

Koping Stres Pada Etnis Bali, Jawa, dan Sunda

Andrian Pramadi dan Hari K. Lasmono
Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Abstract. The authors are keen to view stress coping in either a cultural or social context with religions and everyday way of life as background, including exclusive habits build through successive generations. The stress source is the uncertainty facing the future due to economical conditions and collision with different cultures as an effect of globalization. This research design compares the three cultural backgrounds containing different religions (Balinese with Hinduism, Sundanese with Islamic culture, and Javanese with diverse religions and faiths). These three ethnic groups are assumed to have specific culturally dependent habits which should reflect specific coping behavior as well. Subjects are people from each ethnic group ($N = 100$) with various educational backgrounds from both sexes, and various ages. This model is used to get a more accurate analysis through differentiating the coping behavior according to sex and age. Subjects are Balinese living in Bali, Sundanese living in Western Java, and Javanese living in Jogjakarta. An in-depth interview, Lazarus and Folkman's (1984) coping questionnaire and observation are used as measurement tools. Results are discussed in terms of Lazarus and Folkman's 8 coping styles.

Key words: coping style, Balinese culture, Sundanese culture, Javanese culture

Abstrak. Para peneliti mencoba mengaitkan koping stres dalam konteks budaya atau sosial dengan agama dan pola hidup sehari-hari sebagai latar belakang, termasuk kebiasaan terpolanya yang terbentuk dari generasi ke generasi. Sumber stres adalah ketidakpastian pada masa depan, yang berkaitan dengan kondisi ekonomi dan benturan budaya lain sebagai akibat globalisasi. Rancangan penelitian ini berusaha membandingkan ketiga latar belakang budaya yang memiliki religi berbeda (Bali dengan kehinduannya, Sunda dengan keislamannya, dan Jawa dengan keanekaragaman agama dan kepercayaannya). Diasumsikan di antara ketiga kelompok etnis tersebut terdapat kebiasaan-kebiasaan khas budaya mereka yang akan menggambarkan bentuk koping yang khas pula. Subjek adalah orang-orang dari ketiga kelompok etnis (masing-masing $N = 100$) dengan berbagai latar belakang pendidikan, pria dan wanita dari berbagai usia. Model ini dirancang demikian agar analisis lebih tajam dengan membedakan bentuk koping berdasar jenis kelamin dan usia. Lokasi penelitian meliputi Bali, Jawa Barat, dan Jogjakarta. Pengukuran menggunakan teknik wawancara (angket koping dan anamnesis mendalam) dan observasi. Hasil-hasil didiskusikan berdasarkan 8 gaya koping menurut Lazarus dan Folkman (1986).

Kata kunci: gaya koping, budaya Bali, budaya Sunda, budaya Jawa

Pada suatu hari—ketika penulis meneliti di suatu desa di Madura—penulis bertanya kepada seorang ibu tentang keadaannya pada hari itu. Si ibu lalu berkata, "Akh ... hari ini saya sedang stres!" Ketika ditanyakan mengapa demikian, si ibu menjawab dengan spontan bahwa hari ini merasa stres karena

tidak mempunyai uang. Berdasarkan contoh di atas, stres sudah cukup dikenal, walaupun pengertiannya tidak sama antara orang yang satu dengan yang lain.

Reaksi terhadap stres bervariasi antara orang yang satu dengan yang lain. Perbedaan ini sering disebabkan oleh faktor psikologis