merasakan bahwa SE *insecure* dan *overthinking* karena rasa tidak berharga tersebut. SE juga sering menjadi objek kemarahan ayahnya saat bertengkar dengan ibunya. RL mengatakan bahwa menyanyidan menyendiri. Merupakan hal yang membuat SE lebih baik dan nyaman ketika SE ketriggered. RL menjelaskan bahwa perceraian orangtua SE mengubah hidup subjek dimana menurutnya, akibat perceraian tersebut sudah melebur menjadi satu yang menjadikan watak dari subjek sendiri, jadi rasa tidak percaya diri dan rasa tidak berharga tersebut

muncul karena cerminan pada masa kanak-kanaknya mengalami kekerasan secara verbal yang dilakukan oleh ayahnya.

4.4.2.2. Hasil Observasi

Pada wawancara pertama, pada tanggal 30 Agustus 2020 subjek datang ke kafe dengan kaos berwarna putih, celana jeans, rambut yang diurai dan menggunakan alas kaki *flat shoes*. Subjek datang pada pukul 13.00 WIB. Ketika bertemu, subjek meminta maaf atas keterlambatannya. Sebelum melakukan wawancara, peneliti menyampaikan maksud dan tujuan penelitian. Setelah itu, peneliti memberikan *informed consent* kepada subjek SE. Sembari subjek SE mengisi *informed consent*, peneliti memesan minuman untuk subjek di kafe tersebut. Ketika wawancara, subjek SE mengatakan “kaya kan setiap dulu kan dijemput papah terus ga dijemput lagi terus temen temen pada tanya gitu ‘kok kamu dah ga dijemput papah lagi’ dengan nada menurun dan ekspresi wajah murung. Subjek terlihat sedih mengingat masa kecilnya yang sudah tidak pernah dijemput oleh ayahnya, dan merasa malu terhadap teman-temannya.

Subjek SE juga mengatakan “aku dulu jadi sempet takut sama cowo tapi lebih ke bapak-bapak” dengan nada menurun dan suara terbata-bata. Subjek menggambarkan mengingat sesuatu yang membuatnya takut sehingga subjek mengatakan dengan terbata-bata dalam menjelaskan peristiwa tersebut. Peristiwa tersebut yaitu pada masa kecil, subjek digendong oleh seorang bapak-bapak yang sering menggoda subjek. Lalu, dengan rasa takutnya subjek seketika menggigit tangan bapak-bapak tersebut.

Selain reaksi tersebut, subjek juga tersenyum dengan riang saat mengatakan “aku ceria waktu sd, aku suka main”. Subjek menggambarkan bahwa pada masa kecilnya SE merupakan anak yang ceria dan periang, walaupun memiliki masalah yang menimpa keluarganya. SE terlihat sangat kuat dan dewasa pada masa kecilnya dalam menghadapi perceraian orangtuanya.

Pada wawancara kedua pada tanggal 5 Agustus 2020, subjek datang menggunakan blouse hitam, celana kain berwarna abu-abu kecoklatan, rambut diurai dan menggunakan alas kaki *flat shoes*. Subjek datang pada pukul 19.00 WIB. Subjek terlihat berpenampilan rapi dan sopan. Subjek SE juga datang lebih awal dikafe tersebut. Subjek SE menceritakan bahwa subjek datang setelah menemani neneknya yang sedang dirawat dirumah sakit. Subjek mengatakan bahwa neneknya baru jatuh sakit dan dilarikan dirumah sakit beberapa hari yang lalu. Wawancara kedua berlangsung kurang kondusif. Hal tersebut terjadi karena suasana kafe sedang ramai ojek online dan musik yang terlalu keras. Diakhir wawancara, subjek sesekali terlihat kurang fokus akibat kondisi kafe yang terlalu ramai.

Tabel 4.6 Intensitas Tema Subjek 2

	Tema	Koding	Intensitas	Keterangan
1.	Reaksi Fisik	RF	++	Reaksi fisik muncul sebanyak 10 kali dalam hasil wawancara. Reaksi fisik yang muncul dari subjek yaitu perut sakit, dan merasa mual jika teringat perceraian orangtuanya
2.	Reaksi Mental	RM	+	Reaksi mental muncul sebanyak 3 kali dalam hasil wawancara. Subjek mudah bingung dalam memilih keputusan dan sangat berhati-hati dalam memiliki hubungan dengan orang lain, yang mana masuk dalam kategori ciri-ciri adanya rasa kewaspadaan yang tinggi
3.	Reaksi Emosi	RE	+++	Reaksi Emosi muncul sebanyak 13 kali dalam hasil wawancara. Subjek sering melakukan pengulangan kata 'kesepian'. Hal ini membuktikan bahwa subjek sering merasa kesepian akibat perceraian orangtuanya.
4.	Reaksi Tingkah Laku	RTL	+	Reaksi tingkah laku muncul pada hasil triangulasi yaitu subjek menjadi orang yang tidak percaya diri dan mudah <i>insecure</i>
5.	<i>Problem Focused Coping</i>	KS1	+++	Koping ini muncul sebanyak 6 kali dalam hasil wawancara. Subjek lebih sering bermain dengan temannya ketika merasa kesepian
6.	<i>Emotion Focused Coping</i>	KS2	+	Koping ini muncul sebanyak 3 kali. Subjek sudah <i>legowo</i> dengan perceraian orangtuanya

Berdasarkan tabel diatas, intensitas yang menunjukkan reaksi emosi subjek, lebih mendominasi dibandingkan dengan reaksi yang lainnya. Hal ini dikarenakan dari hasil wawancara subjek lebih sering mengungkapkan reaksi emosi yang dialami saat masa kanak-kanaknya.

Sedangkan yang paling sedikit muncul yaitu reaksi tingkah laku yang didapatkan dari hasil wawancara triangulasi dari pacar subjek SE yaitu RL, yang

melihat bahwa SE mudah insecure dan merasa tidak berharga sebagai akibat kekerasan verbal yang dilakukan oleh ayahnya. Koping stress yang dominan dari subjek SE yaitu *Problem Focused Coping* karena subjek sering bermain dengan temannya saat subjek merasa kesepian akibat perceraian orangtuanya.

Matriks 4.2 Interkorelasi Subjek 2

	RF	RM	RE	RTL	KS1	KS2
RF	-	↩	↩	↗		
RM		-	↩	↗		
RE			-	↗	↗	↗
RTL				-		
KS1					-	
KS2						-

Keterangan:

RF : Reaksi Fisik

RM : Reaksi Mental

RE : Reaksi Emosi

RTL : Reaksi Tingkah Laku

KS1 : *Problem Focused Coping*

KS2 : *Emotion Focused Coping*

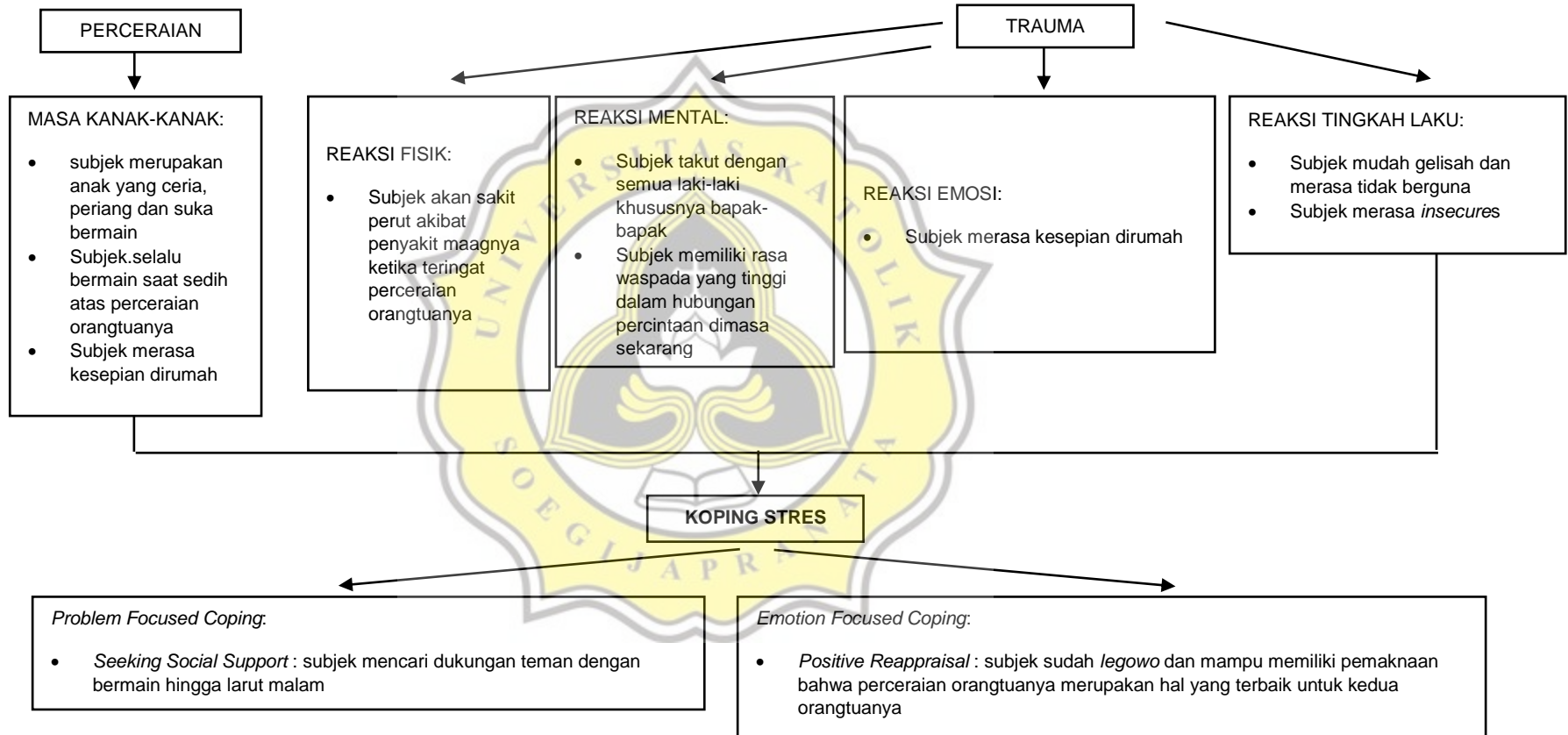
Dari matriks interkorelasi subjek kedua dapat dilihat bahwa reaksi mental dan reaksi emosi mempengaruhi reaksi fisik. Hal tersebut terjadi karena reaksi mental dan reaksi emosi menimbulkan berbagai reaksi fisik seperti jantung berdegup kencang, sakit perut dan memangis. Sedangkan reaksi fisik mempengaruhi reaksi tingkah laku seperti saat subjek ngewel akan menimbulkan kegelisahan saat melihat orangtuanya bertengkar.

Selanjutnya, pada baris kedua, reaksi emosi dan reaksi tingkah laku saling mempengaruhi terhadap reaksi mental, seperti ketika subjek mendapatkan kekerasan pada masa kecil mengakibatkan subjek menjadi gelisah dan sangat berhati-hati pada hubungan percintaannya dimasa sekarang, dan sebaliknya.

Selanjutnya, pada baris ketiga, reaksi emosi mempengaruhi reaksi tingkah laku. Hal tersebut terjadi karena rasa ketidakberdayaan subjek pada masa kanak-kanak saat mendapatkan kekerasan dari ayahnya mengakibatkan subjek menjadi gelisah dan merasa *unworthy*. Reaksi emosi juga mempengaruhi subjek dalam pengambilan strategi coping stress. Ketika subjek merasa kesepian, subjek akan menghabiskan waktunya untuk bermain dengan temannya, serta rasa ikhlas dan pengertian subjek bahwa perceraian yang menimpa keluarganya merupakan hal yang terbaik untuk kedua orangtuanya.

BAGAN 4.2 SUBJEK ME

KOPING STRES PADA ANAK YANG MEMPUNYAI PENGALAMAN TRAUMA PERCERAIAN



4.4.3. Subjek 3

Tabel 4.7 Data Identitas Subjek 3

Inisial	FH
Usia	22
Jenis Kelamin	Laki-laki
Status	Mahasiswa
Status tinggal	Tinggal dengan ayah kandung (<i>single parent</i>)

4.4.3.1. Hasil Wawancara

a. Latar Belakang Masalah

Subjek FH merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. Sebelum kisah perceraian terjadi, subjek FH tidak memiliki kedekatan serta tidak rukun dengan sesama anggota keluarganya. Ayah subjek bekerja sebagai ASN dan ibunya bekerja di Indonesia *Power* dan PDAM. Saat masa kecil, subjek FH serta kedua kakaknya sering mendengar dan melihat orangtuanya bertengkar. Subjek FH mengatakan ketika ayah subjek sedang marah dan meminta untuk diambilkan suatu benda untuk dipukul atau dibanting, subjek FH dan kedua kakaknya pasrah menuruti permintaan ayah subjek. Hal tersebut terjadi karena subjek dan kedua kakanya merasa takut dan merasa tidak berdaya. Permasalahan yang sering terjadi adalah ibunya yang bekerja selalu pulang larut malam. Hal tersebut membuat ayah subjek yang pada dasarnya memiliki sifat kasar, egois dan sentimental akhirnya memarahi ibu subjek FH dengan kasar. Pertengkaran tersebut terjadi secara berulang-ulang hingga kedua orangtuanya memutuskan untuk berpisah. Perceraian tersebut terjadi saat subjek duduk dikelas 6SD atau tahun 2009.

Setelah perceraian, subjek tinggal dengan ayahnya hingga SMP. Saat SMP subjek bergantian tinggal dengan ibunya hingga tahun 2017 subjek memutuskan untuk tinggal dengan ayahnya lagi karena faktor ekonomi sampai sekarang.

b. Trauma

a) Reaksi Fisik

Subjek merasa gelisah, jantungnya berdegup kencang, dan takut saat melihat orangtuanya bertengkar. Subjek mengaku merasa marah atas tindakan ayahnya saat memarahi ibunya, namun subjek merasa lemas dan tidak berdaya. Subjek juga merasa gelisah saat dirumah berdua dengan ayahnya karena subjek bingung harus membicarakan apa dengan ayahnya.

b) Reaksi Mental

Subjek merasa terdapat perubahan cara berpikir tentang dirinya sendiri seperti subjek merasa sering *overthinking* dengan memikirkan hal hal yang menurutnya tidak seharusnya dipikirkan. Subjek juga memiliki rasa wasapada yang tinggi terhadap teman-temannya seperti subjek takut salah mengatakan sesuatu yang menyakiti hati temannya. Subjek juga mengaku perceraian orangtuanya membuat subjek menjadi kurang fokus dan susah konsentrasi saat disekolah. Subjek mengatakan bahwa ia merasa malas sekolah dan sempat masuk BK saat duduk dibangku sekolah. Selain itu, subjek juga mengatakan pada masa kanak-kanak setelah melihat pertengkarannya orangtuanya subjek menjadi tidak fokus saat belajar.

c) Reaksi Emosi

Subjek merasa sedih dan depresi setelah perceraian orangtuanya. Walaupun subjek mengaku belum mengerti definisi dari depresi tapi subjek merasakan bahwa ia depresi dengan terganggunya pikiran yang mengakibatkan subjek malas sekolah dan sulit untuk berkonsentrasi saat belajar. Pada masa kanak-kanak saat melihat orangtuanya bertengkar, subjek hanya diam, ketakutan dan ingin marah namun subjek merasa tidak berdaya. Subjek memiliki jarak emosional dengan orangtuanya khususnya ayahnya jauh sebelum perceraian terjadi hingga sekarang. Hal tersebut membuat subjek merasa takut dan tidak nyaman berada dirumah. Adanya jarak emosional tersebut juga membuat subjek merasa tidak memiliki siapa-siapa. Dalam segala hal, subjek selalu merasa takut. Takut yang dimaksudkan yaitu seperti saat berkumpul dengan teman-temannya, subjek takut melakukan kesalahan dalam hal perkataan maupun perbuatan. Subjek merasa sensitive, mudah marah dan memiliki emosional yang cukup tinggi namun disaat yang bersamaan subjek merasa bersalah ketika sudah marah ataupun mengelurkan emosinya.

d) Reaksi Tingkah Laku

Subjek menjadi konfrontatif dan agresif saat duduk dibangku sekolah. Hal ini dibuktikan dengan subjek menjadi malas sekolah dan sempat masuk BK saat duduk dibangku sekolah. Subjek juga mengatakan sesaat setelah perceraian orangtuanya, subjek malas untuk bersosialisasi dan bertemu dengan orang-orang. Subjek juga mengatakan bahwa subjek menjadi menutup diri dan tidak menceritakan permasalahan yang terjadi kepada teman-temannya. Subjek mengatakan pernah

ingin pergi dari rumah karena merasa tidak betah dirumah dengan ayahnya. Biasanya, subjek akan pergi ke rumah mamahnya jika ia merasa bosan dan tidak nyaman dirumah dengan ayahnya, namun begitu, subjek kembali menutup diri dan tidak menceritakan apa yang terjadi kepadanya. Selain itu, dalam pola makan, subjek mengatakan bahwa terdapat perubahan seperti pada saat masa kanak-kanak karena adanya kedua orangtuanya subjek selalu makan teratur karena mamah subjek selalu menyiapkan makanan untuk subjek, sedangkan sekarang subjek sudah tidak ada yang mengurus dalam hal pola makan.

c. Koping Stres

Koping stres yang digunakan FH meliputi *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping*. *Problem Focused Coping* yang digunakan antara lain Seeking Social Support yang mana, subjek mencari bantuan ataupun dukungan dari lingkungan sekitar. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara yang menunjukkan bahwa subjek akan bermain dengan teman-temannya, Subjek juga mengatakan bahwa ia sering menghabiskan waktunya diluar rumah. Hal ini dilakukan karena ia tidak betah dirumah dan tidak memiliki kedekatan dengan ayah FH. AN selaku teman FH juga mengatakan bahwa FH tidak betah walaupun hanya satu hari saja dirumah. Maka dari itu, ia cenderung menghabiskan waktu bersama dengan teman-temannya.

Selain itu, subjek juga menggunakan *Emotion Focused Coping* yang meliputi *Escape Avoidance*. Hal ini dibuktikan dengan subjek merokok dan minum-minuman beralkohol untuk mengurangi rasa sedih saat *ketriggered* perceraian orangtuanya.

d. Triangulasi

AN merupakan teman dekat subjek FH. AN sudah mengenal subjek FH dari SMP. Sejak SMP AN dan subjek FH berteman dekat hingga sekarang. AN mengaku memiliki kedekatan yang cukup dekat dengan subjek FH. Hal ini dikarenakan AN juga memiliki kisah hidup yang sama yaitu perceraian orangtua. AN mengaku sesekali subjek FH menceritakan jika ada masalah keluarga, namun begitu, AN mengungkapkan bahwa subjek FH cenderung menjawab jika ditanya bagaimana keadaanya, bukan tipe yang akan menceritakan bagaimana keadaanya secara gamblang. AN juga menambahkan bahwa subjek FH merupakan tipe orang yang cenderung pendiam, tertutup dan kurang percaya diri.

AN menceritakan bahwa subjek FH sering menghabiskan waktunya bermain bersama AN dan teman-temannya. AN menambahkan bahwa AN hampir setiap hari bermain dengan subjek FH. Hal tersebut dapat terjadi karena menurut AN, subjek FH merasa tidak betah tinggal dirumahnya karena tidak memiliki kedekatan dengan ayahnya. AN menceritakan bahwa subjek FH juga sering merokok dan kadang-kadang minum minuman beralkohol, namun begitu, menurut AN perilaku tersebut masih dibatas wajar dikalangan anak muda jaman sekarang, selagi tidak jatuh kedalam dunia narkoba.

4.4.3.2. Hasil observasi

Wawancara dilakukan tanggal 31 September 2020 dan 6 September 2020. Wawancara pertama subjek datang kerumah AN selaku teman subjek FH pada pukul 16.00 WIB. Wawancara dilakukan dirumah AN karena subjek FH tidak bersedia

melakukan wawancara di rumah subjek. Pada wawancara pertama, subjek FH datang kerumah AN menaiki sepeda motor dengan tidak menggunakan helm, karena tempat tinggal subjek FH berdekatan dengan tempat tinggal AN. Subjek FH datang menggunakan kaos berwarna hitam ditutupi oleh jaket jeans, celana pendek berwarna *cream*, menggunakan jam tangan, menggunakan alas kaki sandal dan rambut kurang rapi akibat tidak menggunakan helm saat menaiki sepeda motor. Subjek FH datang dari rumah subjek. Sebelum melakukan wawancara dan observasi, peneliti memberikan *informed consent* serta memberi arahan untuk membaca dan mengisi *informed consent* tersebut. Selain itu, peneliti juga menyampaikan maksud dan tujuan dari penelitian yang akan dilakukan. Wawancara dilakukan di ruang tamu rumah AN. Wawancara berlangsung dengan tenang dan lancar.

Sedangkan wawancara kedua dilakukan di Kofinary Kafe. Subjek FH datang bersama salah satu teman laki-lakinya. Subjek FH mengatakan bahwa subjek baru saja makan disebelah kafe tersebut bersama temannya. Subjek datang pada pukul 16.00 WIB. Subjek datang menggunakan kaos putih ditutupi oleh jaket berwarna *cream*, celana panjang berwarna hitam, memakai jam tangan, rambut yang rapi, menggunakan alas kaki sepatu dan membawa tas yang berisi laptop. Sebelum melakukan wawancara, subjek FH meminta teman laki-lakinya untuk duduk berjauhan dikafe tersebut.

Saat wawancara berlangsung, subjek menunjukkan mimik wajah yang murung dan nada yang menurun saat mengatakan "... tapi kalo resminya tu mereka diem-diem biar anaknya gatau". Hal tersebut menunjukkan kesedihan yang dialami subjek. Pernyataan tersebut juga didukung bahwa subjek mengatakan kedua orangtuanya

tidak memberitahu jika keduanya sudah bercerai. Subjek melakukan pengulangan kata “gampang emosi dan gampang marah” dan subjek mengatakan “tapi juga abis itu aku kadang merasa bersalah ‘ndaan aku menyakiti perasaan orang abis ngomong gitu” Hal tersebut menggambarkan bahwa subjek mudah marah namun sekaligus merasa bersalah jika sudah mengeluarkan emosinya.

Subjek mengatakan “ya mungkin ngerasa ga punya siapa siapa” dengan senyum menyeringai. Hal tersebut seperti menggambarkan kekecewaan yang dirasakan oleh subjek. Subjek juga mengatakan “Aku kaya malah jadi keinget aja kaya dulu mamahku pulang malem aja mesti jadi dimarahin gitu dikasarin ya akhirnya perlakuannya bapakku yang dulu ke sekarang jadi yang bikin *ketriggered*” dengan jarinya menunjuk kedadanya dan kepalanya menunduk.

Subjek melakukan pengulangan kata “sering” saat menjelaskan intensitas waktu bermainnya dengan teman-temannya untuk meringankan beban yang dialaminya. Selain itu subjek juga melakukan pengulangan kata “jarang” saat menjelaskan kedekatan dengan ayahnya bahwa subjek sangat jarang untuk berkomunikasi dengan ayahnya.

Tabel 4.8 Intensitas Tema Subjek 3

	Tema	Koding	Intensitas	Keterangan
1.	Reaksi Fisik	RF	++	Reaksi Fisik muncul sebanyak 11 kali. Subjek cukup sering mengatakan merasa gelisah saat dirumah bersama ayahnya
2.	Reaksi Mental	RM	++	Reaksi Mental muncul sebanyak 9 kali. Subjek memiliki rasa waspada yang cukup tinggi dalam hubungan pertemanan.
3.	Reaksi Emosi	RE	+++	Reaksi emosi muncul sebanyak 36 kali. Subjek mengatakan bahwa subjek sering mudah marah sekaligus merasa bersalah diwaktu yang sama sebagai akibat trauma tidak berdayanya saat melihat orangtuanya bertengkar dimasa kecil.
4.	Reaksi Tingkah Laku	RTL	+	Reaksi tingkah laku muncul sebanyak 7 kali. Subjek sering mengatakan bahwa subjek mengaku malas untuk bersosialisasi dan bertemu dengan orang-orang. Subjek juga mengaku menjadi pribadi yang tertutup.
5.	<i>Problem Focused Coping</i>	KS1	+++	Koping ini muncul sebanyak 12 kali dalam hasil wawancara. Subjek sering menghabiskan waktu bersama temannya karena tidak nyaman dirumah bersama orangtua kandungnya
6.	<i>Emotion Focused Coping</i>	KS2	++	Koping ini muncul sebanyak 4 kali. Subjek mengaku sering merokok dan minum-minuman beralkohol setelah teringat perceraian orangtuanya

Berdasarkan tabel diatas, reaksi emosi lebih sering muncul dibandingkan dengan reaksi yang lain. Hal ini dikarenakan subjek lebih sering menceritakan hal-hal yang dirasakan secara emosional saat masa kanak-kanak

seperti rasa kesenjangan emosi antara subjek dan ayahnya hingga sekarang, rasa sedih dan depresi yang mengakibatkan subjek susah berkonsentrasi saat duduk dibangku sekolah dan perasaan yang mudah marah.

Selain itu reaksi fisik dan reaksi mental cenderung memiliki intensitas yang sama. Hal tersebut terjadi karena reaksi fisik yang diceritakan subjek seimbang dengan reaksi mental karena keduanya saling berhubungan.

Selain itu subjek juga menceritakan tentang reaksi tingkah laku saat duduk dibangku sekolah seperti subjek menjadi konfrotatif dan agresif sehingga subjek malas sekolah dan sempat masuk BK saat disekolah dengan intensitas yang rendah.

Matriks 4.3 Interkorelasi Subjek 3

	RF	RM	RE	RTL	KS1	KS2
RF	-		↙			
RM		-	↙	↗		
RE			-	↗	↗	↗
RTL				-		
KS1					-	
KS2						-

Keterangan:

RF : Reaksi Fisik

RM : Reaksi Mental

RE : Reaksi Emosi

RTL : Reaksi Tingkah Laku

KS1 : *Problem Focused Coping*

KS2 : *Emotion Focused Coping*

Dari matriks interkorelasi subjek ketiga dapat dilihat bahwa reaksi emosi mempengaruhi reaksi fisik. Hal tersebut terjadi karena reaksi emosi menimbulkan berbagai reaksi fisik seperti ketika subjek melihat orangtuanya bertengkar subjek merasa ingin marah namun badan subjek lemas.

Selanjutnya, pada baris kedua, reaksi emosi dan reaksi mental saling mempengaruhi, seperti subjek merasa sedih dan depresi ketika teringat perceraian orangtuanya sehingga subjek mengaku susah untuk fokus dan konsentrasi saat disekolah. Lalu, reaksi mental juga mempengaruhi reaksi tingkah laku seperti karena subjek merasa depresi akibat susah konsentrasi subjek menjadi malas untuk sekolah bahkan menjadi konfrotatif dan agresif hingga masuk BK saat duduk dibangku sekolah.

Selanjutnya, pada baris ketiga, reaksi emosi mempengaruhi reaksi tingkah laku. Hal tersebut terjadi karena rasa sedih dan depresi subjek mengakibatkan subjek menjadi malas sekolah dan sempat masuk BK saat duduk dibangku sekolah. Reaksi emosi juga mempengaruhi subjek dalam pengambilan strategi coping stress. Ketika subjek merasa hampa subjek akan menghabiskan waktu bersama teman-temannya serta melampiaskan rasa kemarahannya pada hal negatif seperti merokok dan minum alkohol yang mana dapat memperburuk kesehatan subjek.

BAGAN 4.3 SUBJEK FH

KOPING STRES PADA ANAK YANG MEMPUNYAI PENGALAMAN TRAUMA PERCERAIAN

