

**PERBEDAAN *COPING BEHAVIOR***  
**PADA PRIA DAN WANITA DEWASA AWAL**  
**DALAM MENGHADAPI *BREAK UP***

**SKRIPSI**

**Ernila Dyanasari**  
**08.40.0106**

The logo of Universitas Katolik Soegijapranata is a large, yellow, shield-shaped emblem with a scalloped border. Inside the shield, the text "UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA" is written in a circular path. In the center of the shield is a smaller emblem featuring a cross above a stylized figure, possibly a saint or a religious symbol, with an open book below it.

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2012**

**PERBEDAAN *COPING BEHAVIOR***  
**PADA PRIA DAN WANITA DEWASA AWAL**  
**DALAM MENGHADAPI *BREAK UP***

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang  
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Ernila Dyanasari**  
**08.40.0106**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA**

**SEMARANG**

**2012**

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi**  
**Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang**  
**Dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Guna**  
**Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada tanggal 20 September 2012

Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik  
Soegijapranata  
Dekan,

(Dr. Kristiana Haryanti, M.Si)

**Dewan Penguji:**

1. Dr. Y. Bagus Wismanto, MS  
(.....)
2. Dra. Lucia Hernawati, MS  
(.....)
3. Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si  
(.....)

**PERSEMBAHAN**

**Karya tulis ini kusembahkan untuk**

**Tuhan Yesus Kristus,**

**Papa, Mama, Angga & Fina..**



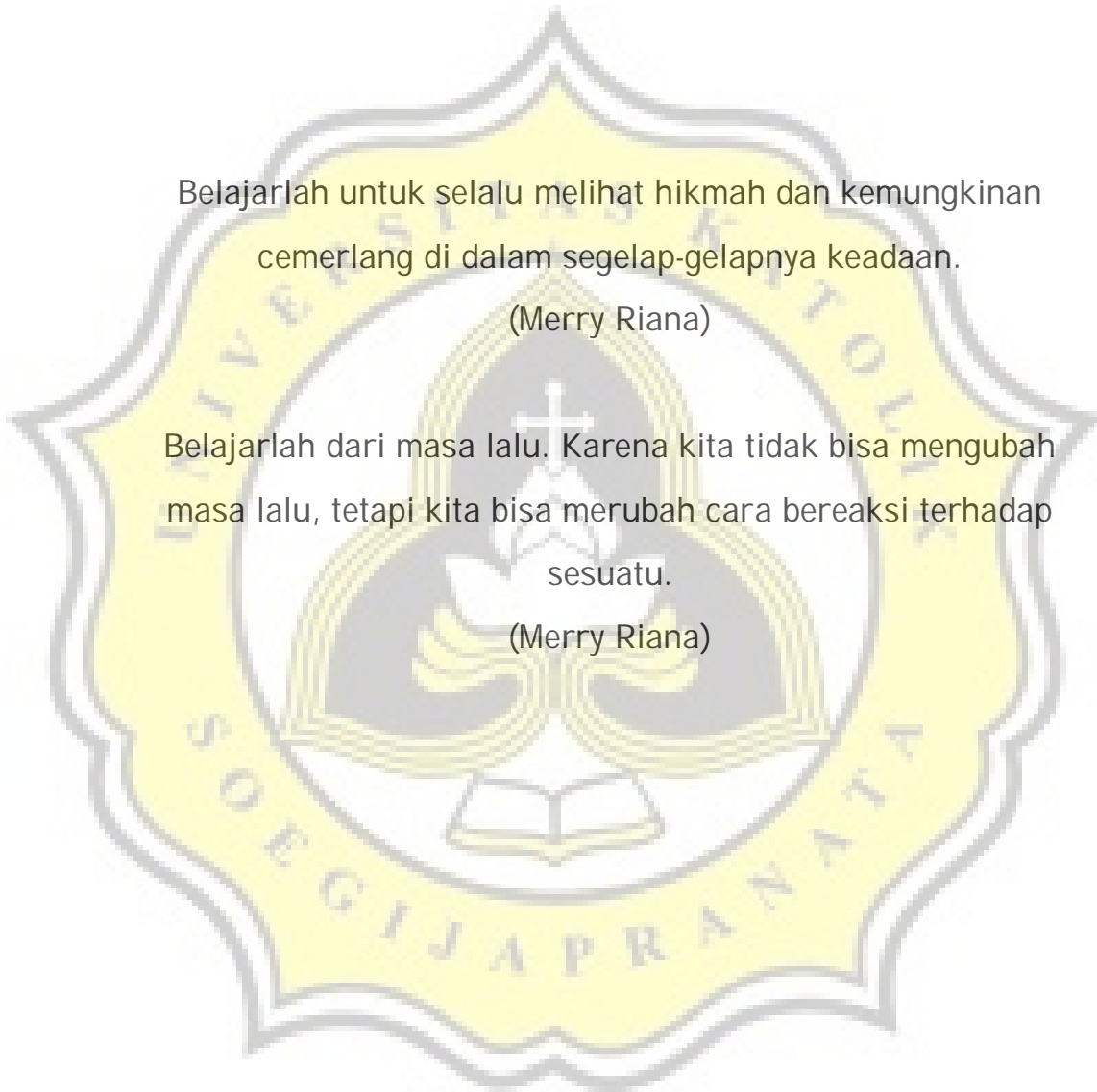
## HALAMAN MOTTO

Belajarlah untuk selalu melihat hikmah dan kemungkinan  
cemerlang di dalam segelap-gelapnya keadaan.

(Merry Riana)

Belajarlah dari masa lalu. Karena kita tidak bisa mengubah  
masa lalu, tetapi kita bisa merubah cara bereaksi terhadap  
sesuatu.

(Merry Riana)



## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas rahmat Tuhan Yang Maha Kuasa sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Perbedaan *Coping Behavior* Pada Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi *Break Up*”.

Atas tersusunnya Skripsi ini, penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

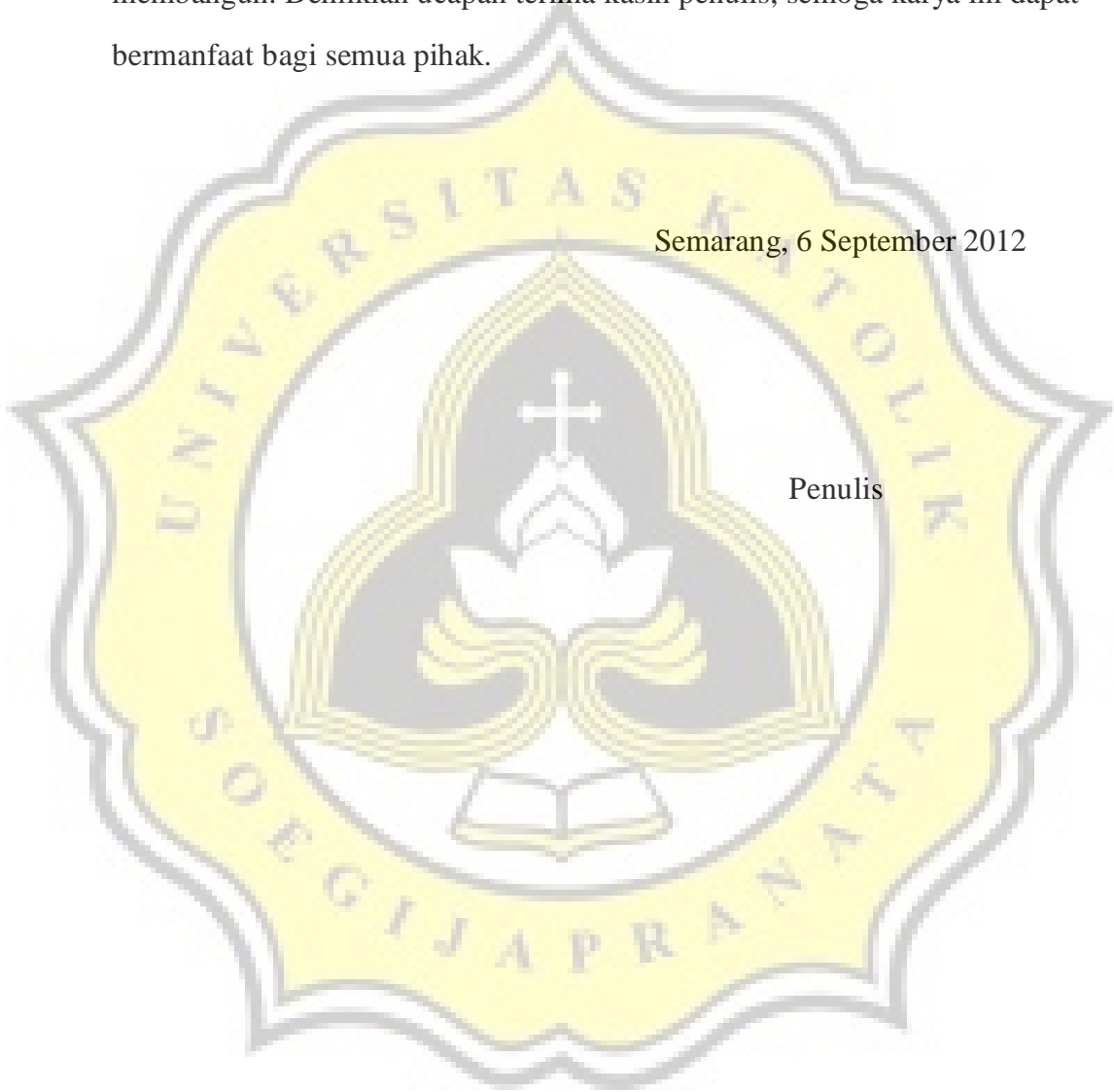
1. Bu Dr. Kristiana Haryanti, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
2. Bapak Dr. Y Bagus Wismanto, MS. selaku dosen pembimbing utama yang telah dengan sabar dan setia membimbing penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
3. Ibu Dra. Lucia Hernawati, MS dan Ibu Erna Agustina Yudiati, S.Psi, M.Si selaku Dewan Penguji untuk penelitian ini.
4. Bapak Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si. selaku dosen wali yang telah memberikan dukungan dan bantuan kepada penulis.
5. Seluruh dosen psikologi yang telah memberikan banyak bekal ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis.
6. Segenap karyawan-karyawati TU Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang telah membantu kelancaran dalam pembuatan Skripsi ini, baik dari penyusunan dan pemberian surat ijin penelitian.
7. Keenam subjek yang telah bersedia menjadi subjek penelitian dan berbagi cerita kehidupan mengenai pengalaman dalam menghadapi *break up*.

8. Papa dan Mama yang selalu memberikan dukungan, semangat, doa dan segalanya untuk penulis sehingga mampu menyelesaikan tugas ini.
9. Adik-adik tersayang, Angga dan Fina yang selalu memberi semangat, menghibur dan membantu penulis sehingga mampu menyelesaikan tugas ini.
10. Sahabat-sahabat terbaik yang ada dihidupku, Mitha, Memey, Ristra (urutan berdasarkan tahun lahir yang paling senior! hehe) yang selalu menjadi pendengar dan penyemangat hidup penulis. Terima kasih untuk waktu, tenaga dan pikiran yang kalian berikan untukku, semua itu tidak akan tergantikan.
11. Teman-teman psikologi kelas B 2008 yang telah menjadi teman seperjuangan dan memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
12. Teman-teman Gratia Choir dan Gratia Voice yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis, terima kasih boleh menjadi bagian dari keluarga besar Gratia Unika Soegijapranata yang luar biasa.
13. Pak Ferdi dan Bu Linggar yang sudah memberikan berbagai pengalaman berharga, kepercayaan dan dukungan kepada penulis.
14. Teman-teman baik kakak maupun adik angkatan yang tak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan semangat, terima kasih semua.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu mohon maaf atas segala keterbatasan dan kekurangannya. Penulis juga terbuka untuk segala saran dan kritik yang membangun. Demikian ucapan terima kasih penulis, semoga karya ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Semarang, 6 September 2012

Penulis





**Perbedaan *Coping Behavior* Pada Pria dan Wanita Dewasa Awal  
Dalam Menghadapi *Break Up***

Ernila Dyanasari

FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
2012

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan perbedaan *coping behavior* pada pria dan wanita dewasa awal dalam menghadapi *break up*. Metode penelitian menggunakan metode penelitian kualitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah enam orang berusia 20-35 tahun yang terdiri dari tiga orang pria dan tiga orang wanita yang telah menjalin hubungan pacaran minimal satu tahun kemudian mengalami *break up* dengan rentang waktu 0-6 bulan. Dari hasil analisis data diketahui bahwa *emotional focused coping* lebih sering digunakan baik pria maupun wanita dalam menghadapi *break up*. *Coping behavior* dapat dibedakan menjadi *emotional focused coping* dan *problem focused coping*. Pada penelitian ini ditemukan kesamaan bahwa keenam subjek baik pria maupun wanita cenderung lebih dominan untuk mengatasi tekanan yang dihadapi akibat *break up* dengan menggunakan *emotional focused coping*. Namun dalam pemilihan *coping* yang digunakan ditemukan perbedaan bahwa pria cenderung melakukan *problem focused coping* terlebih dahulu kemudian *emotional focused coping* setelahnya. Sedangkan pada subjek wanita yang cenderung digunakan terlebih dahulu adalah *emotional focused coping* sehingga perasaan negatif yang timbul diatasi terlebih dahulu baru kemudian menggunakan *problem focused coping*. Pemilihan *coping behavior* pada masing-masing subjek juga dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Dalam penelitian ini faktor internal seperti kepribadian, pola pikir dan pengalaman memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap pemilihan *coping behavior*. Faktor eksternal yang cukup berpengaruh dalam pemilihan *coping behavior* adalah dukungan sosial.

**Kata Kunci:** *coping behavior*, dewasa awal, *break up*.

## DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
HALAMAN KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAKSI .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan Penelitian .....	9
C. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. <i>Coping Behavior</i> .....	10
1. Definisi <i>coping behavior</i> .....	10
2. Bentuk-bentuk <i>coping behavior</i> .....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>coping behavior</i> ....	19
B. Perbedaan Antara Pria dan Wanita .....	20
C. <i>Coping Behavior</i> Pada Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break up</i> .....	22

**BAB III METODE PENELITIAN ..... 28**

A. Metode Penelitian yang Digunakan ..... 28  
B. Subyek Penelitian ..... 29  
C. Metode Pengambilan Sampel ..... 30  
D. Metode Pengumpulan Data ..... 31  
    1. Wawancara..... 31  
    2. Observasi ..... 32  
E. Metode Analisis Data..... 33  
F. Uji Kesahihan Data ..... 34

**BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN..... 36**

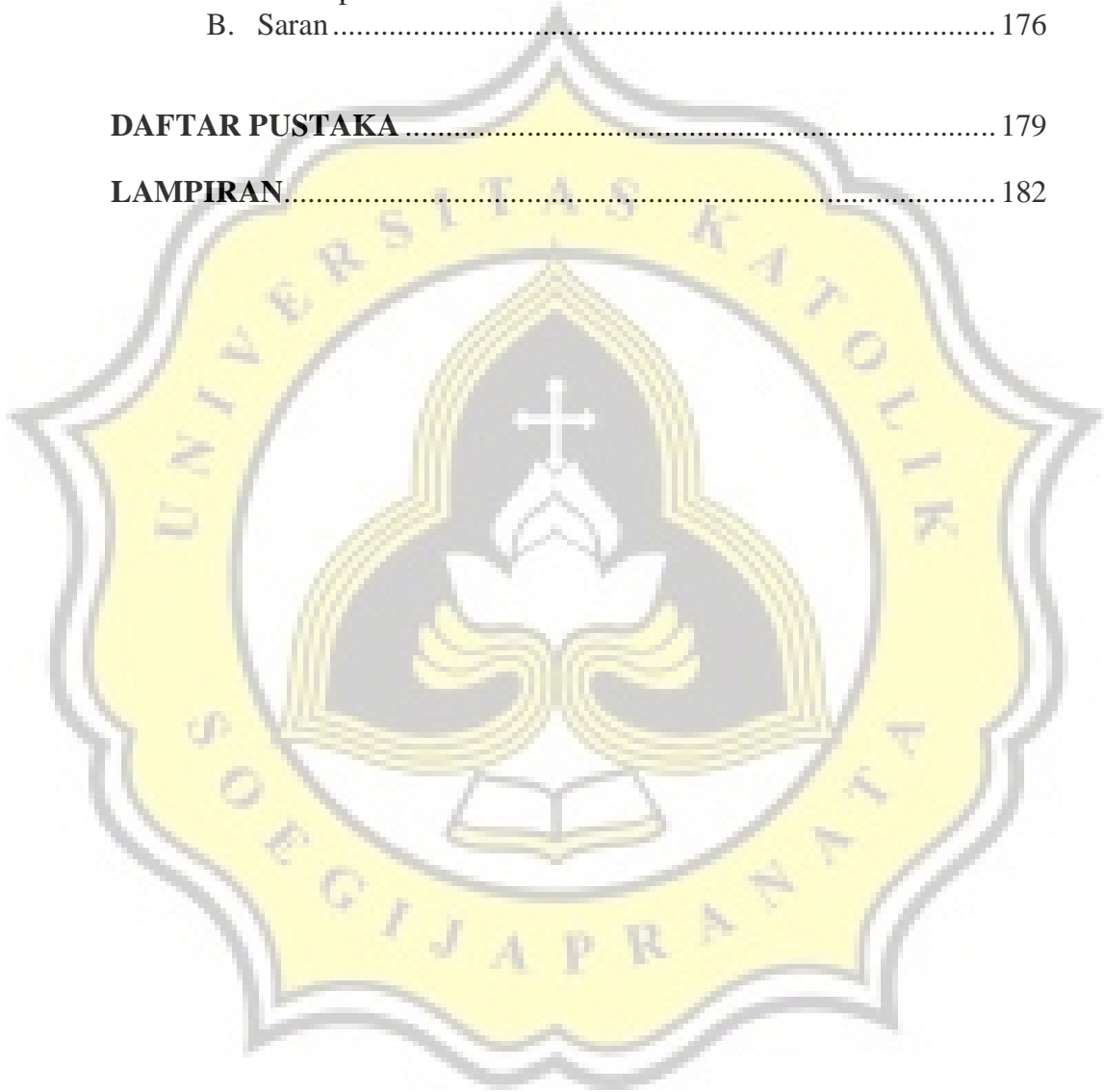
A. Orientasi Kancah Penelitian ..... 36  
B. Persiapan Penelitian ..... 36  
C. Pelaksanaan Pengumpulan Data..... 38  
D. Pengumpulan Data ..... 38  
    1. Subjek X1 ..... 38  
        a. Identitas Subjek..... 38  
        b. Hasil Observasi ..... 39  
        c. Hasil Wawancara..... 42  
        d. Analisis Kasus..... 49  
    2. Subjek X2 ..... 59  
        a. Identitas Subjek..... 59  
        b. Hasil Observasi ..... 59  
        c. Hasil Wawancara..... 62  
        d. Analisis Kasus..... 68  
    3. Analisis Pasangan X1 dan X2..... 77  
    4. Subjek Y1 ..... 81

a.	Identitas Subjek.....	81
b.	Hasil Observasi.....	81
c.	Hasil Wawancara.....	85
d.	Analisis Kasus.....	91
5.	Subjek Y1.....	98
a.	Identitas Subjek.....	98
b.	Hasil Observasi.....	98
c.	Hasil Wawancara.....	100
d.	Analisis Kasus.....	108
6.	Analisis Pasangan Y1 dan Y2.....	117
7.	Subjek Z1.....	121
a.	Identitas Subjek.....	121
b.	Hasil Observasi.....	121
c.	Hasil Wawancara.....	124
d.	Analisis Kasus.....	129
8.	Subjek Z2.....	136
a.	Identitas Subjek.....	136
b.	Hasil Observasi.....	139
c.	Hasil Wawancara.....	139
d.	Analisis Kasus.....	146
9.	Analisis Pasangan Z1 dan Z2.....	153

**BAB V PEMBAHASAN.....** 156

A. Pembahasan..... 156

B. Intensitas Tema Antar Subjek.....	170
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>175</b>
A. Kesimpulan.....	175
B. Saran.....	176
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>179</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>182</b>



## DAFTAR BAGAN

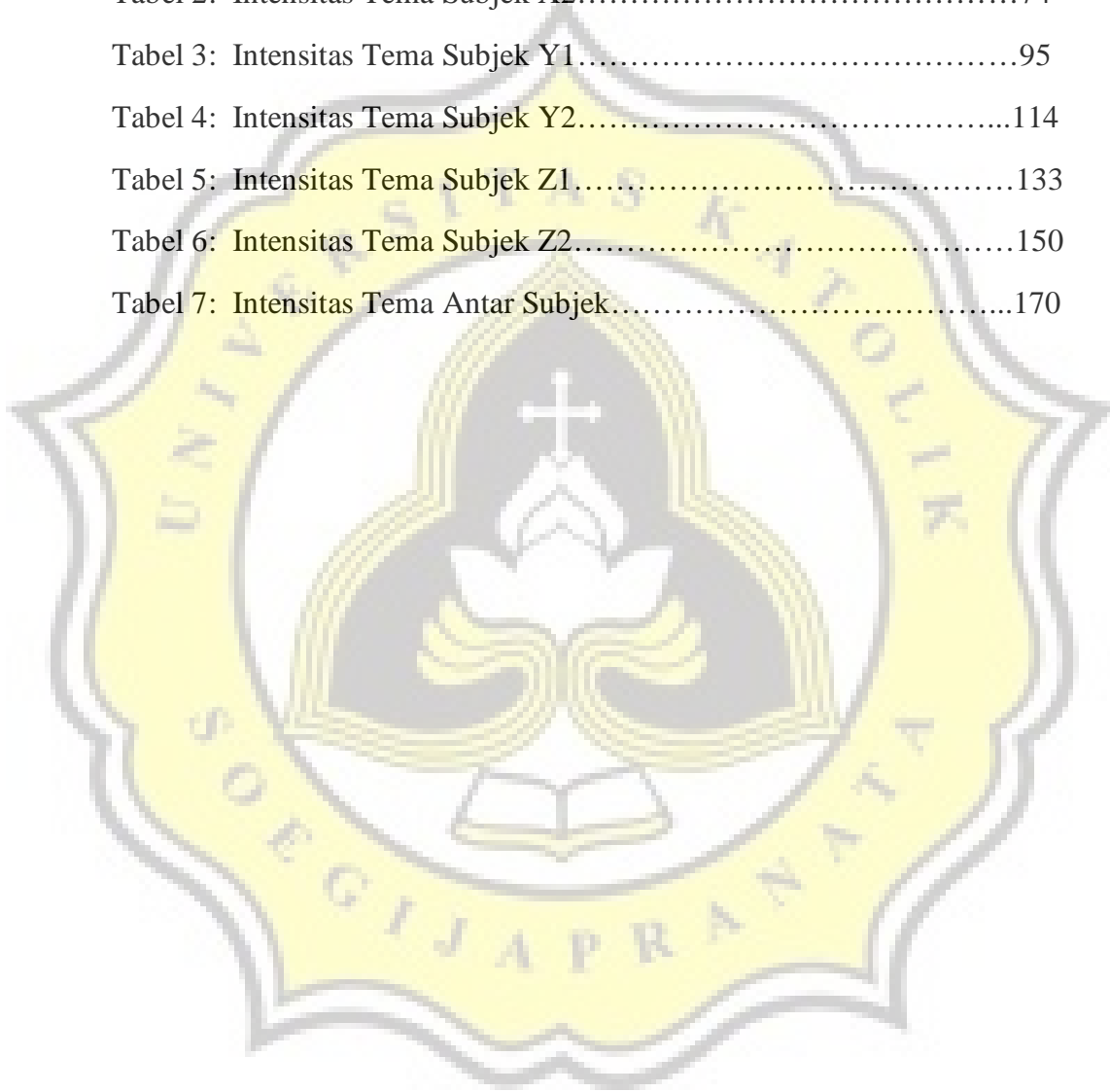
Bagan 1:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Kerangka Kerja).....	27
Bagan 2:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek X1).....	58
Bagan 3:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek X2).....	76
Bagan 4:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Pasangan XI dan X2).....	80
Bagan 5:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek Y1).....	97
Bagan 6:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek Y2).....	116
Bagan 7:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Pasangan Y1 dan Y2).....	120
Bagan 8:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek Z1).....	135
Bagan 9:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Subjek Z2).....	152
Bagan 10:	<i>Coping Behavior</i> Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam Menghadapi <i>Break Up</i> (Pasangan Z1 dan Z2).....	155

Bagan 11: *Coping Behavior* Pria dan Wanita Dewasa Awal Dalam  
Menghadapi *Break Up* (Seluruh Subjek).....174



## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Intensitas Tema Subjek X1.....	56
Tabel 2: Intensitas Tema Subjek X2.....	74
Tabel 3: Intensitas Tema Subjek Y1.....	95
Tabel 4: Intensitas Tema Subjek Y2.....	114
Tabel 5: Intensitas Tema Subjek Z1.....	133
Tabel 6: Intensitas Tema Subjek Z2.....	150
Tabel 7: Intensitas Tema Antar Subjek.....	170





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A: Pedoman Observasi dan Wawancara.....	183
Lampiran B: Hasil Penelitian.....	193
Lampiran C: Surat Keterangan Penelitian.....	288

