

*No. Reg :191140000016581*

**LAPORAN PENELITIAN**



**KONTRIBUSI *EMOTION FOCUSED COPING* TERHADAP  
KESIAPAN MENGHADAPI BENCANA ALAM**

Diajukan oleh:

**Syaiful Indra, M.Pd., Kons.**

NIDN: 0115129001

ID Peneliti: 011512900108001

<b>KATEGORI PENELITIAN</b>	<b>PENELITIAN PEMBINAAN/ KAPASITAS</b>
<b>BIDANG ILMU KAJIAN</b>	<b>DAKWAH DAN KOMUNIKASI</b>
<b>SUMBER DANA</b>	<b>DIPA UIN AR-RANIRY</b>

**PUSAT PENELITIAN DAN PENERBITAN  
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA  
MASYARAKAT UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
OKTOBER 2019**

**LEMBARAN IDENTITAS DAN PENGESAHAN LAPORAN PENELITIAN  
PUSAT PENELITIAN DAN PENERBITAN LP2M UIN AR-RANIRY  
TAHUN 2019**

1. a. Judul Penelitian : Kontribusi *Emotion Focused Coping*  
Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam
- b. Kategori Penelitian : Penelitian Pembinaan/ Kapasitas
- c. No. Registrasi : 191140000016581
- d. Bidang Ilmu yang diteliti : Bimbingan dan Konseling
  
2. Peneliti/Ketua Peneliti
  - a. Nama Lengkap : Syaiful Indra
  - b. Jenis Kelamin : Laki-laki
  - c. NIP<sup>(Kosongkan bagi Non PNS)</sup> : 199012152018011001
  - d. NIDN : 0115129001
  - e. NIPN (ID Peneliti) : 011512900108001
  - f. Pangkat/Gol. : Penata Muda TK. I/ III/b
  - g. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
  - h. Fakultas/Prodi : Dakwah dan Komunikasi/ BKI
  
3. Lokasi Penelitian :
4. Jangka Waktu Penelitian : 6 (enam) Bulan
5. Th Pelaksanaan Penelitian : 2019
6. Jumlah Biaya Penelitian : Rp. 15.000.000
7. Sumber Dana : DIPA UIN Ar-Raniry B. Aceh Tahun 2019
8. *Output dan Outcome* Penelitian : a. Laporan Penelitian; b. Publikasi Ilmiah; c. HKI

Mengetahui,  
Kepala Pusat Penelitian dan Penerbitan  
LP2M UIN Ar-Raniry Banda Aceh,

Banda Aceh, 30 Oktober 2018  
Peneliti,

**Dr. Muhammad Maulana, M. Ag.**  
NIP. 197204261997031002

**Syaiful Indra, M.Pd., Kons.**  
NIDN. 0115129001

Menyetujui:  
Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh,

**Prof. Dr. H. Warul Walidin AK., MA.**  
NIP. 195811121985031007

## DAFTAR ISI

<b>Lembar Identitas dan Pengesahan Laporan .....</b>	<b>i</b>
<b>Daftar Isi.....</b>	<b>ii</b>
<b>Abstrak .....</b>	<b>iv</b>
<b>Kata Pengantar.....</b>	<b>v</b>
<b>Daftar Tabel .....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
A. Kesiapan Megnhadapi Bencana Alam .....	9
1. Pengertian Kesiapan .....	9
2. Prinsip-prinsip Kesiapan .....	10
3. Bencana Alam .....	11
4. Kesiapsiagaan .....	13
B. Emotion Focused Coping .....	13
1. Pengertian Emotion Focused Coping .....	14
2. Dimensi Emotion Focused Coping.....	17
3. Strategi Emotion Focused Coping .....	19
C. Kontribusi Emotion Focused Coping Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana .....	22
D. Kajian Penelitian yang Relevan .....	23
E. Hipotesis .....	25
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
A. Jenis Penelitian .....	27
B. Lokasi Penelitian .....	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	27
D. Definisi Operasional .....	30
E. Pengembangan Instrumen.....	31
F. Uji Coba Instrumen Penelitian .....	31
G. Teknik Pengumpulan Data .....	38
H. Teknik Analisis Data .....	39

<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>44</b>
A. Deskripsi Data .....	44
B. Pengujian Prasyarat Analisis .....	46
C. Hipotesis Penelitian .....	48
D. Pembahasan.....	51
<b>BAB IV. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>

## ABSTRAK

Permasalahan pada masa anak harus segera diselesaikan sebab pengalaman pada masa tersebut memiliki pengaruh pada pola kehidupan dan perkembangannya di masa dewasa". Anak-anak korban tsunami di Aceh, hendaknya mendapatkan intervensi yang tepat untuk permasalahan psikologisnya agar tidak mengalami gangguan perilaku di masa dewasa. Oleh sebab itu, kesiapan menghadapi bencana alam dianggap penting untuk diteliti. *Emotion focused coping* merupakan proses kognitif yang berfokus pada pengurangan tekanan emosional dan termasuk strategi seperti, meminimalisir, menjauhi, perhatian yang selektif, perbandingan positif, dan mengambil nilai positif dan negatif dari sebuah peristiwa. Sehingga *emotion focused coping* mampu memberikan kontribusi terhadap nilai-nilai positif terhadap suatu peristiwa buruk/negatif seperti bencana alam.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: untuk mendeskripsikan gambaran *emotion focused coping* siswa panti asuhan Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar . Untuk mendeskripsikan gambaran kesiapan menghadapi bencana alam alam siswa panti asuhan Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar . Untuk mendeskripsikan *emotion focused coping* siswa panti asuhan Niramala dalam kesiapan menghadapi bencana alam alam.

Penelitian ini termasuk penelitian deskriptif, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian adalah siswa siswa panti asuhan sebanyak 595 orang. Siswa panti asuhan yang dijadikan sampel dalam penelitian ini sebanyak 240 orang, yang dipilih dengan teknik *proportional random sampling*. Instrumen yang digunakan yakni skala *Likert*. Tujuan Penelitian pertama, kedua dan ketiga dianalisis dengan teknik persentase, tujuan penelitian keempat dan kelima dianalisis dengan regresi linier.

**Kata Kunci: *Emotion Focused Coping*, Kesiapan Menghadapi Bencana Alam, Panti Asuhan**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti sampaikan kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang memberikan rahmat-Nya, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik sesuai dengan waktu yang telah direncanakan dengan judul penelitian “Kontribusi *Emotion Focused Coping* Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam”.

Pada kesempatan ini, peneliti menyampaikan terima kasih kepada: UIN Ar-Raniry yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti dan seluruh pihak yang membantu dalam menyelesaikan penelitian ini,

Semoga Allah memberikan balasan untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belumlah sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Harapan peneliti semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Banda Aceh, 1 November 2019  
Peneliti,

Syaiful Indra

## Daftar Tabel

Tabel 1. Jumlah Siswa Panti Asuhan .....	27
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	30
Tabel 3. Hasil Validitas Butir.....	35
Tabel 4. Hasil Reabilitas .....	38
Tabel 5. Deskripsi Data Emotion Focused Coping .....	44
Tabel 6. Deskripsi Data Kesiapan Menghadapi Bencana Alam.....	45
Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Regresi.....	49
Tabel 8. Hasil Uji Signifinkansi.....	50
Tabel 9. Hasil Analisis Regresi.....	50

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Indonesia merupakan negara yang memiliki kekayaan alam yang sangat beragam. Mulai dari wilayah perairan yang luas, tanah yang subur, gunung berapi dan keindahan alam lainnya. Kekayaan alam yang dimiliki bangsa Indonesia jika dikelola dengan baik maka dapat memenuhi kebutuhan keberlangsungan hidup manusia. Namun dibalik kekayaan alam yang dimiliki Indonesia tersimpan sebuah fenomena alam yang mampu merusak berbagai sendi-sendi kehidupan manusia.

Gelombang besar tsunami yang pernah terjadi di Nanggroe Aceh Darussalam (NAD) pada tanggal 26 Desember 2004 merupakan bencana nasional yang banyak menelan korban jiwa dan merusak berbagai sendi-sendi kehidupan baik fisik maupun tidak fisik. Aspek kerusakan yang terjadi dalam hal ini adalah aspek psikologis, sosial, budaya, ekonomi, dan infrastruktur. Para korban bencana tsunami merasakan dampak traumatik yang mendalam pasca tsunami, gangguan-gangguan psikologis berupa stress, kecemasan yang berlebihan dan depresi. Seperti yang disampaikan oleh Davison & Neale (1996) "setiap individu yang merasakan bencana dan kehilangan keluarga memiliki kecenderungan gangguan psikologis". Gangguan psikologis



yang dapat terjadi pada korban bencana adalah stres berat, stres akut dan *post-traumatic stress disorders*. Menurut Corney & Jenkins (2005:1) menyatakan bahwa

*psychological and psychiatric disorders are the third most common diagnosis in consultations in primary care, closely following respiratory disorders (15 per cent) and cardiovascular disorders (11 per cent). As long ago as 1966, Shepherd and colleagues demonstrated that 14 per cent of consultations in general practice have an identified psychological component, and that most of this morbidity is depression and anxiety.*

Christopher & Rex (2000) menyatakan bahwa “80% individu dengan gangguan *post-traumatic stress disorders* akan mengalami gangguan psikologis seperti depresi, insomnia, *anxiety*, *substance abuse* dan lain-lain”. “Gangguan *post-traumatic stress disorders* biasanya tidak langsung muncul saat peristiwa, akan tetapi memiliki rentang yang panjang pasca trauma yaitu satu tahun sampai dengan sepuluh tahun pasca bencana” (Hartini, 2008). Pasca bencana yang dialami 14 tahun lalu di NAD menjadi perhatian yang serius, kekhawatiran akan gangguan *post-traumatic stress disorders* dialami oleh anak-anak NAD. Seperti yang disampaikan oleh Seto (dalam Hartini, 2008) menyatakan bahwa “permasalahan pada masa anak harus segera diselesaikan sebab pengalaman pada masa tersebut memiliki pengaruh pada pola kehidupan dan perkembangannya di masa dewasa”. Anak-anak korban tsunami di Aceh, hendaknya mendapatkan intervensi yang

tepat untuk permasalahan psikologisnya agar tidak mengalami gangguan perilaku di masa dewasa.

Berdasarkan data yang dibagikan oleh BBC (dalam Budiarto, 2009) “data dari bencana besar lainnya, antara 50% sampai dengan 90% populasi yang terkena bencana kemungkinan besar akan mengalami *stress post-trauma* dan depresi”. Jelas bahwa dampak yang ditimbulkan oleh bencana alam seperti tsunami dan gempa bumi memiliki dampak yang serius. Seperti yang dipaparkan oleh Studi Aspek Sosial Ekonomi Paska Tsunami (dalam Budiarto, 2009) memaparkan berupa “data gejala gangguan stress dan trauma setelah bencana. sebagai berikut: (1) merasa sangat kesal ketika diingatkan 94 %, (2) memori mengerikan yang berulang-ulang 66 %, (3) sulit tidur 62 %, (4) Hati-hati dan sangat waswas 46 %”. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa kecenderungan gangguan psikologis pasca bencana memberi dampak yang buruk pada individu, khususnya pada anak-anak. Begitu juga halnya dengan anak-anak pada panti asuhan, berbagai problematika kehidupan yang dialami. Kondisi kehidupan tanpa adanya pendampingan dari orang tua kandung, maka kondisi kehidupan akan berbeda dengan anak yang memiliki ayah dan ibu yang masih lengkap. Tidak adanya orangtua kandung berdampak pada sikap anak panti asuhan dalam menghadapi gejala permasalahan misalnya bencana alam. Minnis, Everett, Anthony, Pelosi, Dunn, dan Knapp (2006) menyatakan bahwa “yang biasanya dialami

oleh anak panti asuhan adalah permasalahan perilaku dan emosional”.

Bedasarkan data lapangan yang diperoleh peneliti di panti asuhan Yayasan Darul Abrar pada tanggal 9 September 2018, anak-anak panti asuhan tersebut berasal dari berbagai daerah dari provinsi Aceh. Beberapa faktor yang mempengaruhi sehingga anak-anak dititipkan di panti asuhan Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar adalah anak yang tidak memiliki orangtua yang disebabkan dampak bencana, anak jalanan, dan anak yang ditelantarkan oleh orangtua. Berbagai probelamatika yang dialami oleh anak panti asuhan khususnya yang pernah ditinggalkan oleh orangtua akibat bencana alam baik gempa bumi dan tsunami. Dampak yang masih mereka rasakan adalah masih ada kekhawatiran dalam diri dan kecemasan yang berlebihan ketika saat mengingat kembali masa sulit tersebut. Beberapa anak sering terlihat menyendiri dan stres ringan, sehingga memunculkan masalah baru akibat dampak masa lalu yang kurang baik. Gangguan psikologis dan tingkah laku salah suai disebabkan oleh berbagai faktor misalnya *self esteem*, *self efficacy*, masa lampau, dan strategi penyelesaian masalah atau strategi *coping*. “Stres melibatkan pengendalian yang rendah dari rangsangan yang tidak menyenangkan”, (Indra, 2015:178).

*“Stress as a biological process of defense offers an interesting analogy to the psychological process we shall later call 'coping' in which a person struggles to manage psychological stress”, (Lazarus*

& Folkman, 1984:3). Stres sebagai pertahanan biologis yang memberikan analogi dalam proses psikologis yang disebut *coping* yang mana seorang individu berjuang untuk mengelola tekanan psikologis. “*Setting more ambitious goals, such as seeking integration through having children attend local schools, entails more stress, stress which requires more coping*”, (Knipe, 2001: 112). “Anak-anak yang mengalami stres akibat dari berbagai faktor tekanan psikologis, sehingga memerlukan *coping* yang lebih baik. Salah satu bentuk strategi *coping* adalah *emotion focused coping*” (Lazarus, 1984).

“*Emotion focused coping* merupakan proses kognitif yang berfokus pada pengurangan tekanan emosional dan termasuk strategi seperti menghindar, meminimalisir, menjauhi, perhatian yang selektif, perbandingan positif, dan mengambil nilai positif dan negatif dari sebuah peristiwa”, (Lazarus, 1984). Rita, dkk (1987) menyatakan bahwa “*emotion focused coping* adalah fokus individu dalam menghilangkan ketangangan emosi yang berkaitan dengan keadaan stres, walaupun kondisi tersebut tidak berubah”. Pada *emotion focused coping* individu berusaha untuk mengendalikan kesan emosional yang muncul pada dirinya akibat dari sebuah peristiwa.

*Emotion focused coping* digunakan untuk mengurangi tekanan emosi berlebihan yang bersumber pada individu akibat dari berbagai permasalahan dan persepsi atas peristiwa

dengan menggunakan *coping* kognitif. Penggunaan *emotion focused coping* mampu mengendalikan kontrol dirinya terhadap permasalahan yang pernah terjadi sebelumnya. Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melihat strategi *emotion focused coping* anak panti asuhan dalam kesiapan menghadapi bencana alam alam. Oleh sebab itu, anak-anak panti asuhan yang diwarnai oleh pengalaman-pengalaman masa lalu yang pelik dan ditnggalkan oleh orang tua akibat bencana alam yang pernah terjadi di Aceh sangat berkaitan dengan *emotion focused coping*. Masalah-masalah yang timbul dampak bencana masa lalu masih dirasakan oleh anak-anak panti asuhan. Ketidakmampuan anak panti asuhan dalam menggunakan *emotion focused coping* akan menghasilkan sikap dan perilaku yang salah suai. Jika hal tersebut diabaikan maka permasalahan yang dailami oleh anak panti asuhan tidak akan terselesaikan dengan baik.

Berdasarkan fenomena yang telah peneliti kemukakan pada bagian atas yang berkenaan dalam mengatasi tekanan psikologis akibat historis peristiwa bencana alam di masa lalu, maka topik tentang *emotion focused coping* merupakan suatu upaya dalam mengurangi dan meminimalisir tekanan psikologis yang muncul pada siswa panti asuhan. Beberapa ahli berpendapat bahwa siswa panti asuhan yang *notabane*-nya adalah pada tugas perkembangannya anak-anak dan remaja yang sangat rentan mengalami tekanan psikologis yang diakibatkan peristiwa buruk. Suatu masalah dialami oleh

siswa panti asuhan yang tidak dapat diselesaikan dan di *manage* dengan baik. “beberapa siswa merasa bingung dan tidak mampu menyelesaikan permasalahan yang jelas (*planful problem solving*), mencari dukungan informasi (*informational support*), dan merencanakan masalah melalui tindakan positif (*cognitive coping*)”, (Sujadi, 2016). Ketidakmampuan siswa panti asuhan dalam mengimplementasikan strategi *emotion focused coping* akan berdampak pada perilaku yang salah suai. Historis bencana alam yang timbul di masa lalu, masih membekas di siswa panti asuhan. Sehingga kesiapan menghadapi bencana alam dipandang cukup penting untuk diteliti, dalam rangka menggambarkan kondisi emosional siswa panti asuhan.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *emotion focused coping* siswa panti asuhan Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar ?
2. Bagaimana gambaran kesiapan menghadapi bencana alam alam siswa panti asuhan Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar ?
3. Bagaimana *emotion focused coping* siswa panti asuhanan Niramala dalam kesiapan menghadapi bencana alam alam?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan gambaran *emotion focused coping* siswa panti asuhan Yayasan Darul Abrar.
2. Untuk mendeskripsikan gambaran kesiapan menghadapi bencana alam alam siswa panti asuhan Yayasan Darul Abrar.
3. Untuk mendeskripsikan *emotion focused coping* siswa panti asuhan Yayasan Darul Abrar. dalam kesiapan menghadapi bencana alam alam.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kesiapan menghadapi bencana alam Alam**

##### **1. Pengertian Kesiapan**

“Kesiapan adalah kondisi kematangan individu dalam memberikan respon dengan cara tertentu terhadap situasi”, (Slameto, 2010). Lebih spesifik Dalyono (2005) menyatakan bahwa “kesiapan merupakan kemampuan secara fisik, mental, dan perlengkapan belajar”. Sedangkan Cronbach mengemukakan bahwa kesiapan sebagai karakter atau kekuatan seseorang yang memberikan respon untuk bereaksi.

Berdasarkan penuturan ahli tersebut bahwa kesiapan adalah kondisi kematangan seseorang yang berdasarkan kemampuan fisik dan mental dalam merespon sehingga memberikan reaksi tertentu.

Thorndike menggagas beberapa ide penting berkaitan dengan hukum-hukum belajar, di antaranya adalah hukum kesiapan (*law of readiness*). Dalam hukum kesiapan (*law of readiness*) ini, semakin siap suatu organisme memperoleh suatu perubahan tingkah laku, maka pelaksanaan tingkah laku akan menimbulkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat. Jadi, semakin siap seseorang



menerima atau melakukan sesuatu maka semakin baik pula hasilnya sehingga menimbulkan rasa kepuasan. Sebagaimana prinsip pertama teori koneksionisme adalah belajar adalah suatu kegiatan membentuk asosiasi (connection) antara kesan panca indera dengan kecendrungan bertindak.

Masalah pertama hukum kesiapan adalah jika ada kecendrungan bertindak dan seseorang melakukannya, maka ia akan merasa puas. Akibatnya ia tidak akan melakukan tindakan lain. Masalah kedua, jika ada kecendrungan bertindak, tetapi seseorang tidak melakukannya, maka timbullah rasa ketidakpuasan. Akibatnya ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya. Masalah ketiga, bila tidak ada kecendrungan bertindak tetapi seseorang harus melakukannya, maka timbullah ketidakpuasan. Akibatnya ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya.

## **2. Prinsip-prinsip Kesiapan**

Menurut Slameto (2010) prinsip-prinsip kesiapan dapat dilihat sebagai berikut:

- a. Seluruh aspek perkembangan berinteraksi.
- b. Kematangan fisik dan psikis perlu untuk mendapatkan kegunaan dari pengalaman.

- c. Pengalaman memberikan pengaruh positif.
- d. Masa perkembangan mempengaruhi kematangan kesiapan.

### **3. Bencana Alam**

Bencana alam adalah berbagai macam kerusakan yang diakibatkan oleh fenomena-fenomena alam. Bencana alam dapat terjadi karena fenomena system cuaca ataupun pola tektonik bumi. Fenomena sistem cuaca permukaan bumi dipengaruhi oleh radiasi matahari dengan penyerapan di permukaan bumi sebesar 45% dan yang dipantulkan sebesar 55%. Akibat peredaran bumi terhadap matahari dengan kondisi dan kedudukan bumi terhadap matahari yang berbedabeda mengakibatkan adanya perbedaan unsur-unsur cuaca seperti suhu, tekanan udara, angin, kelembaban, hujan dan awan (BMKG, 2010).

Undang-undang Republik Indonesia No. 24 Tahun 2007 menegaskan bahwa bencana alam merupakan serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan dan longsor. Dampak dari bencana alam selain mengakibatkan korban jiwa, bencana alam juga merugikan berbagai sendi-sendi kehidupan baik materil, sosial, ekonomi hingga psikologis.

Maarif (2012) menyatakan bahwa penanggulangan bencana alam dapat dibagi menjadi 3 (tiga filosofi) sebagai berikut:

- a. Menjauhkan masyarakat dari ancaman bencana.
- b. Menjauhkan bencana dari masyarakat.
- c. Pengelolaan resiko bencana.

Bencana alam adalah berbagai macam kerusakan yang diakibatkan oleh fenomena-fenomena alam. Bencana alam dapat terjadi karena fenomena system cuaca ataupun pola tektonik bumi. Fenomena sistem cuaca permukaan bumi dipengaruhi oleh radiasi matahari dengan penyerapan di permukaan bumi sebesar 45% dan yang dipantulkan sebesar 55%. Akibat peredaran bumi terhadap matahari dengan kondisi dan kedudukan bumi terhadap matahari yang berbedabeda mengakibatkan adanya perbedaan unsur-unsur cuaca seperti suhu, tekanan udara, angin, kelembaban, hujan dan awan (BMKG, 2010).

#### **4. Kesiapsiagaan**

Kesiapsiagaan serangkaian yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana melalui pengaturan serta melakukan langkah yang efektif dan efisien, (BNPB, 2008). Kesiapsiagaan dipandang sangat berdampak baik apabila individu mampu mengikuti rambu-rambu dan aturan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Sehingga mampu meminimalisir korban bencana.

#### **B. *Emotion Focused Coping***

Strategi Coping merupakan upaya mengelola keadaan dan mendorong usaha untuk menyelesaikan permasalahan kehidupan seseorang, dan mencari cara untuk menguasai dan mengatasi stress (King, 2010). Menurut Lazarus & Folkman (dalam Sarafino, 1990) coping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi antara tuntutan situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Menurut Taylor (2006) coping didefinisikan sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengatur tuntutan internal maupun eksternal dari situasi yang menekan.

Adapun Aldwin dan Revenson (Kertamuda, 2009) menguraikan bahwa strategi coping merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan tiap individu untuk

mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dipandang sebagai hambatan, tantangan yang bersifat menyakitkan, serta ancaman yang bersifat merugikan. Walten dan Lloyd (dalam Yusuf, 2004) mengemukakan bahwa strategi coping adalah upaya-upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi, mengurangi dan mentoleransi beban perasaan yang tercipta karena stress.

### **1. Pengertian *Emotion Focused Coping***

*“Emotion focused coping* merupakan kemampuan individu dalam sekumpulan proses kognitif yang berfokus dalam mengurangi tekanan emosional yang mencakup strategi seperti menghindari, mengurangi tekanan emosi, menjaga jarak, selektif memilih perhatian, menilai positif terhadap suatu peristiwa negatif” (Lazarus & Folkman, 1984). *“Pengimplementasian emotion focused coping* dalam kehidupan nyata dengan mempertahankan harapan dan *self efficacy*, mempertentangkan fakta dan pengapilikasiannya, tidak mempercayai hal buruk, bersikap bahwa peristiwa buruk bukanlah hal penting yang perlu direnungi berlama-lama, dan semua proses tersebut memberi sebuah distorsi pada diri seseorang” , (Lazarus & Folkman, 1984).

*Emotional Focused Coping* merupakan bentuk coping yang diarahkan untuk mengatur respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu dapat mengatur respon emosionalnya dengan pendekatan behavioral dan kognitif. Contoh dari pendekatan behavioral adalah penggunaan alkohol, narkoba, mencari dukungan emosional dari teman-teman dan mengikuti

Berbagai aktivitas seperti berolahraga atau menonton televisi yang dapat mengalihkan perhatian individu dari masalahnya. Sementara pendekatan kognitif melibatkan bagaimana individu berfikir tentang situasi yang menekan. Dalam pendekatan kognitif, individu melakukan redefine terhadap situasi yang menekan seperti membuat perbandingan dengan individu lain yang mengalami situasi lebih buruk, dan melihat sesuatu yang baik di luar dari masalah. Individu cenderung untuk menggunakan strategi ini ketika mereka percaya mereka dapat melakukan sedikit perubahan untuk mengubah kondisi yang menekan.

#### Teknik Emotion-Focused

Coping dibagi menjadi dua cara dalam penerapan fungsinya yang terjadi selama proses pelaksanaannya (Lazarus dan Folkman (2004) yaitu:

a. Adaptif adalah bentuk coping yang memberikan dukungan berupa penerapan, perkembangan, pembelajaran, dan pencapaian sebuah tujuan. Misalnya berkomunikasi antar sesama, merelaksasikan diri, menilai atau mengambil sebuah kesimpulan.

b. Maladaptif adalah bentuk coping yang memberikan efek sebaliknya dari penerapan sebelumnya, yaitu penerapan, pembelajaran, dan pencapaian sebuah tujuan, karena lebih cenderung dalam menghambat, menurunkan otonomi. Misalnya makan yang berlebihan atau sama sekali tidak makan, melakukan aktivitas dengan tidak teratur, serta lebih banyak berdiam diri.

Setiap fungsi memberikan pengaruh tersendiri dalam penerapannya yang bisa menciptakan efek positif atau negatif didasarkan oleh keinginan individu dalam memilih penerapannya yang menurut dirinya memberikan pengaruh yang cocok. Penggunaan yang lebih adaptif dalam menghadapi permasalahan lebih banyak digunakan oleh pendidik, karena fungsi serta penerapannya yang tidak menimbulkan atau membuat munculnya pengaruh buruk pada kondisi fisik atau mental pendidik. Dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik Emotion-Focused Coping yang ada pada diri pendidik

mencerminkan cara penyelesaian masalah yang sesuai pada situasi serta kondisi yang lebih menuntut dalam kesabaran dalam keseharian pendidik.

## 2. Dimensi *Emotion Focused Coping*

Lazarus & Folkman (1984) membagi tiga dimensi *emotion focused coping* sebagai berikut:

- a. *Self blame*, pada dimensi ini individu mengentaskan masalah mengakui bahwa akibat dari dirinya sendiri.
- b. *Avoidance*, cara individu dalam mengatasi masalah dengan menghindari, menolak, dan melarikan diri dari masalah yang sedang dialami.
- c. *Wishful thinking*, pada dimensi ini individu meredam suatu masalah dengan menganggap bahwa masalah tidak ada atau sudah selesai.

Sub aspek *emotion focused coping*, yaitu:

- a. *Distancing* adalah usaha mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat sebuah harapan positif.
- b. *Self-Control* strategi dimana seseorang mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya ntuk menyelesaikan masalah.



- c. Accepting Responsibility adalah suatu strategi dimana individu menerima bahwa dirinya memiliki peran dalam masalah yang dihadapinya sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
- d. Escape-avoidance strategi berupa perilaku menghindar atau melarikan diri dari masalah dan situasi stres dengan cara berkhayal atau berangan-angan juga dengan cara makan, minum, merokok, menggunakan obat-obatan dan beraktivitas. Dengan melakukan strategi ini individu berharap bahwa situasi buruk yang dihadapi akan segera berlalu.
- e. Positive Reappraisal strategi yang ditandai oleh usaha-usaha untuk menemukan makna yang positif dari masalah atau situasi menekan yang dihadapi, dan dari situasi tersebut individu berusaha untuk menemukan suatu keyakinan baru yang difokuskan pada pertumbuhan pribadi.

Pargement (1997) menambahkan bahwa dalam “mengentaskan masalah individu mendekati diri dan meningkatkan ritual kepada Tuhan yang dipercaya akan membantu menyelesaikan masalah”. “Strategi  *coping*  dapat disesuaikan oleh individu masing-masing dalam menghadapi dan menyelesaikan masalahnya berdasarkan penilaian kognitif terhadap  *stressor* ”, (Lazarus & Folkman, 1984).

### 3. Strategi *Emotion Focused Coping*

Dalam rangka kesiapan menghadapi bencana alam yang akan muncul pada suatu respon yang menjadi tekanan psikologis. Maka Lazarus (2006) memaparkan bahwa ada strategi  *coping*  untuk mengatasi berbagai tekanan psikologis sebagai berikut:

- a. *Self control*, usaha untuk mengatur perasaan atau sikap saat menghadapi tekanan.
- b. *Distancing*, usaha untuk menjaga jarak terhadap tekanan yang muncul dan menghindar dari permasalahan.
- c. *Positive reappraisal*, usaha mencari makna positif dari suatu permasalahan dan mendekatkan diri kepada Tuhan.
- d. *Accepting responsibility*, usaha untuk menerima tanggung dalam permasalahan yang dihadapinya dan mencoba menerima peristiwa buruk atau tekanan menjadi lebih baik.

Sedangkan Lahey (2004) menyatakan bahwa ada tiga strategi  *coping*  yang efektif dalam menghadapi suatu permasalahan seperti dipaparkan sebagai berikut:

- a. *Removing stress*, usaha ini menjauhkan sumber yang menjadi masalah.
- b. *Cognitive coping*, usaha ini mengandalkan sisi kognitif sebagai penyelesaian suatu masalah.

c. *Managing stress reaction*, usaha ini lebih mengatur diri terhadap tekanan yang muncul.

Dari beberapa pendapat di atas, ada beberapa strategi *coping* dalam menyelesaikan permasalahan atau peristiwa buruk yang muncul. Dari beberapa strategi tersebut dapat disesuaikan dengan permasalahan yang muncul. Sehingga strategi *coping* yang digunakan efektif dan efisien.

Aspek-aspek Emotion-Focused Coping berdasarkan pernyataan Aldwin dan Revenson (Bukit, 1999) mengatakan bahwa Emotion-Focused Coping terdiri dari empat aspek yang mempengaruhi tujuan fungsinya, yaitu:

a. Penghindaran dari masalah (*Escapism*), yaitu perilaku yang dimunculkan dengan tujuan menghindari permasalahan yang dihadapi dengan melakukan hal lain yang membantu untuk melupakan permasalahan yang dihadapi individu dengan membayangkan kalau seandainya individu tersebut sedang berada dalam kondisi yang menyenangkan baginya, seperti menghindari masalah dengan makan ataupun tidur; bisa juga dengan merokok ataupun meneguk minuman keras.

b. Mengurangi beban masalah, yaitu tindakan menghindari masalah dengan menilai bahwa permasalahan yang sedang di alami bukanlah permasalahan berat dan menilai kalau permasalahan tersebut tidak menekan kondisi pikirannya. Sebuah

pernyataan yang diungkapkan dalam diri individu tersebut bahwa permasalahan yang ada sedang dia hadapi tidaklah ada, atau dengan mencoba mengabaikan permasalahan tersebut seolah-olah kalau permasalahan tersebut tidak pernah terjadi sama sekali.

c. Menyalahkan diri sendiri (Self Blame), yaitu dengan cara menyalahkan diri sendiri atau menghukum diri secara berlebihan sambil menyesali tentang apa yang telah terjadi, dan mencoba menyelesaikan permasalahan yang telah terjadi pada diri individu tersebut.

d. Pencarian makna (Seeking Meaning), yaitu suatu proses di mana individu mencari arti dari kegagalan yang dialami bagi dirinya sendiri dan mencoba mencari unsur-unsur bagian yang menurutnya penting dalam hidupnya. Individu mencoba mencari arti nilai atau pelajaran yang bisa dipetik dari masalah yang telah dan sedang dihadapinya. Mencoba mengambil makna atau penilaian yang penting bagi diri individu dari permasalahan yang dia hadapi, dan beranggapan bahwa nilai atas kejadian yang di alaminya ada sisi positif-nya.

Berdasarkan uraian di atas, maka aspek Emotion-Focused Coping yang digunakan pada penelitian ini adalah aspek-aspek yang diungkapkan oleh Folkman dan Lazarus (1984) dalam penelitiannya yang menyusun aspek-aspek tersebut menjadi enam bagian terdiri dari; Mencari dukungan sosial (Seeking social support),

Mengabaikan (Distancing), Penghindaran (Escape avoidance), Pengendalian diri (Self-control), Menerima keadaan (Accepting responsibility), Penilaian secara positif (Positive reappraisal). Pengambilan keputusan untuk menggunakan aspek-aspek dalam penelitian ini, dinilai berdasarkan kesamaan setiap unsur aspek-aspek yang ada di setiap pernyataan dari Aldwin dan Revenson (Bukit, 1999), dengan kesamaan yang berada di dalam setiap aspek, maka peneliti memutuskan untuk menggunakan aspek dari Folkman dan Lazarus (1984) serta penggunaan aspek-aspek yang telah ada dapat mengetahui lebih luas penggunaan Emotion-Focused Coping pada pendidik sekolah berkebutuhan khusus yang dilakukan dalam penelitian ini.

### **C. Kontribusi *Emotion Focused Coping* Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam**

Joga dan Antar (2007), memaparkan bahwa “fenomena alam akan memunculkan berbagai peristiwa yang berdampak buruk yang dapat membuat kehidupan manusia terganggu atau jiwa mereka terancam”. Peristiwa dan fenomena alam dapat berdampak terhadap tekanan psikologis manusia, tekanan tersebut dapat muncul akibat individu yang bersangkutan tidak dapat mengontrol dan mengatur dirinya dengan baik. Melalui strategi *coping*

tekanan yang mengakibatkan jiwa terancam akan mampu diminimalisir bahkan terselesaikan. Purlmutter & Hall (1997), menyatakan bahwa *coping* sebagai pikiran dan tindakan yang atur untuk mengeola dan memberikan solusi terhadap masalah atau tekanan yang penuh stress.

Jelas bahwa melalui salah strategi *coping*, dalam hal ini *emotion focused coping* mampu memberikan solusi atau tekanan yang dialami oleh inidvidu terhadap tekanan jiwa yang diakibatkan oleh bencana alam. Sehingga apabila *emotion focused coping* individu telah terbentuk dengan baik, maka kesiapan dalam menghadapi bencana akan lebih positif.

#### **D. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Mohammad Khasan dan Mochamad Widjanarko tahun 2011 dengan judul “Perilaku *Coping* Masyarakat Menghadapi Banjir”. Salah satu rumusan masalahnya yakni apakah ada pengaruh *coping* dalam menghadapi banjir? Hasil penelitian yang diperoleh adalah penggunaan strategi *coping* dalam hal ini adalah *problem focused coping* dan *emotion focused coping* yang digunakan masyarakat desa Setrolakangan adalah belum semua aspek pada strategi *coping* digunakan dengan baik oleh setiap individu. Akan

tetapi strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi bencana banjir sudah cukup baik di beberapa orang.

Kaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah pada salah satu variabel mengenai strategi *coping*. Namun peneliti lebih memfokuskan kepada strategi *coping* dalam hal ini adalah *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam.

Penelitian yang dilakukan oleh Amitya Kumara dan Yuli Fajar Susetyo tahun 2008 dengan judul "Hubungan Sistem Kepercayaan Dan Strategi Menyelesaikan Masalah Pada Korban Bencana Gempa Bumi". Salah satu rumusan masalah penelitian ini adalah hubungan strategi menyelesaikan masalah pada korban bencana gempa bumi? Hasil penelitian yang diperoleh adalah proses penyelesaian masalah dapat berbeda-beda tergantung kepada kondisi suatu peristiwa dan salah satu aspek *emotion focused coping* yang diperlihatkan adalah *positive reappraisal* dimana pengaruh kepercayaan kepada Tuhan mempengaruhi dalam menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan korban bencana gempa bumi.

Kaitan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah beberapa variabel yang diteliti oleh peneliti sebelumnya mengarah kepada strategi *coping* dalam menyelesaikan masalah korban bencana gempa bumi. Namun peneliti lebih memfokuskan kepada strategi

*coping*  yakni  *emotion focused coping*  dalam kesiapan menghadapi bencana alam.

#### **E. Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kajian teori di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian ini adalah terdapat kontribusi  *emotion focused coping*  terhadap kesiapan menghadapi bencana alam siswa panti asuhan yayasan Darul Abrar Kabupaten Aceh Jaya.



## BAB III METODOLOGI PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Menurut Lehmann (dalam Yusuf, 2014) “penelitian deskriptif yaitu penelitian yang mendeskripsikan secara sistematis, aktual dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat populasi tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail”. Penelitian ini akan mendeskripsikan tentang *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam.

Penelitian ini juga menggunakan metode korelasi (*Corelation Research*). Secara konseptual hubungan antarvariabel dalam penelitian ini berbentuk asimetris, sehingga peneliti akan melihat pengaruh *emotion focused coping* (X) terhadap kesiapan menghadapi bencana alam (Y). Hal ini didasarkan atas pendapat Yusuf (2014: 63-64):

Hubungan antara beberapa ubahan akan beralih menjadi pengaruh apabila ubahan-ubahan tersebut secara konseptual mempunyai hubungan yang asimetris, dan teknik analisis yang lebih kompleks, seperti *multiple regression* atau *partial correlation* sehingga dapat menentukan *coefficient determinant* atau sumbangan efektif masing-masing ubahan dengan mengontrol ubahan lain”.

## B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar Gampong Baro Kabupaten Aceh Jaya Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Menurut Yusuf (2014:146) “populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin daripada karakteristik tertentu sejumlah objek yang ingin dipelajari sifat-sifatnya”. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar Gampong Baro, Kabupaten Aceh Jaya. Adapun rincian jumlah populasi masing-masing kelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Jumlah siswa panti asuhan yayasan Darul Abrar

No.	Jenjang Pendidikan	Jumlah Populasi
1.	SD	60
2.	SMP	342
3.	SMA	193
Jumlah		595

Sumber : Dokumentasi PA Yayasan Darul Abrar

Jadi jumlah seluruh siswa yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah 595 siswa.

## 2. Sampel

Menurut Yusuf (2014: 149) “secara sederhana dapat dikatakan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut”. Sedangkan menurut Sugiyono (2011:62), “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi”. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sampel merupakan sebagian dari keseluruhan populasi penelitian dan mewakili populasi tersebut.

Cara pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan cara *proportional random sampling* dimana setiap cluster dikumpulkan disetiap satuan.

Menurut Slovin dalam Yusuf (2014:169) untuk menentukan sampel yang representatif dari sejumlah populasi digunakan rumus

$$s = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

dimana  $s$  = sampel

$N$  = populasi

$e$  =derajat ketelitian atau nilai kritis yang diinginkan

Berdasarkan rumus tersebut diperoleh jumlah sampel ( $n$ ) penelitian ini adalah:

$$s = \frac{N}{1 + N.e^2} = \frac{595}{1 + (595)(0,05)^2} = \frac{595}{1 + (595)(0,0025)} = 240$$

Sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 240 orang. Berdasarkan rumus tersebut diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 240 orang. Selanjutnya untuk menentukan sampel yang diambil maka menggunakan rumus seperti yang dinyatakan A. Muri Yusuf (2013:161) sebagai berikut:

$$\text{Sampel sub kelompok} = \frac{\text{Jumlah masing-masing kelompok}}{\text{jumlah total}} \times \text{besar sampel}$$

Dengan menggunakan rumus di atas, maka diperoleh sebagai berikut:

$$\text{SD} = \frac{60}{595} \times 240 = 24,2 \text{ dibulatkan menjadi } 24$$

$$\text{SMP} = \frac{342}{595} \times 240 = 137,9 \text{ dibulatkan menjadi } 138$$

$$\text{SMA} = \frac{193}{595} \times 240 = 77,8 \text{ dibulatkan menjadi } 78$$

Sampel penelitian dapat dilihat sebagai berikut ini:

Table 2. Sampel penelitian

No.	Jenjang Pendidikan	Jumlah Sampel
1.	SD	24
2.	SMP	138
3.	SMA	78
Jumlah Sampel		240

#### D. Definisi Operasional

##### 1. *Emotion Focused Coping*

*Emotion focused coping* dalam penelitian ini adalah mengatur respon emosioanal terhadap peristiwa buruk. *Emotion focused coping* merupakan suatu sistem proses kognitif yang berfokus kepada pengurangan tekanan emosional yang memiliki aspek penghindaran, memberikan jarak terhadap suatu peristiwa buruk, meminimalisir tekanan, perhatian yang selektif, dan memberikan penilaian positif terhadap suatu peristiwa negatif.

##### 2. **Kesiapan Menghadapi Bencana Alam**

Kesiapan menghadapi bencana alam dalam penelitian ini adalah kemampuan individu dalam menyiapkan diri dalam membangun mental, membangun kepercayaan diri, dan mampu mengelola tekanan trauma terhdap bencana alam.

## **E. Pengembangan Instrumen**

Instrumen penelitian digunakan sebagai alat bantu untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk skala model *Likert* dengan rentang skala lima. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam. Proses pengembangan instrumen berawal dan mengacu kepada definisi operasional yang sudah dipaparkan di atas. Berdasarkan definisi operasional peneliti menyusun instrumen berupa skala *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam. Instrumen penelitian ini berupa pernyataan-pernyataan yang mengungkap *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam. Pernyataan-pernyataan tersebut dibuat berdasarkan kisi-kisi dari aspek-aspek yang telah dibuat.

## **F. Uji Coba Instrumen Penelitian**

Instrumen yang telah dibuat, diuji coba sebelum dipergunakan sebagai pengumpul data. Uji coba ini untuk mengukur validitas dan reliabilitas instrumen.

### **a. Uji Validitas**

Menurut Yusuf (2014) instrumen yang baik atau memiliki validitas tinggi adalah instrumen atau alat ukur

yang betul-betul mampu mengukur dan menilai apa yang ingin diukur serta merujuk kepada kesesuaian, kebermaknaan, dan kebergunaan kesimpulan-kesimpulan yang dibuat berdasarkan skor instrumen. Makin tinggi validitas suatu instrumen berarti makin baik kesimpulan yang diambil dan makin baik pula tingkat kebermaknaan maupun kegunaannya.

#### 1) Validitas Konstruk

Validitas konstruk merupakan uji ketetapan dan keakuratan item pernyataan berdasarkan penilaian para ahli atau pakar. Penilaian terhadap instrumen ini dilakukan oleh tiga orang pakar (*expert judgement*) yaitu orang yang memiliki keahlian dalam bidang penyusunan instrument dan bidang pada konseptual yang sedang dikaji. Hal tersebut dilakukan untuk meyakinkan bahwa item-item pernyataan dalam instrumen berkualitas.

Instrumen yang telah disusun kemudian ditimbang oleh tiga orang dosen ahli dari tanggal 02 April 2014 sampai dengan tanggal 20 April 2015. Berdasarkan proses *expert judgment* dari ketiga ahli tersebut diperoleh beberapa perubahan kata dan kalimat berkaitan dengan butir-butir skala yang akan diujicobakan kepada responden dan menghasilkan rekomendasi sebagai berikut.

a) Rizka Henni, M.Pd..

- 1) Item disesuaikan dengan kisi-kisi.
- 2) Pernyataan skala harus dapat dipahami responden, pernyataan yang rancu dibuang dan ada yang diperbaiki.

b) Zamratul Aini, M.Pd.

- 1) Hindari “sering dan selalu” pada pernyataan skala, pernyataan tersebut dapat menggiring responden menjawab pernyataan yang tergolong baik.
- 2) Pernyataan skala harus dapat dipahami responden, pernyataan yang rancu dibuang dan ada yang diperbaiki

c) Rizky Andana Pohan, M.Pd.

- 1) Pada satu pernyataan, tidak boleh bermakna ganda, seperti menggunakan “dan, atau”.
- 2) Ubah pernyataan skala dengan kalimat efektif.
- 3) Gunakan redaksi yang dapat dipahami responden.

Perbaikan yang dilakukan terhadap instrumen berdasarkan rekomendasi penimbang yaitu memperbaiki kisi-kisi instrumen penelitian serta memperbaiki pernyataan-pernyataan yang dapat menggiring responden menjawab yang baik,



bermakna ganda, dan kurang jelas agar mudah dipahami oleh responden penelitian.

## 2) Validitas Isi

Mengukur validitas digunakan analisis faktor yakni mengkorelasikan skor item instrumen dan skor totalnya dengan bantuan program SPSS 16.00 for windows. Adapun rumus yang digunakan adalah *Product Moment*. Adapun rumus *Product Moment Correlation* yang digunakan adalah sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{n \cdot (\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi tes yang disusun dengan kriterium

$x$  = Skor masing-masing responden variabel X (tes yang disusun)

$y$  = Skor masing-masing responden variabel Y (tes kriterium)

$n$  = Jumlah responden

(Yusuf, 2014)

Hasil analisis menggunakan bantuan program SPSS, pengambilan keputusan dapat

dilihat korelasi kuesioner dengan membandingkan  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  pada  $n = 40$  dan  $\alpha 0.05$  adalah sebesar 0.312. Jika  $r_{hitung} > 0.312$  maka item pernyataan itu dinyatakan valid dan jika  $r_{hitung} < 0.312$  maka item pernyataan dinyatakan tidak valid. Keseluruhan jumlah item/butir pernyataan yang gugur dan valid dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Penelitian

Variabel	Butir Pernyataan Uji Coba	Butir Pernyataan Setelah Uji Coba	Butir Pernyataan Penelitian
<i>Emotion Focused Coping</i>	40	36	36
Kesiapan Menghadapi Bencana Alam	37	33	33
<b>Jumlah Butir Pernyataan</b>			<b>99</b>

Yusuf (2013:239) menyatakan validitas keseluruhan soal yang berkualitas erat dengan validitas tiap butir soal. Apabila tiap butir soal mempunyai validitas yang tinggi dalam

hubungannya dengan skor total, maka instrumen itu pada akhirnya juga akan mempunyai validitas yang tinggi.

b. Uji Reliabilitas

Butir-butir pernyataan dan indikator yang digunakan untuk mengukur *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam setelah diuji tingkat validitasnya, selanjutnya dilakukan uji reliabilitas. Menurut Yusuf (2014) reliabilitas merupakan konsistensi atau kestabilan skor suatu instrumen penelitian terhadap individu yang sama dan diberikan pada waktu yang berbeda.

Untuk mencari tingkat kepercayaan atau untuk menentukan tingkat reliabilitas dari seluruh alat ukur (instrumen penelitian). Pengujian yang populer dan sering digunakan dalam mengukur reliabilitas butir-butir pernyataan dan indikator pernyataan yaitu menggunakan reliabilitas internal dengan teknik membandingkan koefisien *Alpha Cronbach*. Teknik ini digunakan untuk mengukur keandalan indikator-indikator yang digunakan pada kuesioner penelitian. Adapun

rumus yang digunakan adalah rumus *Alpha Cronbach* (Siregar, 2013:90).

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{(k-1)} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma^2 b}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Reliabilitas instrumen

$\sum \sigma^2 b$  = Jumlah varians butir

$\sigma^2 t$  = Varians skor total

k = Jumlah butir soal bagian

Untuk mendapatkan hasil analisis yang tepat dan akurat serta menghindari kemungkinan resiko kesalahan yang lebih tinggi dengan perhitungan manual maka dalam hal pengolahan data ini peneliti menggunakan bantuan program SPSS 16.00 *for windows*.

Mengetahui reliabilitas suatu instrumen, nilai  $r_{hitung}$  dibandingkan dengan nilai  $r_{tabel}$ . Pada nilai  $r_{hitung} >$  nilai  $r_{tabel}$ , instrumen tersebut signifikan. Usman dan Akbar (2011:289) menyatakan jika koefisien korelasinya sama atau lebih dari 0.80 maka, instrumen itu dinyatakan reliabel untuk mengukur variabel X atau Y hasil uji reliabilitas.

Mengetahui reliabilitas suatu instrumen, nilai  $r_{hitung}$  dibandingkan dengan nilai  $r_{tabel}$ . Pada

nilai  $r_{hitung} >$  nilai  $r_{tabel}$ , instrumen tersebut signifikan. Usman dan Akbar (2011:289) menyatakan jika koefisien korelasinya sama atau lebih dari 0.80 maka, instrumen itu dinyatakan reliabel untuk mengukur variabel X atau Y hasil uji reliabilitas. Hasil reliabilitas instrumen sebagaimana dapat dilihat pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil Reliabilitas Uji Coba Instrumen Penelitian

No	Variabel	<i>Alpha Cronbach</i>
1	<i>Emotion Focused Coping</i>	0.879
2	Kesiapan Menghadapi Bencana Alam	0.916

### G. Teknik Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan pada penelitian ini menggunakan angket/ kuesioner tertutup yang dikembangkan untuk masing-masing variabel penelitian. Data yang akan dikumpulkan terdiri dari dua jenis data, yakni: data *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengadministrasian instrumen kepada siswa yang menjadi

sampel penelitian. Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menyiapkan instrumen *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam yang terdiri dari item-item yang telah ditulis secara lengkap.
2. Menetapkan sumber dan menemui sampel penelitian.
3. Memberikan penjelasan tentang instrumen dan cara pengisiannya.
4. Mengadministrasikan instrumen dan mempersilahkan siswa mengisinya.
5. Mengumpulkan instrumen secara sistematis sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya.
6. Melakukan penskoran dan menganalisanya.

#### H. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2008:147) “analisa data dalam penelitian merupakan suatu kegiatan yang sangat penting dan memerlukan ketelitian serta kekritisian dari peneliti”. Untuk mendeskripsikan *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam digunakan rumus:

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan :

P = Tingkat persentase jawaban

f = Frekuensi jawaban

n = Jumlah sampel

(Sudjana, 2002)

Selanjutnya untuk melihat tingkat capaian responden pada variabel *emotion focused coping* dan kesiapan menghadapi bencana alam digunakan norma kategorisasi. Dalam melakukan kategorisasi, diperlukan rentangan data atau interval, yang diperoleh dari rumus berikut:

$$Interval_k = \frac{\text{Data terbesar} - \text{data terkecil}}{\text{Jumlah kelompok}}$$

(Irianto, 2010:12)

Instrumen pada penelitian ini terdiri dari 99 butir item, yang terdiri 36 butir *emotion focused coping* dan 33 butir item kesiapan menghadapi bencana alam.

a. *emotion focused coping*

$$i = \frac{180 - 36}{5} = 28.8$$

Jadi, interval skor *emotion focused coping* adalah 29.

b. Kesiapan Menghadapi Bencana Alam

$$i = \frac{165 - 33}{5} = 26.4$$

Jadi, interval skor kesiapan menghadapi bencana alam adalah 26

Analisis data dengan menggunakan regresi untuk menguji hipotesis. Kemudian dilakukan pembahasan mengenai hasil analisis tersebut. Pembahasan ini dimaksudkan untuk memberikan arti terhadap hasil analisis yang dilakukan. Analisis dilakukan melalui langkah sebagai berikut:

**1. Pengujian Persyaratan Analisis**

**a) Pengujian Normalitas**

“Pengujian normalitas dilakukan untuk mengetahui normal tidaknya suatu distribusi data” (Supardi, 2012: 129). Sudjana (2005: 139) menjelaskan bahwa “data-data yang berdistribusi normal dapat digunakan mencari distribusi F”. Menurut Irianto (2010: 272) “kenormalan data sangat penting mengingat jumlah data sangat banyak, jika tidak normal kesimpulan yang ditarik kemungkinan salah”. Oleh karena itu untuk menghindari kesalahan tersebut dilakukan uji normalitas data.

Jenis uji normalitas yang akan peneliti gunakan adalah uji *lilliefors*. Perhitungan normalitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS



(*Statistical Product and Service Solution*) for windows release 16.0. Peneliti akan menentukan taraf signifikansi sebesar 5% (0,05). Adapun kriteria sebuah data atau sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal yakni apabila nilai  $L_o$  (hasil perhitungan) < dari  $L_{tabel}$ .

#### **b) Uji Linearitas**

Menurut Supardi (2012: 145) “persyaratan uji statistik parametrik analisis asosiasi lainnya yang diperlukan adalah uji kelinearan regresi”. Pengujian kelinearan regresi dilakukan dalam rangka menguji model persamaan regresi suatu variabel Y terhadap suatu variabel X. Perhitungan linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) for windows release 16.0.

Untuk menafsirkan hasil uji linearitas, kriteria yang digunakan adalah data dinyatakan linear jika harga  $F_{hitung} < F_{tabel}$ . Sebaliknya data dinyatakan data tidak linear jika harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$ .

## **2. Pengujian Hipotesis Penelitian**

### **a) Persamaan Regresi**

Untuk melsaihat ada tidaknya kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi

bencana alam siswa siswa panti asuhan yayasan Darul Abrar Gambong Baro Aceh Jaya, peneliti menggunakan teknik analisis regresi linier. Adapun persamaan regresinya adalah:

$$\hat{Y} = a + bX$$

(Irianto, 2010)

#### **b) Uji keberartian regresi**

Menurut Hartono (2010: 164) “regresi ganda berguna untuk mencari pengaruh dua variabel prediktor atau untuk mencari hubungan fungsional dua variabel prediktor atau lebih terhadap variabel kriteriumnya”. Untuk menganalisis data penulis akan menggunakan bantuan perangkat komputer melalui program SPSS (*Statistical a Program Society Science*) versi 16.0 *for windows*.

*Output* hasil analisis tersebut digunakan untuk menjelaskan tingkat signifikansi dan linearitas korelasi antarvariabel bebas dan variabel terikat. Untuk menafsirkan hasil uji signifikan, kriteria yang digunakan adalah data dinyatakan signifikan jika harga  $F_{hitung} > F_{tabel}$ . Sebaliknya data dinyatakan tidak signifikan jika harga  $F_{hitung} < F_{tabel}$  pada regresi.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Bagian ini akan menguraikan mengenai hasil penelitian yang telah diperoleh berdasarkan perhitungan statistik dan pembahasan hasil penelitian.

#### A. Deskripsi Data

##### 1. Deskripsi Data *Emotion Focused Coping*

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Persentase *Emotion Focused Coping* (n=140)**

<b>Interval Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
≥ 151	Sangat Tinggi	4	2.8571
150 - 121	Tinggi	56	40
120 - 91	Sedang	74	52.8571
90 - 61	Rendah	6	4.28571
≤ 60	Sangat Rendah	0	0
<b>Total</b>		<b>140</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 5 memperlihatkan bahwa dari jumlah keseluruhan sampel yang berjumlah 140 peserta didik sebagian besar *emotion focused coping* berada pada kategori tinggi dan sedang dengan jumlah frekuensi 56 dengan persentase 40% dan frekuensi 74 dengan persentase 52.5871%. Selanjutnya pada kategori rendah dengan jumlah frekuensi 6 orang peserta didik dan nilai

persentase sebesar 4.2857%. Sedangkan kategori sangat tinggi dengan jumlah frekuensi 4 peserta didik dan nilai persentase sebesar 2.8571% dari keseluruhan responden.

## 2. Deskripsi Data Kesiapan Menghadapi Bencana Alam

Data mengenai kesiapan menghadapi bencana alam dapat dilihat pada Tabel 6 berikut.

**Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kesiapan Menghadapi Bencana Alam Berdasarkan Kategori (n=140)**

<b>Interval Skor</b>	<b>Kategori</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
≥139	Sangat Tinggi	5	3.5714
138 - 126	Tinggi	99	70.7142
79 - 102	Sedang	30	21.4285
55 - 78	Rendah	6	4.2857
≤ 54	Sangat Rendah	0	0
<b>Total</b>		<b>140</b>	<b>100%</b>

Pada Tabel 6 memperlihatkan bahwa dari jumlah keseluruhan sampel yang berjumlah 140 peserta didik sebagian besar kesiapan menghadapi bencana alam berada pada kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 99 peserta didik dan persentase 70.7142%. Selanjutnya pada kategori sedang dengan jumlah frekuensi 30 orang peserta

didik dan nilai persentase sebesar 21.4285%. Kategori rendah dengan jumlah frekuensi 4 peserta didik dan nilai persentase sebesar 4.2857%. Kategori sangat tinggi dengan jumlah frekuensi 5 orang peserta didik dan nilai persentase sebesar 3.5714%. Sedangkan kategori sangat rendah dengan jumlah frekuensi 0 peserta didik dan nilai persentase sebesar 0% dari keseluruhan responden.

## **B. Pengujian Persyaratan Analisis**

Uji persyaratan analisis dilakukan terhadap data penelitian sebagai dasar pertimbangan untuk memilih dan menetapkan jenis teknik analisa data yang akan digunakan dalam pengujian hipotesis penelitian. Pengujian hipotesis pada penelitian ini direncanakan akan dilakukan dengan rumus statistik parametrik yakni, teknik analisa data regresi ganda. Oleh karena itu, uji persyaratan analisis yang dilakukan pada data penelitian ini adalah uji normalitas, uji linieritas.

## 1. Uji Normalitas

Tujuan pengujian normalitas sampel adalah untuk menguji asumsi bahwa distribusi sampel mendekati atau mengikuti normalitas populasi. Keadaan sampel yang normal penting karena merupakan persyaratan penggunaan statistik untuk pengujian hipotesis.

Uji normalitas data menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, yaitu dengan membandingkan koefisien Asymp. Sig. atau P-value dengan taraf signifikansi 0.05. Jika Asymp. Sig. atau P-value  $\geq 0.05$ , maka data berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Data dianalisis dengan menggunakan program SPSS versi 17.00 hasil perhitungan variabel.

Hasil perhitungan uji normalitas, variabel yang memiliki skor *Asymp. Sig.* dengan skor  $0.83 > 0.05$  lebih besar dari taraf signifikansi yang telah ditetapkan sebesar 0.05. Artinya, data dari variabel tersebut berdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa salah satu syarat untuk analisis regresi sudah dipenuhi.

## 2. Uji Linieritas

Uji linieritas garis regresi ini dilakukan untuk memastikan bahwa sebaran masing-masing data variabel *emotion focused coping* terhadap kesiapan

menghadapi bencana alam, cenderung membentuk garis linier dengan sebaran variabel kesiapan menghadapi bencana alam. Uji linieritas ini menggunakan uji F dengan bantuan program SPSS. Uji linieritas dalam penelitian ini, dengan melihat *deviation from linearity* dari uji F. Jika nilai *sig. deviation from linearity*  $0.542 > 0.05$ , maka data dinyatakan linier. Hasil pengujian linieritas.

### C. Uji Hipotesis

Uji persyaratan analisis yang telah dilakukan diperoleh semua skor tiap variabel penelitian memenuhi persyaratan untuk dilakukan pengujian statistik lebih lanjut maka langkah berikutnya dilaksanakan pengujian terhadap hipotesis penelitian. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam siswa panti asuhan yayasan Darul Abrar Kabupaten Aceh Jaya.

Hipotesis tersebut diuji dengan menggunakan analisis regresi sederhana antara *emotion focused coping* dengan kesiapan menghadapi bencana alam yang menghasilkan

koefisien regresi, sebagaimana dapat dilihat pada Tabel di bawah ini.

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Regresi Sederhana *Emotion Focused Coping* (X) terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam (Y)

Variabel	R	R Square
X-Y	0.152	0.023

Tabel 5 di atas memperlihatkan bahwa nilai R sebesar 0.152, yang menunjukkan koefisien regresi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Nilai R Square (R<sup>2</sup>) sebesar 0.023, berarti 2.3% besarnya kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Setelah diketahui koefisien regresi dan kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam, maka langkah selanjutnya dilakukan uji signifikansi yang bertujuan untuk menjelaskan apakah variasi nilai variabel independen dapat menjelaskan variasi nilai dependen dengan menggunakan besaran nilai F, sebagaimana dapat dilihat pada Tabel 6 di bawah ini .



Tabel 7. Hasil Uji Signifikansi *Emotion Focused Coping* (X) terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam (Y)

Variabel	F <sub>hitung</sub>	Sig.
X-Y	17.638	0.000

Tabel di atas memperlihatkan nilai F<sub>hitung</sub> adalah 17.638, dengan taraf signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. Hal ini dapat memprediksi berarti *emotion focused coping* terbentuknya kesiapan menghadapi bencana alam.

Tabel 8. Hasil Analisis Regresi Sederhana *Emotion Focused Coping* (X) terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam (Y)

Variabel	<i>Unstandardized Coefficients</i>	T	Sig.
	B		
(Constant)	139.795	10.133	0.000
X	0.207	1.810	0.000

Hasil regresi sederhana pada Tabel di atas memperlihatkan bahwa thitung sebesar 139.795, sedangkan t tabel sebesar 1.977, berarti t hitung > t tabel. Hal ini berarti kepercayaan diri memberikan kontribusi secara signifikan terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Berdasarkan

Tabel di atas dapat digambarkan persamaan regresinya sebagai berikut:

$$\tilde{Y} = a + bX$$

$$\tilde{Y} = 139.795 + 0.207X$$

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi variabel *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam.

#### D. Pembahasan

##### 1. *Emotion Focused Coping* Siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa secara rata-rata *emotion focused coping* berada dalam kategori sedang dan tinggi dengan persentase 52.8571% dan 40%. Hal ini berarti *emotion focused coping* dalam kondisi baik. Antonovsky *convincingly argued that people with a strong sense of coherence will tend to seek to impose structure on and to accept the challenge of a situation, are more likely to confront stress with appropriate coping responses, and, in the end, will remain in good health in the face of stress* (Knipe, M. H, 2001). Berdasarkan pendapat tersebut bahwa individu yang memiliki rasa yang kuat cenderung

berupaya untuk melakukan upaya *problem solving* dan lebih siap dalam menghadapi stres dengan tepat.

*Emotion focused coping* merupakan salah satu bentuk *coping* yang terfokus pada menstruktur suatu respon kognitif dan *behavior*. Carver (dalam Hanoem, 2014) memaparkan bahwa melalui *turning to religion* individu dapat menentukan dalam menenangkan batin spiritualnya untuk meminta pertolongan dari Tuhan dalam menyelesaikan masalah secara agama. Anak-anak panti asuhan yang telah dibekali tentang keyakinan pada agama, maka kecenderungan dalam menekan dan membentengi berbagai persoalan dan stres dengan mendekati kepada Tuhan. Sehingga dengan hasil yang telah diperoleh cenderung *emotion focused coping* anak rata-rata sedang dan tinggi.

## **2. Kesiapan Menghadapi Bencana Alam Siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar**

Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa secara rata-rata *emotion focused coping* berada dalam kategori tinggi dengan persentase 70.7142%. Hal tersebut menandakan siswa panti asuhan Yayasan Darul Abrar telah memiliki persiapan dari berbagai aspek. Kesiapan merupakan kondisi individu dalam mengarahkan pada

siap dalam memberi respon dengan cara tertentu terhadap situasi (Slameto, 2013). Pada hukum kesiapan suatu organisme yang mendapatkan perubahan perilaku, maka implementasi perilaku akan memunculkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat, (Rahyubi, 2012). Potensi yang dapat memicu bencana alam tidak menjadikan siswa panti asuhan Yayasan Darul Abrar menjadikan stres. Hal tersebut juga disebabkan oleh adanya pergeseran paradigma penanggulangan bencana menuju penanggulangan bencana yang bersifat *proactive preparedness*, (Anam, K., dkk., 2018). Oleh sebab itu, pada hasil persentase menunjukkan kategori yang tinggi pada siswa Panti Asuhan Yayan Darul Abrar.

### **3. Kontribusi *Emotion Focused Coping* Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam**

Hasil penelitian menyatakan bahwa adanya kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Temuan ini diperoleh berdasarkan analisis data yang menunjukkan kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam sebesar 2.3%. Artinya, *emotion focused coping* merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Kesiapan menghadapi bencana alam adalah suatu sikap yang

menunjukkan respon akan melakukan sesuatu dengan mekanisme yang terukur.

Oleh sebab itu saat *emotion focused coping* siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar menunjukkan hasil yang tinggi, hal ini menandakan siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar telah memiliki kesiapan dalam menghadapi bencana alam. Pada teori hukum kesiapan jika individu memiliki kecenderungan dalam bertindak dan melakukannya, maka individu tersebut akan merasa senang (Rahyubi, 2012). *Emotion focused coping* merupakan sebagai kemampuan dalam mengurangi kondisi yang tidak menyenangkan (Folkman dan Lazarus, 1998). Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan *emotion focused coping* memiliki potensi untuk mengasosiasi kognitif dan behavior seseorang dalam kesiapan menghadapi bencana alam.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara rata-rata *emotion focused coping* Siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar berada pada kategori sedang.
2. Secara rata-rata kesiapan menghadapi bencana alam Siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar berada pada kategori tinggi.
3. *Emotion focused coping* berkontribusi terhadap kesiapan menghadapi bencana alam Siswa Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar yaitu sebesar 2.3% ( $R = 0.152$ ,  $R^2 = 0.023$ , dan signifikansi 0.000). Artinya, *emotion focused coping* ditingkatkan menjadi lebih tinggi, maka kesiapan menghadapi bencana alam akan meningkat menjadi lebih tinggi, atau sebaliknya apabila *emotion focused coping* rendah, maka akan mengakibatkan kesiapan menghadapi bencana alam juga menjadi rendah.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan sebelumnya, bahwa terdapat kontribusi *emotion focused coping* terhadap kesiapan menghadapi bencana alam. Terdapat beberapa saran yang dapat direkomendasikan dari penelitian ini untuk tetap meningkatkan *emotion focused coping*, sehingga secara langsung dapat mempersiapkan siswa dalam menghadapi bencana alam. Beberapa saran dapat direkomendasikan kepada:

1. Guru BK atau Konselor di sekolah disarankan untuk melaksanakan beberapa layanan untuk meningkatkan *emotion focused coping* sehingga secara langsung akan meningkatkan kesiapan menghadapi bencana alam. Beberapa jenis layanan yang dapat dilaksanakan oleh Guru BK atau Konselor antara lain: layanan informasi, bimbingan kelompok, maupun konseling perorangan.
2. Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat melakukan penelitian lanjutan mengenai variabel-variabel lain yang diduga berkontribusi terhadap kegiatan merespon dalam pembelajaran. Selanjutnya, untuk dapat meningkatkan

dan mengembangkan kegiatan kesiapan menghadapi bencana alam, disarankan penelitian lanjutan dilakukan dengan metode eksperimen.

3. Pihak pemerintah hendaknya untuk berpartisipasi aktif dalam memberikan perhatian terhadap persoalan khususnya bencana alam. Pemerintah hendaknya membuat program khusus kepada siswa-siswa tentang kesiapan tanggap darurat bencana alam.



## DAFTAR PUSTAKA

- BNPB. *Pedoman Penyusunan Rencana Penanggulangan Bencana*. Jakarta: BNPB
- Budiarto, E. K. (2009). "Kesehatan Mental di Aceh Paska Tsunami". *Jurnal Sosiologi Dilema*, 21 (2), 54-58.
- Christopher, L., & Rex B. G. (2000). "Primary Care Treatment of Post-traumatic Stress Disorder". *Journal American Family*, 62 (5), 1035-1040.
- Corney, R., & Jenkins, R. (2005). *Counselling In General Practice*. London: Routledge.
- Dalyono. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hartini, N. (2011). "Remaja Nanggroe Aceh Darussalam Pasca Tsunami". *Jurnal Kebudayaan Masyarakat*, 24 (1), 45-51.
- Hartono, J. (2010). *Metodologi Penelitian Bisnis (Edisi 6)*. Yogyakarta: BPFE.
- Heri Rahyubi. 2012. *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Mototrik*. Bandung: Nusa Media
- Hour, M., & Knipe. (2001). *Moving Families (Expatriation, Stress, & Coping)*. London: Routledge.
- Indra, S. (2015). "Efektivitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik". *Jurnal Edukasi*, 1 (2), 175-189.
- Irianto, A. (2009). *Statistika Konsep, Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Joga, N., & Antar, Y. (2007). *Bahasa Pohon Selamatkan Bumi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Khasan, M., & Widjanarko, M. (2011). "Perilaku Coping Masyarakat Menghadapi Banjir. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1 (2), 93-103.
- Kumara, A., & Susetyo, Y. F. (2015). "Hubungan Sistem Kepercayaan dan Strategi Menyelesaikan Masalah Pada Korban Bencana Gempa Bumi". *Jurnal Psikologi*, 35 (2), 116-150.
- Lahey, B. (2004). *Psychology An Introduction*. New York: McGraw Hill Companies Inc.
- Lazarus, R. S., & Bernice, N. (2006). *Coping with Aging*. New York: Oxford University Press
- Lazarus, R. S., & Folkman, Susan. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Maarif, S. (2012). *Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 2 Tahun 2012 Tentang Pedoman Umum Pengkajian Risiko Bencana*. Jakarta: Badan Nasional Penanggulangan Bencana.
- Minnis, H., dkk. (2006). "Children In Foster Care: Mental Health, Service Use And Costs. *Journal Eouropan Child & Adolsecent Psyciatry*, 15 (2), 63-70.
- Pargement, K. I. (1997). *The Pscychology of Religion and Coping*. New York: The Guildford Press.
- Perlmutter & Hall. (1997). *Stress and Human Health*. New York: Springer.
- Republik Indonesia. *Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana*.

- Rita, L. A, dkk. (1987). *Pengantar Psikologi Edisi Kesebelas Jilid Dua*, (terjemahan Widjaja Kusuma). Batam: Interaksara.
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana. (2005). *Metode Statistika (Edisi ke 6)*. Bandung: Tarsito.
- Sudjana. (2002). *Metode Statistika (Edisi Ke 2)*. Bandung: Tarsito.
- Sujadi, E. (2016). "Hubungan Antara Locus Of Control dan Efektivitas Komunikasi Antar Pribadi dengan Problem Focused Coping". *Jurnal Konselor*, 5 (1), 24-32.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Afabeta.
- Supardi. (2012). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Usman & Akbar. (2011). *Pengantar Statistika*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.

# Lampiran

## FORMAT JUSTIFIKASI ANGGARAN

No	Jenis Kegiatan	Volume	Unit	Frekuensi	Harga	Jumlah
1	<b>Penyiapan Proposal</b>					
	Operasional Pengumpulan Data	1	Orang	3	250,000	750000
	Biaya Penyusunan Instrumen	1	Orang	1	800,000	800,000
	Uji Coba Instrumen (Lapangan)	240	Eksmplar	1	5,000	1,200,000
	Honor Narasumber untuk expert judgment	3	Orang	1	1,000,000	3000000
<b>JUMLAH</b>						<b>5,750,000</b>
2	<b>Pelaksanaan Penelitian</b>					
	Biaya Transportasi PP Ke Aceh Jaya	1	Orang	3	238,000	714,000
	Biaya Penginapan	1	Orang	3	250,000	750,000
	Transport Lokal	1	Orang	3	50,000	450,000
	Pulsa (Komunikasi)	1	Paket	2	250,000	500,000
	Sewa Kamera	1	Unit	3	75,000	75,000
	Biaya cetak instrumen	240	eksmpelar	1	5,000	1,200,000
	Konsumsi dan Akomodasi Lapangan	1	Orang	3	80,000	240,000
	Honorium Pembantu Peneliti	1	Orang	1	1,000,000	1,000,000
Pengelolaan Data	1	Kegiatan	1	1,000,000	1,000,000	
<b>JUMLAH</b>						<b>5,929,000</b>
3	<b>Pasca Pelaksanaan</b>					
	Biaya Publikasi Jurnal Ilmiah	1	Kegiatan	1	1,000,000	1,000,000
	Biaya cetak laporan penelitian	10	eksmpelar	1	50,000	500,000
	Biaya Penerbitan pada HKI	1	Kegiatan	1	1,000,000	1,000,000
<b>JUMLAH</b>						<b>2,500,000</b>
4	<b>Belanja Bahan</b>					
	Tinta Printer	1	set	1	200,000	200,000
	Kertas	3	Rim	1	35,000	105,000
	Ball Point (sebagai penunjang isnrumen)	7	Lusin	1	30,000	210,000
	Pensil	1	Lusin	1	16,000	16,000
	stofmap	1	Lusin	1	40,000	40,000
	Binder Clips	4	Lusin	1	15,000	60,000
	Flashdisk	1	Pcs	1	150,000	150,000
Baterai	5	Pcs	1	40,000	40,000	
<b>JUMLAH</b>						<b>821,000</b>
<b>JUMLAH TOTAL</b>						<b>15,000,000</b>

Menyetujui Komite Penilaian Proposal/ *Reviewer*:

Ketua Komite Penilai/  
*Reviewer*

Reviewer 1

Reviewer 2

## JADWAL KEGIATAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Kontribusi *Emotion Focused Coping*  
Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana  
Alam Di Panti Asuhan Yayasan Darul  
Abrar Gampong Baro Aceh Jaya

Kategori Penelitian : Pembinaan/Kapasistas

Bidang Ilmu yang diteliti : Bimbingan dan Konseling

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jumlah Tim : 1 Orang

Peneliti

No	Kegiatan Tahun 2019	Bulan																								
		Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Penyusunan dan Pengajuan Proposal																									
2	Persiapan	■	■	■	■																					
3	Seminar				■																					
4	Perbaikan Proposal					■																				
5	Penyusunan instrumen						■	■	■																	
6	Pengurusan Izin							■	■																	
7	Penentuan Sumber Data								■	■																
8	Pengorganisasian dan Pelaksanaan									■	■															
9	Pengumpulan Data										■	■														
10	Analisis Data Penelitian											■	■	■												
11	Pembahasan Temuan Penelitian												■	■	■											
12	Penyusunan Laporan														■											
13	Laporan Kemajuan															■										
14	Diskusi dan Seminar Akhir															■	■									
15	Perbaikan dan Laporan Akhir																■	■								
16	Penggandaan Laporan																	■								
17	Penyerahan Laporan																			■						
18	Penyusunan Jurnal																					■				
19	Submit Publikasi																						■			
20	Pendaftaran HKI																								■	

## RENCANA TARGET CAPAIAN LUARAN (OUTCOME)

Judul Penelitian : Kontribusi *Emotion Focused Coping* Terhadap Kesiapan Menghadapi Bencana Alam Di Panti Asuhan Yayasan Darul Abrar Gampong Baro Aceh Jaya

Kategori Penelitian : Pembinaan/Kapasistas

Bidang Ilmu yang diteliti : Bimbingan dan Konseling

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Jumlah Tim Peneliti : 1 Orang

No	Capaian Luaran Penelitian			
	Jenis Luaran	Sub Kategori	Wajib	Tambahan
1.	Laporan Komprehensif	Laporan Penelitian Dummy Buku	√	-
2.	Artikel ilmiah dimuat di jurnal ( <i>wajib sesuai kategori penelitian</i> )	Internasional Bereputasi		
		Internasional		
		Nasional Terakreditasi		
		Nasional BerISSN, OJS dan Terindeks sesuai Kategori Penelitian	√	
3.	Artikel ilmiah dimuat diprosiding	Internasional Terindeks		
		Internasional		
		Nasional		√
4.	Hak Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten		
		Paten sederhana		
		Hak Cipta	√	
5.	Kerjasama Kemitraan Penelitian	MoU dan/ MoA		
6.	Buku Ajar (Ber-ISBN)			
7.	dst. ( <i>jika ada</i> )			

**BIODATA PENELITI  
PUSAT PENELITIAN DAN PENERBITAN LP2M  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH**

**TAHUN 2018**

**A. Identitas Diri**

1.	Nama Lengkap <i>(dengan gelar)</i>	<b>Syaiful Indra, M.Pd., Kons.</b>
2.	Jenis Kelamin L/P	Laki-laki
3.	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4.	NIP	199012152018011001
5.	NIDN	15129001
6.	NIPN <i>(ID Peneliti)</i>	011512900108001
7.	Tempat dan Tanggal Lahir	Asahan, 15 Desember 1990
8.	E-mail	<a href="mailto:syaiful@konselor.org">syaiful@konselor.org</a>
9.	Nomor Telepon/HP	082368238600
10.	Alamat Kantor	Jl. Syaikh Abdul Rauf Darussalam Banda Aceh, 23111
11.	Nomor Telepon/Faks	+62-651-7557321
12.	Bidang Ilmu	Bimbingan dan Konseling
13.	Program Studi	Bimbingan dan Konseling Islam
14.	Fakultas	Fakultas Dakwah dan Komunikasi

### B. Riwayat Pendidikan

No.	Uraian	S1	S2	S3
1.	Nama Perguruan Tinggi	UMN Al-Washliyah	UNP	
2.	Kota dan Negara PT	Medan	Padang	
3.	Bidang Ilmu/ Program Studi	Bimbingan dan Konseling	Bimbingan dan Konseling	
4.	Tahun Lulus	2012	2015	

### C. Pengalaman Penelitian dalam 3 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Sumber Dana
1.	2016	Efektivitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik	Mandiri
2.	2017	Efektivitas team assisted individualization untuk meningkatkan pemahaman pada mata kuliah model-model konseling	PT
3.	2018	Gambaran tingkat marah dan perilaku agresif pada remaja	PT



**D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 3 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Pengabdian	Sumber Dana
1.			
2.			
3.			

**E. Publikasi Artikel Ilmiah dalam Jurnal dalam 5 Tahun Terakhir**

No .	Judul Artikel Ilmiah	Nama Jurnal	Volume/Nomor/Tahun/Url
1.	Efektivitas Team Assisted Individualization untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik	Jurnal Edukasi	1 (2), 175-189
2.	Efektivitas Team Assisted Individualization Untuk Meningkatkan Pemahaman Pada Mata Kuliah Model-Model Konseling	Jurnal penelitian pendidikan sosial humaniora	2 (1), 141-146

3.	Gambaran Tingkat Marah Dan Perilaku Agresif Pada Remaja	Prosiding seminar nasional hasil penelitian	1 (1), 395-398
4.	Implementasi Konseling Psikoanalisis Untuk Mengurangi Kecemasan	Prosiding Konferensi i Bimbingan dan Konseling	2016

#### F. Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Judul Buku	Tahun	Tebal Halaman	Penerbit
1.				
2.				
dst.				

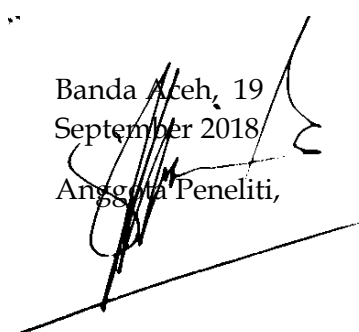
#### G. Perolehan HKI dalam 10 Tahun Terakhir

No.	Judul/Tema HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1.				
2.				
dst.				

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima sanksi.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan Penugasan Penelitian pada Pusat Penelitian dan Penerbitan LP2M Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 19  
September 2018/  
Anggota Peneliti,



**Syaiful Indra**  
NIDN. 0115129001