

STRATEGI KOPING PADA SANTRIWATI PANTI ASUHAN PUTRI MUHAMMADIYAH PAKEM

Septiana¹⁾, Komarudin²⁾

¹⁾Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

²⁾Program Studi Psikologi Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

*Penulis korespondensi: dms.lseptiana01@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang krusial, ditandai oleh perubahan fisik, emosi, dan sosial yang signifikan. Pada masa ini, remaja sering menghadapi ketidakstabilan emosional yang dapat meningkatkan risiko depresi dan masalah perilaku. Peran lingkungan keluarga menjadi penting dalam mendukung perkembangan mental dan fisik yang sehat. Namun, tidak semua remaja mendapat kesempatan ini, terutama mereka yang tinggal di panti asuhan, di mana stigma sosial dan kondisi terpisah dari keluarga menjadi tantangan tersendiri. Penelitian ini berfokus pada strategi koping santriwati di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem yang berasal dari latar belakang ekonomi tidak mampu, keluarga broken home, dan status yatim piatu. Menggunakan metode kualitatif fenomenologi dengan tiga subjek, data dianalisis secara interpretatif untuk memahami strategi koping mereka dalam menghadapi tantangan emosional dan sosial. Hasil menunjukkan bahwa santriwati cenderung menggunakan emotion-focused coping serta dysfunctional coping, seperti mencari dukungan emosional dari teman dan penghindaran masalah. Faktor-faktor psikologis seperti *self-esteem* yang rendah, *locus of control* eksternal, *trait anxiety* yang tinggi, dan *hardiness* yang rendah turut memengaruhi pola koping yang tidak adaptif ini. Penelitian ini menyimpulkan perlunya pengembangan strategi koping yang lebih adaptif bagi santriwati di panti asuhan, serta dukungan yang memperkuat ketahanan mental mereka dalam menghadapi berbagai tantangan.

Kata-kata kunci: Remaja, strategi koping, panti asuhan, ketahanan mental, koping maladaptif.

ABSTRACT

Adolescence is a crucial developmental phase marked by significant physical, emotional, and social changes. During this time, adolescents often experience emotional instability that can increase the risk of depression and behavioral issues. The family environment plays an important role in supporting healthy mental and physical development. However, not all adolescents have this opportunity, especially those living in orphanages, where social stigma and separation from family present unique challenges. This study focuses on the coping strategies of female adolescents at Putri Muhammadiyah Pakem Orphanage, who come from economically disadvantaged backgrounds, broken homes, and orphaned status. Using a phenomenological qualitative method with three subjects, data were analyzed interpretively to understand their coping strategies in facing emotional and social challenges. The findings indicate that the adolescents tend to employ emotion-focused coping and dysfunctional coping, such as seeking emotional support from friends and avoiding problems. Psychological factors, such as low self-esteem, an external locus of control, high trait anxiety, and low hardiness, also influence these maladaptive coping patterns. This study concludes the need for developing more adaptive coping strategies for adolescent girls in orphanages, along with support to strengthen their mental resilience in facing various challenges.

Keywords: *Adolescents, coping strategies, orphanage, mental resilience, maladaptive coping.*

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan individu, ditandai oleh perubahan signifikan dalam aspek fisik, emosional, dan sosial (Hurlock, 1990; Suryandari, 2020). Pada masa ini, remaja sering kali menghadapi ketidakstabilan emosi seperti kemarahan, kecemasan, dan kesedihan yang berlebihan, yang dapat meningkatkan risiko gejala depresi dan masalah perilaku (Silk dkk., 2003). Faktor lingkungan, terutama keluarga, memiliki peran besar dalam perkembangan emosional remaja; perhatian dan kasih sayang orang tua dapat mendukung pembentukan kepribadian yang sehat (Sumara dkk., 2017; Karlina, 2020). Namun, tidak semua remaja memiliki kesempatan tinggal bersama keluarganya.

Banyak remaja yang tinggal di panti asuhan karena berbagai alasan, seperti keterbatasan ekonomi, kondisi yatim piatu, atau keluarga broken home (Mazaya & Supradewi, 2023). Mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru, aturan yang ketat, serta berbagai tuntutan, termasuk mandiri dalam keseharian tanpa kehadiran keluarga. Remaja di panti asuhan berisiko menghadapi kesulitan adaptasi, merasa kurang dekat dengan teman dan pengasuh, serta mengalami ketidaknyamanan yang dapat memicu perilaku maladaptif dan berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional mereka (Firdaus dkk., 2023).

Di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, remaja atau santri juga mengikuti dua sistem pembelajaran, yakni sekolah umum dan kegiatan religiusitas di asrama. Hal ini menambah beban bagi mereka, terutama dalam menghadapi stres dari interaksi sosial dan tantangan akademik (Millasari & Jannah, 2019). Tekanan ini, ditambah dengan peraturan ketat seperti larangan membawa ponsel atau bertemu lawan jenis, membuat santri di panti asuhan menghadapi tekanan besar yang menuntut strategi coping yang memadai untuk mengelola stres serta beradaptasi dengan lingkungan baru.

Para remaja di panti asuhan sering menghadapi tekanan yang berat yang berdampak pada kondisi fisik dan mental mereka. Di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, beberapa santri bahkan mengalami kesurupan dan pulang ke tempat asal dalam kondisi fisik yang menurun, yang dipicu oleh kelelahan fisik

serta beban psikologis yang intens. Situasi ini memicu masalah kesehatan, seperti gangguan pencernaan dan sesak napas akibat peningkatan stres yang menyebabkan masalah lambung seperti gastritis (Arifiansyah dkk., 2022). Secara lebih luas, stres menyumbang 50-70% dalam memicu berbagai penyakit, termasuk hipertensi, gangguan pencernaan, dan gangguan hormonal (Darwati, 2022).

Menurut studi Asmarani (2023), sumber stres pada santri meliputi frustrasi atas harapan yang tidak terpenuhi dan kondisi lingkungan yang tidak ideal, seperti kamar kotor dan keributan, yang semakin diperparah oleh kejadian kesurupan. Remaja yang tidak mampu mengatasi stres ini cenderung mengalami masalah emosional, merasa inferior, dan kesulitan berinteraksi (Rifai, 2015). Hal ini diperparah dengan aturan ketat di panti dan jadwal kegiatan yang padat, yang membuat santri mengalami tekanan tambahan (Juniati, 2017).

Stres dalam pandangan Lazarus & Folkman (1984) terjadi ketika tuntutan situasi melebihi kemampuan individu, sementara Selye (1950) menganggap stres sebagai respons tubuh terhadap stresor. Dalam perspektif Islam, stres muncul dari hati yang jauh dari Allah SWT, dan ketenangan hati dapat dicapai dengan mengingat-Nya, sebagaimana disebutkan dalam Surah Ar-Rad ayat 28. Studi Rizqiyah (2021) dan Romadhoni dkk. (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar santri di panti asuhan mengalami tingkat stres sedang hingga berat. Stres yang terus berlangsung ini menekankan pentingnya strategi koping yang memadai agar santri dapat beradaptasi dan menjaga kesejahteraan mental serta fisik mereka.

Remaja yang tinggal di panti asuhan sering menghadapi tekanan psikologis yang berat, yang berdampak pada kondisi fisik dan mental mereka. Di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, para santri mengalami tantangan besar, seperti kesulitan beradaptasi, kurangnya dukungan sosial, dan kondisi fisik yang melemah akibat stres. Hal ini mendorong pentingnya strategi koping yang efektif bagi santri dalam menyesuaikan diri dengan situasi yang penuh tekanan (Juniati, 2017). Carver & Smith (1986) mendefinisikan strategi koping sebagai usaha untuk mengurangi ancaman atau tekanan, dengan bentuk-bentuk strategi seperti *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping* (Carver dkk., 1989).

Berdasarkan wawancara dan observasi, diketahui bahwa sebagian besar

santri cenderung menunjukkan koping yang kurang adaptif, seperti menyakiti diri, mengumpat, dan tindakan emosional lainnya. Faktor seperti dukungan sosial yang minim, *self-esteem* rendah, serta latar belakang keluarga dan ekonomi yang sulit turut memengaruhi keterampilan koping santri (Anugrahwati & Wiraswati, 2020). Tingginya regulasi dan tuntutan kegiatan religius di panti yang sulit dipenuhi juga menyebabkan beberapa santri mengalami kesulitan dalam memanfaatkan pendekatan religius sebagai strategi koping. Dukungan sosial, baik dari pengasuh maupun teman, sangat dibutuhkan untuk membantu santri membangun strategi koping yang lebih baik (Tricahyani & Widiasavitri, 2016).

Melihat pentingnya peran panti asuhan dalam mendukung kesejahteraan sosial, pendidikan, serta tingginya tingkat stres pada santri, penelitian ini bertujuan untuk mendalami strategi koping pada santriwati di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem. Penelitian ini diharapkan dapat mengungkap lebih lanjut tentang berbagai faktor yang memengaruhi koping santri, serta memberikan wawasan untuk menciptakan strategi yang lebih adaptif dan suportif di lingkungan panti.

Penelitian ini dilakukan pada Santriwati Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, peneliti tertarik melakukan penelitian di tempat tersebut untuk mengetahui jenis strategi koping yang digunakan santriwati, faktor yang menyebabkan santriwati menggunakan koping tersebut, dan juga untuk mengetahui dinamika psikologis pada santriwati Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, diketahui bahwa santriwati jika dalam tekanan menyakiti dirinya dan membanting barang. Hal ini membuktikan bahwa santrwati belum memiliki strategi koping yang efektif, sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui jenis strategi koping yang digunakan santri, faktor yang mempengaruhi, serta Menyusun dinamika psikologis dari masing-masing santri, dengan harapan peneliti dapat berperan membantu memberikan mekanisme koping yang tepat.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi karena berusaha menjawab pertanyaan penelitian yang bersifat eksploratif dan mendalam,

yaitu mengetahui jenis-jenis strategi koping yang digunakan santri, faktor yang mempengaruhi, serta menyusun dinamika psikologis masing-masing santri Fokus penelitian ini adalah strategi koping, yaitu suatu cara yang digunakan oleh individu ketika dalam kondisi *stress* atau tertekan. Penelitian ini juga mengungkap faktor yang menyebabkan santriwati menggunakan gaya koping tersebut.

Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu suatu teknik pengambilan dan penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015). Sampel atau responden dalam penelitian ini mengacu pada konsep teoritis mengenai strategi koping dan santriwati Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik wawancara semi terstruktur dengan tujuan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, yaitu dinamika psikologis pada masing-masing subjek dalam penelitian. Dalam penelitian semi-terstruktur ini, peneliti membuat panduan wawancara yang dikembangkan dari pertanyaan-pertanyaan penelitian, yaitu: bagaimana gambaran strategi koping yang digunakan oleh santriwati Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem dan faktor-faktor apa saja yang memengaruhi strategi koping tersebut. Adapun panduan wawancara dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dimensi strategi koping, pertanyaan yang akan diajukan mengacu pada 3 dimensi strategi koping yang dikemukakan oleh Carver (2010), yaitu: *problem focused coping, emotional focused coping, dan less useful coping* dan masing-masing terdapat empat belas sub dimensi yaitu, *active coping, planning, positive reframing, seeking of emotional social support, seeking of instrumental social support, acceptance, denial, turning to religion, venting, behavioral disengagement dan selfdistraction, humor, Substance Use, selfblame*.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi strategi koping. Faktor strategi koping yang akan digali dalam penelitian ini berdasarkan pendapat Carver (1989), yaitu *self esteem, Lotus of control, Tipe A Person, Trait Anxiety, dan Hardiness*
Selain wawancara dengan subjek, penelitian ini nantinya menggunakan data yang bersumber dari *significant others* subjek, yaitu pengasuh dan pembina.

Hal ini dimaksudkan untuk melakukan *cross check* data yang bersumber dari keterangan subjek, yaitu coba memastikan dan menffali keterangan dari orang-orang yang berada di sekitar subjek.

Hasil dan Pembahasan

Dinamika strategi koping pada santriwati panti asuhan putri Muhammadiyah pakem dapat dilihat dari 3 dimensi strategi koping (Carver, 1989) yaitu:

1) *Problem-Focused Coping*

ketiga subjek menunjukkan perbedaan yang jelas. Subjek 1 (FAT) menunjukkan kecenderungan untuk melibatkan teman dalam mencari solusi, tetapi tidak secara konsisten mengambil tindakan langsung untuk menyelesaikan masalah. FAT lebih fokus pada dukungan emosional daripada upaya konkret dalam memecahkan masalah. Subjek 2 (RNL) juga tidak sepenuhnya memenuhi kriteria *problem-focused coping*. Meskipun RNL sering menceritakan masalahnya kepada teman dan meminta masukan, perilaku ini lebih mencerminkan pencarian dukungan emosional daripada fokus pada pemecahan masalah secara langsung. RNL cenderung menghindari pemecahan masalah dengan melupakan masalah yang dihadapi. Subjek 3 (SK) menunjukkan pola serupa. Meskipun melibatkan teman dalam pencarian solusi, SK cenderung menghindari pemecahan masalah secara aktif dan lebih suka melupakan masalahnya. Hal ini menunjukkan bahwa ketiga subjek tidak sepenuhnya berkomitmen untuk memecahkan masalah dengan cara yang konstruktif.

2) *Emotion-Focused Coping*

ketiga subjek juga menunjukkan karakteristik yang berbeda. Subjek 1 (FAT) lebih cenderung mengatasi emosinya melalui dukungan sosial, tetapi juga menunjukkan kecenderungan untuk menghindari masalah. FAT menggunakan strategi berbicara dengan teman untuk mengatasi rasa sedih, tetapi tidak selalu berusaha untuk mengelola emosinya dengan baik. Subjek 2 (RNL) menunjukkan perilaku yang lebih jelas terkait *emotion-focused coping*. RNL sering kali menyendiri, menangis, dan melampiaskan kemarahan. RNL kesulitan dalam mengendalikan emosinya dan terkadang

bahkan menyakiti diri sendiri sebagai cara untuk melampirkan perasaan negatif. Subjek 3 (SK) juga menunjukkan pola *emotion-focused coping*. SK cenderung memendam masalah dan berpikir bahwa masalah akan hilang dengan sendirinya. Ketika tertekan, SK memilih untuk menyendiri, tetapi ia juga mendapatkan dukungan dari teman. Namun, SK mengalami kesulitan dalam menerima kondisi dirinya, menunjukkan bahwa pengelolaan emosinya masih belum optimal.

3) *Dysfunctional Coping*

Ketiga subjek juga menunjukkan perilaku *dysfunctional coping* meskipun dengan intensitas dan cara yang berbeda. Subjek 1 (FAT) menunjukkan kecenderungan untuk mengandalkan dukungan emosional tetapi juga memiliki beberapa perilaku yang tidak konstruktif ketika menghadapi masalah. Meskipun tidak terlibat dalam perilaku yang sangat merugikan, FAT masih menunjukkan ketidakmampuan untuk mengelola stres dengan baik. Subjek 2 (RNL) menunjukkan perilaku yang lebih jelas terkait *dysfunctional coping*, seperti merokok dan menghindari pemecahan masalah. RNL mencari ketenangan melalui merokok dan sering mengalihkan perhatian dengan berbicara tanpa mencari solusi konkret. Hal ini menandakan ketidakmampuan untuk mengelola emosi dengan cara yang sehat. Subjek 3 (SK) menunjukkan pola *dysfunctional coping* yang signifikan. SK menggunakan merokok dan alkohol untuk meredakan perasaan negatif, menyalahkan diri sendiri, dan bahkan melampiaskan emosi dengan perilaku agresif. Ini menunjukkan bahwa SK sangat bergantung pada mekanisme yang tidak sehat untuk menghadapi tekanan dan masalah dalam hidupnya.

Dalam penelitian ini ditemukan factor-faktor yang memengaruhi strategi koping santriwati Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, antara lain:

1. *Self-Esteem* (Harga Diri)

Self-esteem memainkan peran penting dalam strategi koping ketiga subjek. Subjek 1 (FAT) menunjukkan bahwa meskipun ia merasa nyaman dengan banyak teman, ketidakpastiannya terkait kemampuan

untuk menyelesaikan masalah menciptakan keraguan dalam diri. Rasa aman yang diperoleh dari dukungan sosial belum cukup untuk meningkatkan kepercayaan diri saat menghadapi tantangan. Subjek 2 (RNL) lebih mampu mengekspresikan emosinya dan percaya bahwa dirinya mampu melewati masalah, menunjukkan tingkat self-esteem yang lebih tinggi. Hal ini memfasilitasi penggunaan strategi koping yang lebih adaptif, seperti mencari dukungan sosial saat menghadapi kesulitan. Sementara itu, subjek 3 (SK) meskipun merasa nyaman di asrama, mengalami kesulitan dalam mengungkapkan emosi saat marah, yang menunjukkan bahwa self-esteem-nya mungkin dipengaruhi oleh aturan yang ketat dan lingkungan yang membuatnya tidak nyaman.

2. *Locus of control*

Locus of control, juga memengaruhi cara subjek dalam mengambil keputusan dan mengatasi masalah. Subjek 1 (FAT) menunjukkan ketergantungan pada orang lain ketika harus mengambil keputusan, menandakan kecenderungan locus of control eksternal. Ini membuatnya kurang aktif dalam mencari solusi, mengandalkan teman untuk membantu mengatasi masalah. Subjek 2 (RNL) memiliki kecenderungan serupa, di mana ia sering menceritakan masalahnya kepada teman dan meminta pendapat teman sebelum mengambil keputusan. Sedangkan subjek 3 (SK) menunjukkan inisiatif dalam mencari tantangan baru dan berusaha menepati janji, menunjukkan bahwa ia memiliki *locus of control* yang lebih internal, meskipun masih ada ketergantungan dalam konteks sosial.

3. *Tipe A Personality*

Karakteristik Tipe A berkontribusi pada dinamika perilaku ketiga subjek. Subjek 1 (FAT) dan subjek 2 (RNL) sama-sama menunjukkan ketidaksabaran dan kecenderungan untuk menyerah dalam situasi yang menuntut kesabaran, yang berdampak pada kemampuan individu untuk menghadapi masalah dengan tenang. Subjek 2 (RNL) bahkan mengekspresikan kemarahan dengan perilaku agresif, seperti

menendang barang. Subjek 3 (SK), yang juga memiliki ciri Tipe A, menunjukkan perilaku yang lebih ekstrem, seperti menyayat tangan, yang menandakan bahwa ketidaksabaran dapat menyebabkan tindakan yang merugikan diri sendiri. Ini menunjukkan bahwa perilaku impulsif yang terkait dengan Tipe A berpotensi memperburuk reaksi individu terhadap stres.

4. *Trait anxiety*

Trait anxiety, berperan signifikan dalam memengaruhi strategi koping ketiga subjek. Subjek 1 (FAT) mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi dan sering merasa tidak nyaman secara fisik ketika menghadapi stres. Ini membuatnya cenderung pasif dan menghindari pengungkapan masalah. Subjek 2 (RNL) juga menunjukkan kesulitan fokus dan cenderung menghindari masalah yang sulit. Sementara itu, subjek 3 (SK) mengalami berbagai keluhan fisik yang mengganggu, seperti pegal dan sakit kepala saat menghadapi masalah. Kecenderungan untuk menghindari dan menunda menyelesaikan masalah ini menunjukkan bahwa *trait anxiety* individu berkontribusi pada penggunaan strategi koping yang kurang efektif.

5. *Hardiness*

Hardiness yang mencakup dukungan sosial dan komitmen untuk mencapai tujuan, terlihat beragam di antara ketiga subjek. Subjek 1 (FAT) merasa kurang mendapatkan dukungan dari teman dan pengasuh, yang dapat memengaruhi kemampuannya untuk bertahan dalam menghadapi stres. Subjek 2 (RNL) dan subjek 3 (SK) menunjukkan etos kerja dan komitmen yang lebih baik, meskipun RNL merasa kurang mendapatkan dukungan dari pengasuh. Di sisi lain, subjek 3 (SK) memiliki komitmen yang kuat untuk mencapai tujuannya, meskipun menghadapi kesulitan emosional. Dukungan sosial yang kurang dapat menghambat strategi koping yang efektif bagi ketiga subjek.

Secara keseluruhan, ketiga subjek mengalami tantangan psikologis yang mirip, termasuk *self-esteem* yang lemah, *locus of control* yang lebih eksternal,

trait anxiety yang tinggi, dan *hardiness* yang rendah. Hal ini menyebabkan subjek lebih memilih strategi coping yang bersifat pasif dan reaktif, berfokus pada pengelolaan emosi daripada mencari solusi efektif untuk masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, ada kebutuhan untuk mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif dan memperkuat faktor-faktor psikologis internal untuk meningkatkan kemampuan subjek dalam menghadapi tekanan dan tantangan hidup dengan lebih baik.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis terhadap strategi coping yang diterapkan oleh santriwati di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem, dapat disimpulkan bahwa santriwati cenderung menggunakan pendekatan *emotion-focused coping* dan *dysfunctional coping*. Meskipun ada upaya untuk menerapkan *problem-focused coping*, santriwati lebih sering mengandalkan pengelolaan emosi, seperti mencari dukungan emosional dari teman dan pasangan, serta melibatkan diri dalam aktivitas yang tidak menyelesaikan masalah secara langsung. Kecenderungan untuk menggunakan *dysfunctional coping* juga terlihat dalam perilaku menghindari masalah dan mencari pelarian dari stres, yang menunjukkan sikap menghindari konfrontasi dengan tantangan yang dihadapi.

Faktor-faktor psikologis yang memengaruhi strategi coping ini antara lain adalah *self-esteem* yang tidak stabil, *locus of control* yang cenderung eksternal, sifat kepribadian Tipe A, tingkat *trait anxiety* yang tinggi, serta *hardiness* yang rendah. Ketidakstabilan harga diri membuat santriwati merasa kurang percaya diri dalam menghadapi masalah. Selain itu, ketergantungan pada orang lain untuk mencari solusi mencerminkan kurangnya kontrol pribadi dalam situasi sulit, yang semakin memperburuk kemampuan subjek dalam menghadapi stres.

Dinamika psikologis strategi coping santriwati menunjukkan bahwa subjek sering terjebak dalam pola coping yang tidak adaptif. Ketidakmampuan untuk menerapkan *problem-focused coping* secara efektif, dikombinasikan dengan kecenderungan untuk menghindari masalah dan mencari pelarian emosional, dapat memperburuk kesehatan mental subjek. Meskipun mendapatkan dukungan emosional dari teman-teman dan pasangan, santriwati tetap menghadapi kesulitan

dalam membangun ketahanan menghadapi stres.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyoroti perlunya perhatian lebih dalam pengembangan strategi koping yang lebih adaptif dan peningkatan ketahanan mental bagi santriwati di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Pakem. Melalui pemahaman lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi strategi koping, diharapkan dapat membantu santriwati dalam menghadapi tantangan dengan lebih konstruktif dan efektif.

Daftar Pustaka

- A, S. Sodik. (2015). Dasar Metodologi Penelitian. In *Dr. Sandu Siyoto, SKM., M.Kes, Dasar Metodologi Penelitian; Editor: Ayup—Cetakan 1—Yogyakarta: Literasi Media Publishing, Juni 2015.*
<https://doi.org/10.15713/ins.mmj.3>
- Andrean, E., & Akmal, S. Z. (2019). Bagaimana remaja panti asuhan memandang masa depan? Pentingnya dukungan lingkungan. *Psycho Idea*, 17(1), 52-66.
- Angelica, H., & Tambunan, E. H. (2021). Stres dan koping mahasiswa keperawatan selama pembelajaran daring di masa pandemik Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 28-34.
- Anugrahwati, K. L., & Wiraswati, A. A. K. S. (2020). Pentingnya penerimaan diri bagi remaja panti asuhan islam. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 12(2), 107-122.
- Arifiansyah, K. T. P., Nu'im Haiya, N., & Ardian, I. (2022). Hubungan Antara Stress Dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis Pada Remaja Di Pondok Pesantren X Kudus. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(1), 866-871.
- Asmarani, Y. (2023). *Dinamika Stres Santri baru di Pondok Pesantren Modern Al-Ikhlas Desa Labunti Kecamatan Lasalepa Kabupaten Muna.* (Doctoral dissertation, IAIN KENDARI).
- Bachri, B. S. (2010). Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif. *Teknologi Pendidikan*, 10, 46–62.
yusuf.staff.ub.ac.id/files/2012/11/meyakinkan-validitas-data-melalui-triangulasi-pada-penelitian-kualitatif.pdf
- Bungin, M. Burhan. 2007. *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual review of psychology*, 61, 679-704.
- Carver, C. S., & Connor-Smith, J. (2010). Personality and coping. *Annual Review of Psychology*. Vol. 61. 679-704.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022->

3514.56.2.267

- Cherewick, M., Bertomen, S., Njau, P. F., Leiferman, J. A., & Dahl, R. E. (2024). Dimensions of the KidCope and their associations with mental health outcomes in Tanzanian adolescent orphans. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 12(1), 2288883.
- Darwati, Y. (2022). Coping Stress Dalam Perspektif Al Qur'an. *Spiritualita*, 6(1), 1-16.
- Dooly, M., Moore, E., & Vallejo, C. (2017). Research ethics. *Research-publishing.net*.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33-54.
- Fiantika, F. R., Wasil, M., Jumiyati, S., Honesti, L., Wahyuni, S., Mouw, E., ... & Waris, L. (2022). Metodologi Penelitian Kualitatif. Get Press.
- Fink, G. (2010). Stress: Definition and history. *Stress science: neuroendocrinology*, 3(9), 3-14.
- Firdaus, Annisa Mazda, Dian Ratna Sawitri, and Meidiana Dwidiyanti. "Pengaruh Intervensi Happy Spiritual Terhadap Koping Stres Pada Remaja di Panti Asuhan." (2023).
- Fitriasari, A., Septianingrum, Y., & Budury, S. (2020). Stres pembelajaran online berhubungan dengan strategi koping mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 985-992.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of health and social behavior*, 219-239.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of a stressful encounter: cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of personality and social psychology*, 50(5), 992.
- Frianty, R., & Yudiani, E. (2015). Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Strategi Coping Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Tahfidz Putri. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 1(1), 59-70.
- Gumilang, G. S. (2016). Metode penelitian kualitatif dalam bidang bimbingan dan konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2).
- HAMZAH, D. A. (2021). Metode Penelitian Kualitatif: Rekonstruksi Pemikiran Dasar Natural Research Dilengkapi Contoh, Proses, dan Hasil 6 Pendekatan Penelitian Kualitatif. CV Literasi Nusantara Abadi.
- Hasanah, M. (2019). Stres dan solusinya dalam perspektif psikologi dan islam. *Ummul Qura Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, 13(1), 104-116.
- Hasanah, U., & Sa'adah, N. (2021). Gambaran Stress dan Strategi Coping pada Santri Tahfidz di Pondok Pesantren Al-Mahrusiyah Asrama al-'Asyiqiyah. *SCHOLASTICA: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 3(2), 1-16.
- Hermenau, K., Eggert, I., Landolt, M. A., & Hecker, T. (2015). Neglect and

- perceived stigmatization impact psychological distress of orphans in Tanzania. *European Journal of Psychotraumatology*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v6.28617>
- Hurlock, E. B. (2022). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi 13). Jakarta: Erlangga
- Jahan, T. F. (2015). Psychological Well-being and Achievement Motivation among Orphan and Non-orphan Adolescents of Kashmir. *Indian Journal of Health and Wellbeing*.
- Juniati, A. S. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Strategi Koping Yang Digunakan Pada Santri Remaja Di Pondok Pesantren Nurul Alimah Kudus. *Prosiding HEFA (Health Events for All)*, 1(1).
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147-158.
- Lazarus, R. (1986). Coping strategies. In *Illness behavior: A multidisciplinary model* (pp. 303-308). Boston, MA: Springer US.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of personality*, 1(3), 141-169.
- Li, Y., Peng, J., & Tao, Y. (2023). Relationship between social support, coping strategy against COVID-19, and anxiety among home-quarantined Chinese university students: A path analysis modeling approach. *Current Psychology*, 42(13), 10629-10644.
- Ma, T. L., Bell, K., Dong, T., Durning, S. J., & Soh, M. (2023). *Military medical students' coping with stress to maintain well-being*. *Military Medicine*, 188(Supplement_2), 26-34.
- Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis hubungan resiliensi matematik terhadap kemampuan pemecahan masalah siswa pada materi lingkaran. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 819-826.
- MASRUROH, N. M. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Mekanisme Koping Stres pada Remaja di Pondok Pesantren KH Syamsuddin Durisawo Ponorogo* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Ponorogo).
- Mazaya, K. N., & Supradewi, R. (2023). Konsep diri dan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 6(2), 103-112.
- Mazaya, K. N., & Supradewi, R. (2023). Konsep diri dan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. *Proyeksi: Jurnal Psikologi*, 6(2), 103-112.
- Millasari, S., & Jannah, S. R. (2019). Hubungan antara Sistem Pembelajaran dengan Tingkat Stres dan Adaptasi pada Siswa Pesantren Aceh Besar. *JIM Fkep*, 4, 83-89.
- Nisak, C. (2017). Hubungan dukungan emosional teman sebaya dengan

- mekanisme koping pada remaja perempuan di pondok pesantren Nurul Islam Jember.
- Pahleviannur, M. R., De Grave, A., Saputra, D. N., Mardianto, D., Hafrida, L., Bano, V. O., ... & Sinthania, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Pradina Pustaka.
- Pahleviannur, M. R., De Grave, A., Saputra, D. N., Mardianto, D., Hafrida, L., Bano, V. O., ... & Sinthania, D. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Pradina Pustaka.
- Purnama, M. D., Maulida, A., & Sarbini, M. (2019). Implementasi Metode Pembelajaran Alquran Bagi Santri Usia Tamyiz Di Kuttab Al-Fatih Bantarjati Bogor. *Prosa PAI: Prosiding Al Hidayah Pendidikan Agama Islam, 1(2B)*, 179-191.
- Rahardjo, M. (2011). Metode pengumpulan data penelitian kualitatif.
- Rahmawati, A. D., & Lestari, S. (2015). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Kepatuhan Santri di Pondok Pesantren Modern.
- Renanita, Theda, Moh Abdul Hakim, and Kwartarini W. Yuniarti. "Vulnerable Factors Of Sadness Among Adolescents Inindonesia: An Exploratory Indigenous Research." *Humanitas 9.1* (2012): 1.
- Rifai, N., & Kumaidi, M. A. (2015). *Penyesuaian diri pada remaja yang tinggal di panti asuhan (Study kasus pada remaja yang tinggal di panti asuhan yatim piatu muhammadiyah klaten)* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rizqiyah HS, F. A. T. I. K. A. H. (2021). *Stres Dan Strategi Koping Pada Santri Pondok Pesantren Modern Zam-Zam Muhammadiyah Cilongok Banyumas* (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto).
- Romadhoni, Rahayu Woro, and Wiwiek Widiatie. "Pengaruh terapi mindfulness terhadap tingkat stres remaja di panti asuhan Al-Hasan Watugaluh Diwrek Jombang." *Jurnal EDUNursing 4.2* (2020): 77-86.
- Sari, D. P., & Komarudin, K. (2024). The Relationship Between Coping Strategies and Resilience for Students with People Pleaser Tendency. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi, 5(9)*, 3360-3368.
- Silk, J. S., Steinberg, L. & Morris, A. S. (2003). Adolescents' Emotion Regulation in Daily Life: Links to Depressive Symptoms and Problem Behavior. Source: *Child Development, 74*, 1869-1880.
- Solikhah, S., Ruliyandari, R., & Marwati, T. A. (2023). Pendidikan kenakalan remaja di panti asuhan muhammadiyah prambanan yogyakarta. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(1)*, 13-21.
- Sumara, Dadan Sumara, Sahadi Humaedi, and Meilanny Budiarti Santoso. "Kenakalan remaja dan penanganannya." *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 4.2* (2017).
- Suryandari S. (2020). Pengaruh Pola Asuh Orang tua Terhadap Kenakalan

remaja. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar* E-ISSN: 2598-408X, P-ISSN: 2541-0202

- Syaehotin, S., & Atho'illah, A. Y. (2020). Ta'dzim Santri Kepada Kiai (Studi Makna Penghormatan Murid kepada Guru di Pesantren). *Al Qodiri: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Keagamaan*, 18(1), 240-248.
- Tricahyani, I. A. R., & Wideasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada remaja awal di panti asuhan Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 542-550.
- Tumangkeng, S. Y. L., & Maramis, J. B. (2022). Kajian Pendekatan Fenomenologi: Literature Review. *Jurnal Pembangunan Ekonomi Dan Keuangan Daerah*, 23(1), 14-32.
- Wechsler, B. (1995). Coping and coping strategies: a behavioural view. *Applied Animal Behaviour Science*, 43(2), 123-134.
- Yang, Q., Guo, M., & Wang, Y. (2021). The Role of Coping Strategies in Mental Health and Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12, 630831.
- Yusanto, Y. (2020). Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif. *Journal of scientific communication (jsc)*, 1(1).
- Zhang, Y., Li, L., & Liu, H. (2021). The Effectiveness of Coping Strategies in Reducing Stress and Anxiety in Nurses during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 8556.