



PROSIDING
Konferensi Nasional 1
Konsorsium Psikologi (KNPK) LLDIKTI 3
Jakarta, 10 April 2021



Prosiding Konferensi Nasional I Konsorsium Psikologi (KN1KP) LLDIKTI 3
Jakarta, 10 April 2021

PROSIDING

KONFERENSI NASIONAL I KONSORSIUM PSIKOLOGI (KN1KP) LLDIKTI 3 2021

Peran Psikologi di Era Pandemi dalam Membangun Masyarakat Berkarakter dan Berdaya Saing Global

©Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Anggota IKAPI – Ikatan Penerbit Indonesia – Jakarta
Anggota APPTI – Afiliasi Penerbit Perguruan Tinggi Indonesia

Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Jl. Jend. Sudirman Kav. 51
Jakarta 12930 Indonesia
Telepon: (021) 5703306 psw. 631
Email : penerbit@atmajaya.ac.id
Laman : <http://www.atmajaya.ac.id>

Cetakan Pertama, Juni 2021

Pengarah:

Dr. Anizar Rahayu, M.Si, Psikolog	Dr. Ira Puspitawati, M.Si, Psikolog
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog	Muhamad Nanang Suprayogi, S.Pai, M.Si, Ph.D.
Dr. Silvrius Y. Soeharso, S.E., M.M., Psikolog	Sri Tietri, Ph.D., Psikolog
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si, Konselor	Dr. Yulmaida Amir, MA

Komite Ilmiah – Penelaah Makalah (Reviewer):

Aisyah, M.Si	Ajheng Mularukti, A.P, M.Pai, Psikolog
Aully Graahinta, M.Si, Psikolog	Anindya Dewi Paramita, M.Pai, Psikolog
Dr. Anizar Rahayu, M.Si, Psikolog	Dr. Clara R.P. Ajiakama, M.Sc.
Fahrul Razi, M.Si	Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si
Dr. Ira Puspitawati, M.Si, Psikolog	Dr. J. Seno Aditya Utama
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog	Muhamad Nanang Suprayogi, S.Pai, M.Si, Ph.D.
Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Pai.T.	Dr. Stefanus Mularukti A.P, M.Pai, Psikolog
Sri Tietri, Ph.D., Psikolog	Dr. Yasinta Astin Solang, S.Pai, M.Pai, Psikolog
Dr. Yulmaida Amir, MA	Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si, Psikolog

Pengelola Makalah:

Anita Novianty, S.Pai, MA Meylisa Permata Sari, S.Pai, M.Sc. Subhan El Hafiz, S.Pai, M.Si

Penyunting Naskah: Meylisa Permata Sari, S.Pai, M.Sc.

Desain Sampul: Muhamad Nanang Suprayogi, S.Pai, M.Si, Ph.D.

PIC Makalah dan Prosiding: Sri Tietri, Ph.D., Psikolog

Anggota Makalah dan Prosiding:

Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si	Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Pai.T
Meylisa Permata Sari, S.Pai, M.Sc.	Dr. Clara R. P. Ajiakama, M.Sc.
Dr. J. Seno Aditya Utama	Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si, Psikolog
Dr. Yulmaida Amir, MA	Fahrul Razi, M.Si
Subhan El Hafiz, S.Pai, M.Si	Ajheng Mularukti A. P, M.Pai, Psikolog
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si, Konselor	Dr. Yasinta Astin Solang, S.Pai, M.Pai, Psikolog
Anita Novianty, S.Pai, MA	Aully Graahinta, M.Si, Psikolog
Aisyah, M.Si	Anindya Dewi Paramita, M.Pai, Psikolog

PROSIDING

KONFERENSI NASIONAL I KONSORSIUM PSIKOLOGI (KN1KP) LLDIKTI 3 2021

Peran Psikologi di Era Pandemi dalam Membangun Masyarakat Berkarakter dan Berdaya Saing Global

Jakarta: Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, 2021

503 hlm.: 14 × 21 cm

ISBN:

Hak cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**KOMITE ILMIAH, PENGELOLA MAKALAH, DAN PENYUNTING
PROSIDING KNIKP LLDIKTI 3 2021**

KOMITE ILMIAH – PENELAHAH MAKALAH (*REVIEWER*)

1. Aisyah, M.Si. (Universitas Pancasila)
2. Ajheng Mulamukti, A.P., M.Psi., Psikolog (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
3. Aully Grashinta, M.Si., Psikolog (Universitas Pancasila)
4. Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog (Universitas Pancasila)
5. Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog (Universitas Persada Indonesia YAI)
6. Dr. Clara R.P. Ajisukmo, M.Sc. (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
7. Fahrul Rozi, M.Si. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
8. Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si. (Universitas Tarumanagara)
9. Dr. Ira Puspitarwati, M.Si., Psikolog (Universitas Gunadarma)
10. Dr. J. Seno Aditya Utama (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
11. Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
12. Muhamad Namang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D. (Universitas Bina Nusantara)
13. Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T. (Universitas Tarumanagara)
14. Dr. Stefanus Mulamukti A.P., M.Psi., Psikolog (Universitas Kristen Krida Wacana)
15. Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog (Universitas Tarumanagara)
16. Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Kristen Krida Wacana)
17. Dr. Yulmaida Amir, MA. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)
18. Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)

PENGELOLA MAKALAH

1. Anita Novianty, S.Psi., MA. (Universitas Kristen Krida Wacana)
2. Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc. (Universitas Tarumanagara)
3. Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)

PENYUNTING PROSIDING

1. Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc. (Universitas Tarumanagara)

ORGANISASI KEPANITIAAN KNIKP LLDIKTI 3 2021

Pelindung

Prof. Dr. Agus Setyo Budi, M.Sc.
(Kepala LLDIKTI Wilayah III)

Penanggung Jawab

Agustinus Prasetyantoko, S.E., M.Sc., Ph.D.
(Rektor Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)

Pengarah

Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog (Universitas Persada Indonesia YAI)
Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog (Universitas Gunadarma)
Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D. (Universitas Bina Nusantara)
Dr. Silverius Y. Socharso, S.E., M.M., Psikolog
Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog (Universitas Tarumanagara)
Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor (Universitas Kristen Krida Wacana)
Dr. Yulmaida Amir, MA. (Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka)

Kemas

Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog

Sekretaris

Dr. Lidia L. Hidayat, Psikolog
Yohana Febriani Koten

Bendahara

Caecilia Widya
Eny Tri Surahniastun, A.Md.

PIC Acara, IT & Live Streaming

Dr. Ira Puspitawati, M.Si., Psikolog

Anggota Team IT & Live Streaming

Prof. Dr. Budi Hermana
Endika Perdana, S.T., M.T.
Dr. Mujiyana
Dr. Tubagus Maulana Kusuma, S.Kom., M.EngSc.
Ashur Hamadi, S.E., M.M.
Dr. Reza Chandra, S.Kom., M.MSI.
Ivan Maurits, S.Kom, MMSI.
Sandy Suryo Prayogo, S.T., M.T.
Ragiel Hadi Prayitno, S.Kom., M.T.

Koordinator Acara *Breakour Room*

Dr. Dona Eka Putri, M.Psi., Psikolog
Dr. Wahyu Rahardjo, M.Si.

Moderator Utama:

Dr. dr. Matrisya Hermita, M.Si.

MC

Astic Dharmayanti, S.T., M.MSI, M.Sc.

PIC Publikasi, Dokumentasi dan Sertifikat

Muhamad Nanang Suprayogi, S.Psi., M.Si., Ph.D.

Anggota Publikasi, Dokumentasi dan Sertifikat

Budi Sulaeman, S.Psi., M.Psi.

Chysila Tanrifaisal

Naskhya Nur Aulia

Riris Winda W.

Yola Chataline Simamata

Alyka Naima Widyantama

Priscila Rosalid Sihotang

Fasya Kesuma P. S.

Anisa Nabila Difla Nst.

Hanny Aka Ananda

Annisa Nurul Azzahra Basjiruddin

Annisa Ramadani

Kezia Millennia Tanod

Cathrine Annastacia Haylie

Hans Christian Soegandi

Theracia Austine

PIC Registrasi

Dr. Anizar Rahayu, M.Si., Psikolog

Anggota Registrasi

Dr. Rilla Sovitriana, Psi., M.Si., Psikolog

Evi Syafrida Nasution, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Robert Yusnanto, S.Psi.

Aisya Cinintya Saichu, S.Psi.

Jafar Octo Firmas

Yuni Aris Irawan

PIC Makalah dan Prosiding

Sri Tiatri, Ph.D., Psikolog

Anggota Makalah dan Prosiding

Dr. Fransisca I. R. Dewi, M.Si.

Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M.Psi.T

Meylisa Permata Sari, S.Psi., M.Sc.

Dr. Clara R. P. Ajisukmo, M.Sc.

Dr. J. Seno Aditya Utama

Dr. Zahrasari Lukita Dewi, M.Si., Psikolog

Dr. Yulmaida Amir, M.A.

Fahrul Razi, M.Si.

Subhan El Hafiz, S.Psi., M.Si.

Ajbeng Mulamukti A. P., M.Psi., Psikolog

Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Konselor

Dr. Yasinta Astin Sokang, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Anita Novianry, S.Psi., M.A.

Aully Grashinta, M.Si., Psikolog

Aisyah, M.Si.

Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog

PIC Website

Wahyu Cahyo Nugroho, S.Psi., M.Si., Psikolog

Anggota Website

Samuel Yesua, S.Kom.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	iii
KOMITE ILMIAH, PENGELOLA MAKALAH, DAN PENYUNTING PROSIDING KN1KP LLDIKTI 3 2021	iv
ORGANISASI KEPANITIAAN KN1KP LLDIKTI 3 2021	v
MAKALAH KEYNOTE SPEAKER KN1KP LLDIKTI 3 2021	
RELEVANSI KEBIJAKAN MBKM TERHADAP PENGUATAN PENDIDIKAN KARAKTER PANCASILA	ix
<i>Silverius Y. Soekarno</i> <i>Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila</i>	
TRANSFORMASI PEMBELAJARAN DI ERA PANDEMI DAN PELUANG MEMBANGUN DAYA SAING GLOBAL	xviii
<i>Hana Panggabean</i> <i>Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya</i>	
DAFTAR ISI	xxx
DAFTAR ARTIKEL	
1 HUBUNGAN SELF-COMPASSION DENGAN QUARTER-LIFE CRISIS PADA DEWASA AWAL	1
<i>Marsha Nadia Arifanti, Sitawaty Tjiptarini, & Yulmaida Amir</i>	
2 PENINGKATAN HUBUNGAN EDUKATIF DENGAN REMAJA: PELATIHAN DARING GURU LEMBAGA PENDIDIKAN NON-FORMAL 'X'	9
<i>Sheila Putri Fajrianti & Agustina Hendriati</i>	
3 RASA SYUKUR DAN BELAS KASIH PADA RELAWAN	20
<i>Ummi Sa'idah, Yulmaida Amir, & Ilham Mundzir</i>	
4 PENGARUH RELIGIUSITAS DAN TUJUAN HIDUP TERHADAP KEPUASAN HIDUP ORANG DENGAN KESULITAN HIDUP	28
<i>Lukman Ichlasul Amal & Yulmaida Amir</i>	
5 PENGARUH MINDFULNESS DAN PENERIMAAN DIRI TERHADAP KEBAHAGIAAN INDIVIDU PADA KESULITAN HIDUP	35
<i>Annisa Wulandari & Yulmaida Amir</i>	
6 HUBUNGAN PERBANDINGAN PENAMPILAN DENGAN KETIDAKPUASAN TUBUH DALAM PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DEWASA AWAL	43
<i>Sopia Waitaby & Fransisca Iriani Roemala Dewi</i>	
7 RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI: STUDI DESKRIPTIF PADA UNIVERSITAS X DI JAKARTA	51
<i>Qiothy Mirvi Farisah & Rahmah Hastuti</i>	
8 PENINGKATAN KEMAMPUAN PUBLIC SPEAKING ANAK USIA 9-13 TAHUN DENGAN PENDEKATAN PENDIDIKAN POSITIF	57
<i>Rosa V. Kartikarini & Agustina Hendriati</i>	
9 TERAPI KELOMPOK DENGAN PSIKOEDUKASI SOCIAL ADJUSTMENT DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN JAKARTA	70
<i>Shofiyah & Rilla Sovitriana</i>	

10	PROSES PENEMUAN MAKNA HIDUP INDIVIDU INDIGO Luvita Djuhari, Nadia Chendana, Leoti Putri, & Hana Panggabean	78
11	RESILIENSI ORANG DENGAN LUPUS (ODAPUS) PADA USIA DEWASA MUDA Devita Rona Saragi Sitio, Sihwidhiati Made Putri, Theresia Sara Cinara, Hotmida Nethania Agatha, & Fransisca Iriani Roesmala Dewi	91
12	GAMBARAN TINGKAT STRES, CEMAS, DAN DEPRESI PADA TENAGA KESEHATAN COVID-19 DI DKI JAKARTA Novela Clara & Magdalena Surjaningsih Halim	104
13	PERBEDAAN STRES AKADEMIK SISWA PADA MASA <i>NEW NORMAL</i> DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI SMA "X" PADANG Ifani Candra, Harri Kurniawan, & Nadhira Putri Ariesta	117
14	PENGARUH <i>SELF-COMPASSION</i> TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA Marshela, Abu Bakar Fahmi, & Yulmaida Amir	125
15	<i>BURNOUT</i> DAN STRATEGI <i>COPING</i> PADA DOKTER DI MASA PANDEMI COVID-19 Rosaline Oscar, Annisa Kusindriani, Nicholas Kenji, & Hana Panggabean	133
16	PENGARUH <i>PARENTAL CONDITIONAL POSITIVE REGARD</i> TERHADAP PERFEKSIONISME: STUDI PADA REMAJA Shofia Hanifa & Dewi Trihandayani	144
17	GAMBARAN <i>COPING</i> DAN PSIKOEDUKASI MAHASISWA UNIKA ATMA JAYA DI AWAL PANDEMI COVID-19 Evelyn Tandias, Alisha Nanditaputri, Astri Parawita Ayu, & Theresia Indra Shanti	152
18	KONDISI PSIKOLOGIS MAHASISWA UNIKA ATMA JAYA PADA MASA AWAL PANDEMI COVID-19 Alisha Nanditaputri, Evelyn Tandias, Astri Parawita Ayu, & Theresia Indra Shanti	163
19	PERAN PENGALAMAN BELAJAR DALAM PENGAMBILAN KEPUTUSAN KARIER TERHADAP ADAPTABILITAS KARIER SISWA SMK JABODETABEK Delistina Rizki Fernanda & Yulistin Tresnawaty	175
20	GAMBARAN <i>SUBJECTIVE WELL BEINGS</i> INDIVIDU DEWASA AWAL YANG MEMILIKI IBU TUNGGAL AKIBAT PERCERAIAN Reinhard Ruben Diamanta & Penny Handayani	183
21	PERBEDAAN KONSEP DIRI SISWA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19 DITINJAU DARI POLA ASUH ORANG TUA Fedora Helen Sumantri & Agustina	196
22	DIMENSI <i>ATTACHMENT</i> DAN KUALITAS KOMUNIKASI <i>ONLINE</i> VIA <i>SMARTPHONE</i> PADA INDIVIDU YANG MENIKAH Jovanca & Pinkan C. B. Rumondor	204
23	HUBUNGAN ANTARA LOKUS KENDALI INTERNAL DENGAN KEMATANGAN KARIER PADA MAHASISWA BIDIKMISI Bella Christanty & Ira Puspitarwati	216
24	PERILAKU PERUNDUNGAN DAN RELIGIUSITAS SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA Hannah C. Susanto & Clara R. P. Ajiaksno	225
25	GAMBARAN RESILIENSI SELAMA PANDEMI COVID-19 PADA INDIVIDU DEWASA	236

Antonina Pantja Juri Wulandari, Nuhali Naomi Karunia Aritakarima, Octavia
Amandalisyara Putri, & Petrus Fee Muda

- 26 **GAMBARAN STRES DAN COPING STRESS PEREMPUAN YANG PERNAH
MENGALAMI KEKERASAN DARI ORANGTUA** 246
Astria Monayati Sibarani & Clara R. P. Ajuksano
- 27 **HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN
KEPUASAN HIDUP PADA DEWASA AWAL PENGGUNA MEDIA SOSIAL** 258
Kurnia Wuri Handayani & Sandi Kartasasmita
- 28 **HUBUNGAN ANTARA PERCEIVED STRESS DENGAN COPING
STRATEGIES PADA SISWA SMA YANG MELAKUKAN PEMBELAJARAN
JARAK JAUH** 267
Hemasari Nirmala, Raja Olean Turnunggor, & Willy Tasdin
- 29 **HUBUNGAN SELF COMPASSION TERHADAP BODY IMAGE PADA
DEWASA AWAL YANG MENGIKUTI STANDAR IDEAL PENAMPILAN DI
MEDIA SOSIAL** 277
The Ester Angelina Suhendra, Roswiyani, & Heryanti Satyadi
- 30 **KAJIAN TERAPI APPLIED BEHAVIOUR ANALYSIS DALAM
MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL PADA ANAK PENYANDANG
AUTISME** 284
Levi Lythiani Resthi, Awlia Rahma, & M. Nanang Suprayogi
- 31 **PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KENAKALAN
REMAJA** 293
Annisa Nurul Azzahra Basjiruddin, Chairunissa Salza Nadilla, Naila Ayubiyakhan, &
Budi Sulaeman
- 32 **PEMBELAJARAN YANG EFEKTIF UNTUK SISWA SMA DALAM
PEMBELAJARAN JARAK JAUH** 301
Amalia Rumi, Aisyia Inda K., Hana Adhini Putri, & Budi Sulaeman
- 33 **TEKNOLOGI DAN DIFFERENTIATED INSTRUCTION DALAM
PEMBELAJARAN** 310
Theresia, Marshanda Jeannette Mariane Massie, Giveny Militia Kristy Ilene Timangon,
& Muhammad Nanang Suprayogi
- 34 **GAMBARAN PARENTAL ACCEPTANCE PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK DOWN SYNDROME** 319
Rosalina & Anindya Dewi Paramita
- 35 **TINGKAT KECEMASAN ANAK USIA DINI SAAT PERTAMA KALI
BERSEKOLAH** 325
Sekar Putri Widayanti, Fionna Fadilah, Ananda Putri Utari, & Muhammad Nanang
Suprayogi
- 36 **IDENTIFIKASI EFEKTIVITAS BELAJAR MAHASISWA TERHADAP
PEMBELAJARAN JARAK JAUH DAN TATAP MUKA** 332
Ratu Alifia Fatmahanik, Arlieka Permatasary, & Muhamad Nanang Suprayogi
- 37 **PERBEDAAN DIMENSI KESEPIAN EMOSIONAL DAN KESEPIAN SOSIAL
PADA REMAJA DITINJAU BERDASARKAN JENIS KELAMIN** 343
Christels Riris Dita & Pirkas Margaretha
- 38 **TERAPI MUSIK KLASIK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR
MATEMATIKA SISWA SMK KESDAM JAYA** 350
Marthalina Trijayanti, Anizar Rahayu, & Erdina Indrawati

39	PERAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP REGULASI DIRI BELAJAR MAHASISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING Angela Cynthia Gita Prameswari & Sri Tiatri	359
40	DUKUNGAN SOSIAL MANAKAH YANG PALING BERKAITAN DENGAN ADAPTABILITAS KARIR? Nurul Zakiah & Yulistin Tresnowaty	369
41	PERAN SELF-ESTEEM DAN SELF-CONTROL TERHADAP IMPULSIVE BUYING PRODUK KECANTIKAN PADA WANITA DEWASA Pocut Shazzura, Aully Grashinta, & Muhammad Akhyar	378
42	HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI BELAJAR DENGAN ACADEMIC ENGAGEMENT PADA MAHASISWA AKTIF DALAM ORGANISASI Tsanis Khoeral Muttasqoti & Sri Tiatri	385
43	PERAN EMOTION-FOCUSED COPING TERHADAP TINGKAT STRES PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA Evi Syafrida Nasution, Agung Rido Harmoko, & Cinthya Permata Sari	392
44	HUBUNGAN OPTIMISME DAN DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN PROBLEM FOCUSED COPING PADA PEGAWAI WANITA YANG BERPERAN GANDA Siti Chaeriyah & Tjitjik Hamidah	399
45	PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA DEWASA YANG MENJALANI COMMUTER MARRIAGE DI MASA NEW NORMAL Olivia Safira Maharani & Anita Zulkaida	407
46	UPAYA Mencari Pertolongan Psikologis dari Profesional (HELP-SEEKING) PADA MAHASISWA Lucky Hardinugraha & Anita Zulkaida	419
47	HUBUNGAN FAT TALE DENGAN PERILAKU PENGENDALIAN BERAT BADAN TIDAK SEHAT PADA REMAJA PEREMPUAN Lois T. Sanerno & Anita Novianty	426
48	PEMAAAFAN PADA REMAJA KORBAN KEKERASAN DALAM BERPACARAN Lusida Margareta & Stefanus Soejanto Sandjaja	437
49	THE ROLES OF HEURISTIC THINKING ON THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED SCARCITY AND IMPULSIVE BUYING DUE TO THE COVID-19 VIRUS PANDEMIC THREAT Silverius Y. Soeharso, Sarah Awudya, & Aulianisa N. Ayuningtyas	445
50	PENGARUH KONTRAK PSIKOLOGIS TERHADAP KETERIKATAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL DI JABODETABEK Puji Nur Laraswati & Puti Archianti	456
51	STRESS AKADEMIK PENYUSUN SKRIPSI: ANALISIS PENGARUH STRATEGI COPING, EFIKASI DIRI, JENIS KELAMIN DAN SEMESTER Fakhran Azwardi & Ikhsan Lutfi	464
52	PENGARUH PERSON ORGANIZATION FIT DAN KEPUASAN KERJA TERHADAP TURNOVER INTENTION PADA KARYAWAN IT Kamilia Nur Umamah, Endro Puspo Wiroko, & Silverius Y. Soeharso	474

53	PERAN PARENT ATTACHMENT TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SMA YANG MENJALANI BELAJAR DARI RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID-19 Norma Karlina Sari, Aully Grashinta, & Aisyah	481
54	PENGARUH KUALITAS PELAYANAN PEMBUATAN SIM TERHADAP KEPERCAYAAN MASYARAKAT DENGAN KEPUASAN MASYARAKAT SEBAGAI VARIABEL MEDIASI Beny Gielar Indrajati & Anastasia Sri Maryatni	492
55	TERAPI REALITAS TEKNIK WDEP UNTUK MENINGKATKAN FORGIVENESS DI RUTAN PONDOK BAMBU JAKARTA Nursia Simit & Rilla Sovitriana	498

PERAN *EMOTION-FOCUSED COPING* TERHADAP TINGKAT STRES PADA IBU HAMIL PRIMIGRAVIDA

Evi Syafrida Nasution ^{1 *}

email: evisyafrida@borobudur.ac.id

Agung Rido Harmoko ²

email: agungridoharmoko2@gmail.com

Cinthya Permata Sari ³

email: cinthya07@gmail.com

¹ Fakultas Psikologi, Universitas Borobudur, Jakarta, Indonesia

² Fakultas Psikologi, Universitas Padjadara Indonesia Y.A.I., Jakarta Indonesia

^{*} *corresponding author* (penulis korespondensi)

Abstrak

Masa kehamilan dimulsi dari pembuahan hingga kelahiran. Proses kehamilan melibatkan perubahan emosional, fisik, dan sosial dalam keluarga. Kehamilan membutuhkan banyak penyesuaian dalam fisiologis, keluarga, keuangan, pekerjaan, dan bidang lain yang dapat menimbulkan tekanan emosional bagi wanita, terutama wanita berpenghasilan rendah yang cenderung mengalami lebih banyak stres dengan sumber daya yang lebih sedikit. Selama terpapar situasi stres, wanita hamil merespons secara berbeda rangsangan stres yang tergantung pada pengalaman mereka sebelumnya, faktor genetik, dukungan sosial, atau ciri kepribadian. Meskipun bukti sebelumnya secara konsisten menunjukkan bahwa stres psikososial ibu memengaruhi hasil akhir bayi baru lahir, namun kondisi emosional ibu yang mengandung anak pertama dan *coping* yang digunakan masih kurang dieksplorasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *emotion-focused coping* terhadap tingkat stres pada ibu hamil primigravida. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan skala stres kehamilan dan skala *emotion-focused coping*. Penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* dengan jumlah partisipan sebanyak 98 responden. Analisis data penelitian menggunakan metode statistik regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *emotion-focused coping* berperan signifikan terhadap tingkat stres pada ibu hamil primigravida. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi orang tua khususnya ibu hamil agar dapat menyelesaikan masalah atau *stressor stress* dengan *coping* yang tepat.

Kata Kunci: Hamil, Primigravida, Stressor, Emotion-Focused Coping

PENDAHULUAN

Dalam masyarakat modern dengan pergerakan yang bergerak cepat, industrialisasi, dan gaya hidup yang canggih, mungkin terdapat ratusan situasi yang menghasilkan stres dalam pikiran dan tubuh. Seorang wanita yang mencoba menjalani kehidupan yang sukses sesuai harapan dan norma masyarakat saat ini terus ditantang dengan stres yang

menumpuk dengan cepat. Dalam usahanya, untuk mencapai standar hidup yang diharapkan, peduli pada orang lain dan berakhir dalam morbiditas yang tidak dipedulikan, tanpa sadar menghadapi stress yang berat ini secara fisik dan mental (Kannan, 2015).

Ketika seorang ibu mengetahui bahwa dirinya hamil, mungkin merasa senang dan gembira atau bahkan kaget, bingung, dan kesal. Hal ini bisa berbeda-

beda pada setiap orang. Meskipun ibu tersebut telah berusaha untuk hamil, namun perasaan yang muncul bisa mengejutkan karena dipengaruhi oleh perubahan kadar hormon yang membuat merasa lebih emosional (Departemen Kesehatan (DepKes), 2009). Selama kehamilan, level hormon mengalami perubahan dimana jumlah estrogen dan progesteron meningkat dalam darah. Hal ini menyebabkan lapisan rahim terbentuk, darah yang mengalir ke rahim dan payudara meningkat, dan otot rahim menjadi rileks memberikan ruang bagi bayi tumbuh dan berkembang. Peningkatan kadar hormon dapat mempengaruhi perasaan ibu hamil, dimana terjadi perubahan suasana hati, mudah menangis atau tersinggung dan merasa sulit mengontrol emosi, namun gejala ini akan meredah setelah melewati tiga bulan pertama usia kehamilan (DepKes, 2009).

Banyak perubahan dalam tubuh wanita hamil, emosinya, dan dalam kehidupan keluarganya. Perubahan ini seringkali menambah tekanan baru pada kehidupan wanita hamil (yang sudah menghadapi banyak tuntutan di rumah dan di tempat kerja) ketika stres meningkat ke tingkat yang tidak nyaman, ini bisa berbahaya bagi wanita hamil dan janin (Kannan, 2015). Sementara itu, pria mungkin juga memiliki perasaan campur aduk saat mengetahui bahwa pasangannya hamil, mungkin merasa sulit membicarakan perasaan ini karena tidak ingin membuat pasangannya kesal. Kedua pasangan harus saling mendorong untuk membicarakan perasaan mereka dan kekhawatiran yang dirasakan. Beberapa orang mudah mengatasinya, sementara orang lain akan lebih sulit dan setiap orang berbeda-beda. Sangat umum terjadi pertengkaran, yang mungkin salah satu dari pasangan mengkhawatirkan masa depan dan cara menghadapinya (DepKes, 2009).

Tubuh akan mengalami banyak perubahan selama kehamilan. Terkadang perubahan ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan atau iritasi, yang dapat menyebabkan kekhawatiran. Adapun

beberapa masalah yang umum terjadi antara lain: sakit punggung, sembelit, kejang, merasa lemah, merasa panas, sakit kepala, inkontinensia, gangguan pencernaan dan maag, gatal, mual dan mual di pagi hari, pendarahan hidung, sering buang air kecil, dan lain-lain. Sementara itu, masalah yang lebih serius misalnya tekanan darah tinggi dan preeklampsia, plasenta previa, gatal yang parah, pertumbuhan bayi yang lambat, pendarahan, dan vasa previa. Selain masalah fisik, masalah kesehatan mental juga dapat dialami misalnya kecemasan, mimpi tentang bayi (DepKes, 2009).

Kecemasan merupakan hal yang normal dialami ketika hamil, terutama pada kehamilan pertama. Hal-hal praktis yang dicemaskan seperti uang, pekerjaan, atau tempat tinggal. Selain itu tentang perasaan siap menjadi orang tua. (DepKes, 2009). Hal ini terlihat pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Nagandla, et al., (2016) menunjukkan hasil bahwa di antara 288 wanita yang diskriminasi, prevalensi keseluruhan dari depresi antenatal, kecemasan dan stres adalah 23,6% (n = 68) pada trimester kedua dan 24,7% (n = 71) pada trimester ketiga. Masalah kesehatan mental yang paling umum adalah kecemasan 18,8%, depresi 6,9%, dan stres 4,2%. Wawancara klinis diagnostik dengan *Mini International Neuropsychiatric Interview* (MINI) mendiagnosis 34% dengan gangguan penyesuaian, 23% dengan kondisi spektrum kecemasan (panik dan gangguan kecemasan umum) dan 8,5% penyakit depresi mayor. Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam mengembangkan gangguan mental yang umum antara trimester kedua dan ketiga ($p > 0,05$). Faktor sosiodemografi yang berhubungan dengan gangguan kesehatan jiwa adalah status sosial ekonomi rendah ($p < 0,02$), kurangnya dukungan keluarga ($p < 0,028$), kekerasan pasangan ($p < 0,002$) dan faktor kebidanan termasuk kehamilan tidak terencana ($p < 0,01$). Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Martini, et al. (2015) menunjukkan bahwa

prediktor terkait untuk kecemasan peripartum dan gangguan depresi adalah kecemasan dan gangguan depresi sebelum kehamilan, tetapi faktor psikososial (misalnya pendidikan ibu), individu (misalnya harga diri rendah), dan interpersonal (misalnya kepuasan komitmen, dukungan sosial) juga terkait.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Soto-Balbuena et al. (2018) menunjukkan bahwa prevalensi kecemasan yang terjadi pada masa kehamilan 19,5% pada trimester pertama. Pada trimester kedua 16,8%, pada trimester ketiga terjadi 17,2%, dengan kejadian 0,063%. Adapun faktor prediktif gejala kecemasan yang diidentifikasi sebagai berikut: menjadi perokok, adanya penyakit sebelumnya dan perubahan dalam hubungan sosial.

Sementara itu, Woods et al. (2010) mengidentifikasi faktor-faktor yang berkaitan dengan stres psikososial dan menggambarkan stress yang dialami selama kehamilan, diperoleh hasil bahwa mayoritas mengalami stress psikososial antenatal sebanyak 78% pada level rendah sampai sedang, dan 6% tinggi. Depresi, gangguan panik, penggunaan obat-obatan, kekerasan rumah tangga, dan memiliki lebih dari dua komorbiditas medis secara signifikan berkubungan dengan tingginya stress psikososial. Tingkat kecemasan muncul lebih banyak pada ibu hamil anak pertama dibandingkan dengan ibu hamil lebih dari satu anak. Hal ini, ditunjukkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Indrawati (2010) bahwa dari 20 orang responden ibu hamil anak pertama (primigravida), diperoleh hasil sekitar 75 % atau 15 orang mengalami tingkat kecemasan sedang, dan 25 % sisanya atau 5 orang mengalami kecemasan dalam kategori rendah. Tingkat kecemasan pada ibu hamil anak pertama (primigravida) lebih tinggi dibandingkan dengan ibu hamil lebih dari satu (multigravida). Peningkatan stress ibu dikaitkan dengan kehamilan, usia kehamilan saat melahirkan, pendapatan bulanan keluarga, prematuritas dan kelahiran prematur. Stress ibu selama

periode antenatal untuk waktu yang lama memiliki efek buruk pada hasil akhir janin dan ibu (Pais & Pai, 2018).

Dalam kehamilan, reaktivitas stress mungkin memiliki implikasi unik kesehatan ibu serta untuk hasil kelahiran dan perkembangan janin. Pemahaman kita tentang prediktor dan konsekuensi reaktivitas stress yang berlebihan pada kehamilan masih terbatas. Penelitian dalam kehamilan hingga saat ini berfokus terutama pada paparan stresor. Dengan demikian, peningkatan perhatian terhadap bagaimana individu dalam mengatasi stress akan sangat membantu dalam memahami dampak stress bagi wanita tertentu dan memprediksi risiko terbesar yang mungkin dialami.

Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *emotion-focused coping* terhadap tingkat stress yang dialami oleh ibu hamil pada kehamilan yang pertama (primigravida).

METODE

Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan rancangan *ex post facto*, yang berusaha mengetahui peran *emotion-focused coping* terhadap tingkat stress pada ibu hamil primigravida.

Partisipan

Pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling insidental*. *Sampling insidental* adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2012). Adapun jumlah sampel penelitian ini sebanyak 98 ibu hamil dengan kehamilan anak pertama (primigravida).

Alat Ukur

Dalam mengukur variabel strategi *coping*, alat ukur yang akan digunakan berupa kuesioner dan telah diadaptasi. Peneliti akan menggunakan *item-item* dari *emotion-focused coping* yang merupakan bagian dari *The Ways of Coping Questionnaire (WCQ)* yang sudah direvisi oleh Folkman (1986) untuk melihat jenis strategi *coping* apa yang digunakan seseorang untuk menghadapi stresnya. *The ways of coping questionnaire (revised)* memiliki 66 *item* yang terdiri dari *problem focused coping* yaitu 35 *item* dan *emotion focused coping* yaitu 31 *item*. Dalam hal ini penulis hanya menggunakan *item-item* yang hanya mengukur *emotion-focused coping*. *Emotion focused coping* terdiri dari *distancing, escape-avoidance, self-control, accepting responsibility, dan positive reappraisal* (Lazarus & Folkman, dalam Taylor 1999). Pengukuran terhadap stres akan dilakukan dengan menggunakan *Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS)*. *Depression, Anxiety, Stress Scale* mengukur 3 aspek gejala yaitu, depresi, kecemasan, dan stres. Menurut Crawford dan Henry (2003) skala DASS dapat mengukur tingkat depresi, kecemasan, dan stres pada subjek klinis dan non-klinis. Peneliti hanya akan menggunakan skala DASS pada aspek stres karena pada subjek yang akan dilakukan oleh peneliti hanya mengukur stres dan tidak mengukur dari segi depresi dan kecemasan. Pada skala stres tersebut mengukur *non-chronic arousal* (gejala yang tidak kronis) seperti *difficulty relaxing, nervous arousal, easily upset/agitated, irritable/over-reactive, dan impatient*.

Analisis Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas, uji linearitas, dan uji regresi sederhana dengan SPSS 21.0 for Windows.

HASIL

Dari tabel 1, tampak bahwa bahwa dari 98 subjek penelitian, mayoritas subjek penelitian berada pada rentang usia 26-30 tahun yaitu berjumlah 72 orang (73,5%), rentang usia 20-25 tahun berjumlah 26 orang (26,5%).

Tabel 1
Deskripsi Subjek Penelitian

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
20-25 Tahun	26	26,5
26-30 Tahun	72	73,5
Total	98	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan pendidikan, sebagian besar responden adalah menempuh pendidikan SLTA/Sederajat yaitu sebanyak 45 responden (45,9%).

Tabel 2
Pendidikan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
SD	1	1,0
SLTA/Sed erajat	45	45,9
Diploma	14	14,3
S1	36	36,7
S2	2	2,0
Total	98	100

Berdasarkan hasil perhitungan data yang diperoleh variabel *emotion-focused coping* pada 98 ibu hamil didapatkan 19 ibu hamil (19,39 %) memiliki tingkat *emotion-focused coping* yang tinggi, 69 ibu hamil (70,41 %) termasuk dalam kategori tingkat *emotion-focused coping* yang sedang, dan 10 ibu hamil (10,20 %) dengan tingkat *emotion-focused coping* rendah.

Tabel 3
Gambaran Kategori *Emotion-Focused Coping*

Tingkat	Interval	Σ	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 96$	10	10,20
Sedang	$80 \leq X < 96$	69	70,41
Rendah	$X < 80$	10	10,20
Jumlah		98	100

Berdasarkan hasil perhitungan data yang diperoleh variabel tingkat stres pada 98 ibu hamil didapatkan 10 ibu hamil (10,20 %) memiliki tingkat stres yang tinggi, 78 ibu hamil (79,59 %) termasuk dalam kategori tingkat stres yang sedang, dan 10 ibu hamil (10,20 %) dengan tingkat stres rendah.

Tabel 4
Gambaran Kategori Tingkat Stres

Tingkat	Interval	Σ	Persentase (%)
Tinggi	$X \geq 44$	10	10,20
Sedang	$26 \leq X < 44$	78	79,59
Rendah	$X < 26$	10	10,20
Jumlah		98	100

Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas dengan *Kolmogorov smirnov* dan ditemukan bahwa data pada penelitian ini berdistribusi normal, karena signifikansi adalah $p < 0,05$. Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel *emotion-focused coping* dengan tingkat stres ibu hamil diperoleh nilai signifikansi (*deviation from linearity*) adalah 0,436. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear antara variabel *emotion-focused coping* dengan tingkat stress ibu hamil.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($4,371 > 1,987$) artinya terdapat pengaruh *emotion-focused coping* terhadap tingkat stress ibu hamil primigravida. Terlihat bahwa *emotion-focused coping* memiliki peran dalam jumlah yang cukup besar terhadap tingkat stress pada ibu hamil primigravida sebesar 51 %, dengan hasil signifikansi sebesar $0,000 < 0,005$. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa *emotion-focused coping* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap tingkat stress pada ibu hamil primigravida, dengan nilai koefisien regresi $-4,371$ artinya semakin meningkat *emotion-focused coping* maka semakin menurun tingkat stress pada ibu hamil primigravida. Adapun kategori *emotion-focused coping* terdiri dari: tinggi sebesar 19,59 %, *emotion-focused coping* sedang sebesar 70,41 %, dan kategori rendah sebesar 10,20 %. Namun tingkat stress ibu yang terbesar berada pada kategori sedang yaitu sebesar 79,59%. Sehingga hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmetika (2014) yang berjudul *Hubungan Antara Emotion-Focused Coping dan Stres Kehamilan* dengan hasil korelasi $r_{xy} = -0,375$ ($p < 0,01$), yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *emotion-focused coping* dan stress kehamilan yaitu semakin tinggi *emotion-focused coping* yang digunakan maka semakin rendah tingkat stress kehamilan yang dimiliki oleh ibu hamil.

Jika dilihat pada karakteristik responden pada penelitian ini terlihat bahwa periode kedua kehamilan sebesar 43,9 % dan 45,9 % berada pada periode ketiga kehamilan. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang diterbitkan oleh jurnal *clinical endocrinology*, dengan mengambil sampel darah dari 267 ibu hamil menunjukkan bahwa kadar kortisol lebih tinggi dialami saat usia kehamilan 17 minggu atau lebih dibandingkan usia kehamilan dibawah 17 minggu.

Stres pada umumnya bersifat reaksi

adaptasi terhadap tantangan lingkungan (Da Costa et al., 2000). Sementara itu, Dwight (dalam Sazm & Wahyuni, 2014) mengemukakan bahwa stres merupakan suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena perwujudan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya. Ibu hamil dapat mengalami berbagai gejala dengan tingkat keparahan dan durasi yang berbeda-beda ketika melakukan transisi menjadi orang tua. Banyak gejala dapat sembuh sendiri seiring waktu berjalan dengan menyesuaikan diri pada situasi barunya, namun bagi beberapa wanita sulit beradaptasi sehingga mengalami kesulitan dan mengganggu fungsinya sebagai orang tua (The Parent Infant Research Institute (PIRI), 2013).

Cohen et al. (dalam Schetter, 2011) mengemukakan beberapa penyebab stres yang mungkin mempengaruhi wanita dalam kehamilan yaitu ada masalah keuangan, ketegangan dalam hubungan intim, tanggung jawab keluarga, kondisi kerja, dan masalah terkait kehamilan. Sementara itu, berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Iskandar dan Sofia (2019), pada penelitian ini ditemukan sebesar 71,1% membuktikan bahwa faktor lain yang mempengaruhi tingkat stres pada kehamilan di antaranya adalah masalah internal keluarga, perubahan hidup dan lingkungan tempat tinggal, masalah keuangan, kehamilan yang dialami sekarang dan beban pekerjaan. Beberapa faktor yang menyebabkan stres pada ibu hamil di atas, terlihat pada data karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan kategori pekerjaan sebagai karyawan swasta sebesar 50 %, ibu rumah tangga sebesar 39 % dan pendapatan keluarga sebesar 37 % berada di level pendapatan Rp 1 juta - Rp 2 juta dari jumlah responden ibu hamil sejumlah 98 orang.

Untuk memperkaya khasanah ilmu terkait tingkat stres pada ibu hamil primigravida, peneliti selanjutnya hendaknya menambahkan faktor-faktor

lain yang menyebabkan tingkat stres pada ibu hamil meningkat misalnya dukungan suami, masalah internal keluarga, perubahan hidup dan lingkungan dan masalah keuangan untuk diteliti lebih lanjut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai peran *emotion-focused coping* terhadap tingkat stres pada ibu hamil anak pertama diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh *emotion-focused coping* terhadap tingkat stres pada ibu hamil anak pertama sebesar 51 %. Namun tingginya tingkat stres dalam kategori sedang sebesar 79,59 % membuat peneliti menarik kesimpulan bahwa terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada kehamilan.

REFERENSI

- Da Costa, D., Larouche, J., Dritsa, M., & Brender, W. (2000). Psychosocial correlates of prepartum and postpartum depressed mood. *Journal of Affective Disorders, 59*(1), 31-40. [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(99\)00128-7](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(99)00128-7)
- Departemen Kesehatan. (2009). *The pregnant book COI for the Department of Health*.
- Indrawati. (2010). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada ibu primigravida dalam menghadapi persalinan. *Jurnal Keperawatan, 11*(1).
- Iskandar, & Sofia, R. (2019). Hubungan stresor psikososial pada kehamilan dengan komplikasi persalinan di wilayah kerja Puskesmas Lapangan Aceh Utara. *Averroes: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*. <https://doi.org/10.29103/averroes.v5i1.11627>
- Kannan, M., Rajaswaran, P. S., Natarajan, S., Vasudevan, R., Muralidasa, S. D.,

- & Devi, M. S. S. (2015). Yoga in Pregnancy. *Malaya Journal of Biosciences*, 2(2), 104-109.
- Martini, J., Petsoldt, J., Einsle, F., Bessdo-Baum, K., Hofler, M., & Wittchen, H.U. (2015). Risk factors and course patterns of anxiety and depressive disorders during pregnancy and after delivery, a prospective-longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 175, 385-395. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.01.012>
- Naganda, K., Nalliah, S., Yin, L. K., Majeed, Z. A., Ismail, M., Zubaidah, S., Ragavan, U. D., & Krishnan, S. G. (2016). Prevalence and associated risk factors of depression, anxiety, and stress in pregnancy. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 5(7), 2380-2388. <http://dx.doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20162132>
- Pais, M. & Pai, M. V. (2018). Stress among pregnant women: A systematic review. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12(3), 1-4. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2018/30774.11561>
- PERI (The Parent Infant Research Institute). (2013). *Perinatal mental health and psychosocial assessment: practice resource manual for Victorian maternal and child health nurses*. State of Victoria (Department of Education and Early Childhood Development).
- Rahmatika, R. (2014). Hubungan antara emotion-focused coping dan stres kehamilan. *Jurnal Psikogenesis*, 3(1). <https://doi.org/10.24854/jps.v3i1.54>
- Szam, Z., & Wahyuni, S. (2014). *Psikologi keperawatan*. PT Rajagrafindo Pustaka.
- Schetter, C. D. (2011). Psychological science on pregnancy: Stress processes, biopsychosocial models, and emerging research issues. *The Annual Review of Psychology*, 62, 531-559. <https://doi.org/10.1146/annurev.psyc.031809.130727>
- Soto-Balbuena, C., Rodriguez, M. F., Gomis, A. I. E., Barriendos, F. J. F., La, H., PMB_HUCA, G. (2018). Incidence, prevalence, and risk factors related to anxiety symptoms during pregnancy. *Psicothema*, 30(3), 257-263. <https://doi.org/10.7334/psicothema2017.379>
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian pendidikan-pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Woods, S. M., Melville, J. L., Guo, Y. G., Fan, M., & Gavin, A. (2010). Psychosocial stress during pregnancy. *American Journal of Obstetrics & Gynecology*. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2009.07.041>



SERTIFIKAT

Diberikan kepada
Evi Syafrida Nasution
Atas partisipasi sebagai
PEMAKALAH
dalam:
Konferensi Nasional 1
Konsorsium Psikologi (KN1KP) LLDIKTI Wilayah III
dilaksanakan di Jakarta, tanggal 10 April 2021
dengan judul

"Peran Emotion-Focused Coping Terhadap Tingkat Stres Pada Ibu Hamil Primigravida"



Prof. Dr. Agus Setyo Budi, M.Sc.
Kepala LLDIKTI Wilayah III



Dr. Magdalena S. Halim, Psikolog.
Ketua Panitia



Dr. Augustinus Prasetyantoko
Rektor Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

