

---

## META-ANALISIS TENTANG PERILAKU KOPING PREVENTIF DAN STRES

Ahmad Muhammad Diponegoro

&

Syamsul Bachri Thalib

Universitas Negeri Makassar

### ABSTRACT

*This meta-analysis study focused on preventive coping and stress. Individuals study don't shows the result that not always consistent and sometimes contradict each other. So, it is difficult to get the inclusive and integrative conclusion.*

*The purpose of this study is to integrate the results of the study that varied about the relation between preventive coping and stres through meta-analysis procedure. The subject analysis contained 15 studies that consist 2816 sample size. The result of this study reveals that (a) there is a relation between preventive coping and stres ( $\rho = -0,383$ , interval confidence 95% =  $-0,02 < p < 0,74$ ); (b) variance due to sampling error = 0,0043 (15,09%); (c) variance due to variation of reliability = 0,0012 (4,18%). This meta-analysis support conclusion in the current literatur. The relation between preventive coping and stress became consistence if we consider the research artilact, either the amount of the sample, subject characteristics of research instruments.*

**Key words:** meta-analisis, perlaku koping preventif, dan stres

### PENDAHULUAN

**P**embahasan tentang stres dan cara mengatasinya (*coping*) dalam disiplin psikologi, hingga saat ini, nampaknya belum surut bahkan semakin meningkat. Hal ini tidak saja karena lingkungan kehidupan yang semakin memburuk tetapi juga karena semakin kompleksnya permasalahan dalam era globalisasi dewasa ini (Adisubrata, 1999).

Penelitian tentang stres yang muncul dalam jurnal profesional nampak semakin spesifik. Hal ini berkaitan dengan keadaan masyarakat yang semakin kompleks dan

berbagai persoalan yang mereka hadapi. Berbagai penyakit yang berkaitan dengan stres juga cenderung meningkat, seperti tekanan darah tinggi, serangan jantung, beberapa jenis kanker dan sebagainya. Upaya penanggulangan dengan berbagai tehnik diupayakan dan telah diujicobakan dalam berbagai penelitian (Rice, *et al.*, 1992).

Pada dasarnya penelitian secara umum dilakukan sebagai upaya menemukan kebenaran ilmiah yang sifatnya obyektif, dapat diverifikasi dan dapat dikomunikasikan

melalui pendekatan ilmiah, tak terkecuali penelitian terhadap stres. Untuk dapat memenuhi fungsi ilmiah tersebut, maka diperlukan upaya untuk mengintegrasikan temuan-temuan atau hasil-hasil penelitian dengan cara yang logis, sistematis dan terarah (Hunter dan Schmidt, 1990).

Penelitian individual ternyata menunjukkan kelemahan atau keterbatasan sehingga menimbulkan variasi hasil antar penelitian. Hasil-hasil penelitian mengenai topik yang sejenis dari berbagai studi kadang-kadang tidak selalu searah bahkan mungkin berseberangan antara satu dengan lainnya sehingga memerlukan suatu analisis yang lebih komprehensif baik untuk pengintegrasian maupun untuk penerapan dan pengembangan teori.

Prosedur statistik kuantitatif dalam meta-analisis dilakukan untuk mengintegrasikan hasil penelitian dan mengoreksi artifak-artifak penelitian yang berdampak pada variasi hasil-hasil penelitian. Pendekatan ini pula diterapkan dalam menganalisis tentang hubungan antara koping preventif dan stres dari berbagai penelitian individual yang telah dipublikasikan. Melalui kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan disiplin psikologi, khususnya psikologi klinis.

#### PERILAKU KOPING PREVENTIF

Bila ada sesuatu tekanan atau persoalan, tiap individu selalu memberikan respon. Respon tersebut dapat berupa reaksi negatif, seperti yang diperlihatkan oleh bentuk-bentuk tingkah laku neurotis dan patologis, dan dapat berupa reaksi positif, seperti diperlihatkan dengan bentuk-bentuk penyesuaian diri yang sehat dan cara-cara pengatasan masalah yang konstruktif (Lazarus, 1976). Pengertian koping yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah suatu bentuk tingkah laku individu untuk melindungi diri dari tekanan-

tekanan psikologis, yang ditimbulkan oleh problematika pengalaman sosial (Pearlin & Schooler, 1976).

Menurut fungsinya, tingkah laku koping dapat dibedakan menjadi dua yaitu koping yang terpusat pada masalah (*problem focused coping* = PFC) dan koping yang terpusat pada emosi (*emotional focused coping* = EFC). PFC merupakan usaha individu, untuk mengurangi atau menghilangkan stres dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stres secara langsung. Selanjutnya EFC merupakan usaha-usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres yang dirasakannya tidak dengan menghadapi secara langsung tetapi lebih pada usaha untuk mempertahankan keseimbangan afeksinya (Fokman & Lazarus, 1980).

Tingkah laku koping yang termasuk di dalam PFC (Aldwin & Revenson, 1987) dapat dilakukan dalam bentuk: (a) sikap kehati-hatian (*cautiousness*), yaitu individu memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin, meminta pendapat dan pandangan dari orang lain tentang masalah yang dihadapinya, bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu; dan (b) mengevaluasi strategi-strategi yang pernah dilakukan yang meliputi tindakan individu untuk menyelesaikan masalah secara langsung, serta menyusun rencana dan usaha-usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau menjadi penyebab masalah untuk kemudian menyelesaikan masalahnya.

Selanjutnya strategi yang termasuk kategori EFC dapat dipilah menjadi empat jenis: (a) pelarian dari masalah (*escapism*), yaitu individu menghindari masalah yang ada dengan cara berkhayal dan atau membayangkan seandainya ia berada pada situasi dan saaf lain yang lebih menyenangkan, menghindari memikirkan masalah

dengan makan dan tidur lebih banyak, tidak merokok atau minum minuman keras; (b) pengurangan beban masalah (*minimization*), yaitu usaha individu untuk menolak masalah yang ada dengan cara menganggap seolah-olah masalah itu tidak ada; (c) penyalahan diri sendiri (*self blame*), yaitu individu cenderung menyalahkan diri sendiri, serta menyesali apa yang telah terjadi; (d) pencarian arti (*seeking meaning*), yaitu individu berusaha mencari arti kegagalan yang dialaminya bagi dirinya, serta melihat pada segi-segi yang dipentingkan dalam hidupnya (Aldwin & Revenson, 1987).

Strategi-strategi koping preventif merupakan cara-cara yang umum digunakan oleh individu dalam menghadapi masalah, yang penggunaannya dapat secara bergantian atau dikombinasikan dalam menghadapi suatu masalah. Proporsi penggunaan kedua strategi ini relatif bervariasi tergantung pada bagaimana penilaian individu terhadap situasi yang sedang dihadapinya (Folkman & Lazarus, 1980). Pada umumnya jika individu menilai situasi yang dihadapinya dapat dikendalikan dan diatasinya maka ia cenderung menggunakan PFC, tetapi jika individu merasa tidak mampu serta tidak berdaya menghadapi situasi yang ada, maka dia cenderung menggunakan bentuk EFC (Coyne, *et al.*, 1981; Fleming, *et al.*, 1984).

#### MODEL-MODEL PERILAKU KOPING DAN STRES

Matheny (dalam Rice, 1992) menyarankan dua jenis model koping, yaitu *combative coping* dan *preventive coping*. Upaya melakukan perlawanan (*combative coping*) terjadi tatkala stresor merangsang suatu reaksi dan muncul suatu usaha untuk mengurangi stresor. Disamping itu, upaya pencegahan stres (*preventive coping*), dapat dilakukan melalui strukturisasi penyusunan

kognitif yang menimbulkan persepsi permintaan atau lewat peningkatan resistensi terhadap stres. Model *combative coping* mempelajari cara untuk melepaskan diri dari stres dengan melakukan perlawanan, sedang koping preventif merupakan tindakan belajar untuk menghindari stres dengan pencegahan. Selanjutnya Matheny membedakan tiga jenis strategi koping preventif, yaitu: (a) mencegah stresor lewat penyesuaian kehidupan, penyebab timbulnya stres dan mengembangkan sumber-sumber koping. Penyesuaian tingkat permintaan berarti bahwa kebutuhan harus sesuai atau cocok dengan kemampuan yang dimiliki seseorang.

Upaya mengubah pola-pola perilaku penimbul stres dilakukan dengan cara-cara: (a) memodifikasi pola perilaku, (b) mengurangi sikap-sikap impulsif atau hiperaktif, dan (c) mengembangkan sumber-sumber koping termasuk membangun etikasi diri (*self-efficacy*), harga diri (*self-esteem*), optimisme, religiusitas, dukungan sosial, control diri (*locus of control*) dan ketrampilan pengelolaan diri.

Selanjutnya Matheny (dalam Rice, 1992) menyarankan perlunya memonitor stres, mengelola dan menyusun suatu usaha koping yang efektif untuk memulai penggunaan strategi-strategi koping secara tepat. Hal ini mungkin melibatkan penggunaan kemampuan-kemampuan pemecahan masalah, pencarian informasi, kemampuan-kemampuan sosial, respons positif dan mengubah pola-pola hipereaktivitas. Seseorang dapat mengubah struktur kognitif guna mencegah asumsi-asumsi pembatasan diri yang mengganggu untuk memindahkan pemikiran-pemikiran yang mengalahkan diri, dan tetap terbuka terhadap pilihan-pilihan yang cocok.

Lebih jauh lagi, stres merupakan istilah yang sudah sering terdengar hampir dan menjadi pokok bahasan disegala bidang

kehidupan. Pengertian stres menunjukkan variasi antara ahli yang satu dengan ahli yang lainnya. Folkman & Lazarus (1988) mendefinisikan stres sebagai suatu akibat dari interaksi antara seseorang dengan lingkungannya yang dinilai membahayakan dirinya.

Senada dengan pendapat Lazarus, Gibson (dalam Yanto, 1992) mendefinisikan stres sebagai interaksi antara stimulus dan respon. Stres sebagai stimulus adalah kekuatan atau dorongan terhadap individu yang menimbulkan reaksi ketegangan atau menimbulkan perubahan-perubahan fisik individu. Stres sebagai respon yaitu respon individu baik respon yang bersifat fisiologik maupun respon yang bersifat psikologik, terhadap stresor yang berasal dari lingkungan. Stresor tersebut merupakan peristiwa atau situasi dari luar yang bersifat mengancam individu. Juga Evans (1982) mengartikan stres sebagai suatu situasi yang memiliki karakteristik adanya tuntutan lingkungan yang melebihi kemampuan individu untuk merespon. Lingkungan dalam pengertian ini tidak hanya menyangkut lingkungan fisik saja tetapi juga lingkungan sosial.

Baum (dalam Evans, 1982) menekankan proses interpretasi kognitif sebagai penyebab terjadinya stres. Interpretasi terhadap kondisi lingkungan memang mempengaruhi kondisi psikologik individu, sebagaimana diungkapkan oleh Lazarus (dalam Evans, 1982) bahwa individu tidak akan merasakan suatu kejadian itu sebagai suatu gangguan, bila stresor itu diinterpretasikan sebagai hal yang wajar.

Secara singkat dapat dirumuskan bahwa stres adalah suatu keadaan psikologik yang tidak menyenangkan yang disebabkan adanya interpretasi kognitif dan penilaian adanya ancaman, karena ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan diri individu dalam menghadapi tuntutan itu.

## HIPOTESIS

Berdasarkan kajian teori dan telaah terhadap hasil-hasil penelitian individual tentang perilaku coping preventif dan stres, maka dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah: "ada hubungan meta-analisis antara perilaku preventif coping dengan stres".

## METODE PENELITIAN

### Pendekatan

Penelitian ini menggunakan pendekatan meta-analisis korelasi. Hunter & Schmidt (1990; 1994) menegaskan bahwa meta-analisis korelasi mengacu pada upaya merangkum studi-studi korelasi yang relevan dan mengintegrasikannya menjadi variabel tertentu yang menghubungkan antara masing-masing penelitian untuk menarik konklusi umum mengenai suatu pokok permasalahan.

Analisis dalam meta-analisis didasarkan pada ketersediaan informasi artifak dari setiap studi untuk menyajikan artifak-artifak yang dapat dikoreksi. Kebanyakan studi hanya menginformasikan beberapa artifak tertentu saja. Informasi sebagian artifak ada pada beberapa studi, dan informasi lainnya ada pada studi-studi yang lain. Sekalipun demikian, meta-analisis dapat dilakukan dengan cara menggunakan distribusi efek artifak yang dikumpulkan dari berbagai studi dengan mengabaikan fakta bahwa ada salah satu atau beberapa artifak yang informasinya tidak tersedia pada setiap studi.

Hunter dan Schmidt (1990) menjelaskan bahwa artifak-artifak yang mengubah besarnya korelasi hasil penelitian dalam perbandingan terhadap korelasi aktual adalah: (a) kesalahan pengambilan sampel, (b) kesalahan pengukuran baik pada variabel dependen maupun variabel independen, (c) dikotomisasi pada variabel dependen dan

atau variabel independen, (d) variasi range dalam variabel dependen dan variabel independen, (e) ketidaksempurnaan validitas kontruk pada variabel dependen dan variabel independen, (f) kesalahan pelaporan atau transkripsional, dan (g) varians yang disebabkan oleh faktor-faktor luar.

#### Kriteria dan seleksi data penelitian

Kriteria seleksi data dalam penelitian ini adalah hasil-hasil penelitian individual yang memuat artifak-artifak yang dapat dikoreksi dengan mengacu kepada: (a) hasil-hasil penelitian korelasional tentang perilaku koping preventif dan stres, (b) dasar kemutakhiran dan akurasi data-yakni hasil penelitian yang dipublikasikan pada periode 1900-1999, (c) koping preventif merupakan variabel independen sedangkan stres sebagai variabel dependen.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara menelusuri jurnal dan skripsi baik secara manual maupun melalui perangkat komputer. Berdasarkan kriteria dan karakteristik data yang relevan dengan permasalahan penelitian, maka ditemukan sebanyak 15 studi dari 13 peneliti yang memuat artifak yang dapat dikoreksi dalam meta-analisis. Lokasi penelitian individual mencakup penelitian-penelitian yang telah dilaksanakan diberbagai negara, termasuk Indonesia, dengan subyek yang juga bervariasi (siswa/mahasiswa dan karyawan).

#### Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini mengikuti prosedur meta-analisis korelasi Hunter-Schmidt (1990). Berdasarkan ketersediaan informasi dari hasil-hasil penelitian individual, maka artifak-artifak yang dikoreksi mencakup kesalahan pengambilan sampel dan kesalahan pengukuran baik pada variabel

dependen maupun kesalahan pengukuran pada variabel dependen.

Analisis korelasi meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menghitung rerata korelasi dengan melakukan pembobotan, varians korelasi, kesalahan varians, dan varians terkoreksi.
2. Menghitung rerata gabungan;  $A = \text{Ave (a) Ave (b)}$ .
3. Menghitung korelasi studi yang dikoreksi;  $(\rho) = \text{Ave } (\rho_i) = \text{Ave } (r) / A$ .
4. Menghitung jumlah kuadrat koefisien varians;  $V = \text{SD}^2 / \text{Ave}^2$ .
5. Menghitung varians yang disebabkan oleh variasi artifak;  $S^2 = \rho^2 A^2 V$ .
6. Menghitung varians korelasi yang sebenarnya,  $\rho = [ \text{Var } (\rho_0) - \rho^2 A^2 ] / A^2$ .
7. Menghitung interval kepercayaan.
8. Menghitung dampak kesalahan pengambilan sampel, variasi reliabilitas variabel dependen dan variasi reliabilitas variabel independen.

Kesimpulan hasil analisis didasarkan pada hasil perhitungan interval kepercayaan dan perhitungan dampak kesalahan pengambilan sampel serta variasi reliabilitas pengukuran baik pada variabel dependen maupun variabel independen.

## HASIL PENELITIAN

### Deskripsi Data Penelitian

Meta-analisis ini terfokus pada 15 studi korelasi tentang koping-koping dalam kaitannya dengan stres. Adapun hasil identifikasi topik-topik penelitian yang relevan dengan variabel analisis dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini.

**Tabel 1**  
**Identifikasi Topik Penelitian**

No.	Nama	Tahun	Judul
1	Muh Jamaludin	1995	Religiusitas dan stres kerja pada polisi
2	E.L. Widuri	1995	Hubungan antara religiusitas dengan stres mahasiswa
3	Erny Hidayati	1995	Hubungan antara dukungan sosial dan harga diri dengan stres kerja guru di Kecamatan Wirobrajan Yogyakarta
4	A.D.I. Condrowidjojo	1999	Hubungan antara efikasi diri dan stres kerja
5	Santiari	1990	Hubungan antara locus of control dan stres kerja
6	Anon Susilo Hadi	1996	Hubungan antara pusat kendali dan komitmen kerja dengan stres kerja pada perawat di RSUD Kardinah Tegal
7	M.L. Putri Darmadji	1996	Hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan stres pada siswa sekolah penerbang TNI AU DIY
8	V. Thanh, T.L. Chatters & Roosevelt	1991	Stres, psychological resources and subjective well being
9	V. Thanh, Than L. Chatters & Roosevelt	1991	Stres, psychological resources and subjective well being
10	Febrien Kurnia	1996	Dukungan sosial, kepercayaan diri, lama kerja dan stres guru SD di DIY
11	Daniel W. Russell, Carolyn E. Cutrona	1991	Social support, stres, and depressive symptoms among elderly, test of a process
12	Kathryn H. Short and Charlotte Jonston	1997	Stres, maternal distress, and children adjustment following immigration. The buffering role of social support
13	Catherine Cozzarell	1993	Personality and self-efficacy as predictor of coping with abortion
14	Kivimaki	1997	Psychosocial factors predicting employee sickness absence during economic decline
15	Catherine Cozzarell	1993	Personality and self-efficacy as predictors of coping with abortion

Karakteristik data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini.

**Tabel 2**  
**Karakteristik Data dan Artifak Penelitian**

No.	Nama	Tahun	Variabel	N	$r_{xx}$	$r_{yy}$
1	Jamaludin	1995	Religiusitas – Stres Kerja	12	0,953	0,845
2	E.L. Widuri	1995	Religiusitas – Stres	106	0,271	0,948
3	Erny Hidayati	1995	Dukungan Sosial Harga Diri – Stres Kerja	74	0,875	0,863
4	A.D. Condrowidjojo	1999	Efikasi Diri – Stres Kerja	89	0,971	0,976
5	Santiari	1990	Locus of Control Job Stres	44	0,976	0,75
6	A.S. Hadi	1990	Pusat Kendali Komitmen Kerja Stres Kerja	128	0,897	0,894
7	M.L.P. Darmadji	1996	Optimisme Dukungan Sosial – Stres	44	0,885	0,953
8	L. Chatters	1991	Efikasi – Stres	407	0,66	
9	L. Chatters	1991	Self – Esteem – Stres	407	0,58	
10	F. Kurnia	1996	Dukungan Sosial Kepercayaan Diri Lama Kerja – Stres Kerja	118	0,894	0,92
11	D.W. Russell & C. E. Cutrona	1991	Sosial Support – Stres	301		
12	K.H.Short & C. Jonston	1997	Dukungan Sosial – Stres	97	0,94	0,66
13	C. Cozzarell	1993	Self – Esteem – Stres	112		
14	Kivimaki	1997	Sosial Support – Stres	763	0,93	
15	C. Cozzarell	1993	Efikasi Diri – Stres	117		
	Jumlah			2407		

Pada tabel 2 di atas dapat dilihat karakteristik data penelitian yang memuat artifak-artifak yang dapat dikoreksi. Berdasarkan ketersediaan informasi dari data tersebut, maka artifak yang dapat dikoreksi meliputi 3 (tiga) komponen, yaitu: (a) kesalahan pengambilan sampel, (b) kesalahan pengukuran pada variabel dependen, dan (c) kesalahan pengukuran pada variabel independen. Dengan demikian, artifak-artifak lainnya yang menyebabkan variasi hasil-hasil penelitian

tidak dapat dikoreksi karena keterbatasan informasi artifak, seperti validitas konstruk, variabel dependen dan independen, variasi rentang pada variabel independen, data dikotomi pada variabel dependen dan independen serta artifak atrisi.

Selanjutnya dilakukan perhitungan awal terhadap artifak-artifak yang akan dikoreksi, kesalahan pengukuran pada variabel dependen dan kesalahan pengukuran pada variabel dependen sebagaimana tertera dalam lembar kerja meta-analisis.

**Tabel 3**  
**Lembar Kerja Meta-Analisis**

No.	Peneliti	$r_{xx}$	a	$r_{yy}$	b	N	$r_{xy}$
1	Jamaludin	0,953	0,976	0,845	0,910	12	-0,43
2	Widuri	0,271	0,521	0,948	0,974	106	-0,473
3	Hidayati	0,875	0,935	0,863	0,929	74	-0,37
4	Diah	0,971	0,985	0,976	0,988	89	-0,574
5	Santiari	0,976	0,988	0,75	0,866	44	-0,641
6	Hadi	0,897	0,947	0,894	0,946	128	-0,613
7	Maya	0,885	0,941	0,953	0,976	44	-0,303
8	Linda	0,66	0,812		0	407	-0,394
9	Linda	0,58	0,762		0	407	-0,234
10	Kurnia	0,894	0,946	0,92	0,959	118	-0,403
11	Russel		0		0	301	-0,377
12	Short	0,94	0,97	0,66	0,812	97	-0,38
13	Cozzarell		0		0	112	-0,42
14	Kivimaki	0,93	0,964		0	763	-0,096
15	Cozzarell		0		0	112	-0,62
		X	0,896		0,93	187,6	-0,442
		SD	0,1731		0,2764		-0,054

**HASIL ANALISIS KUANTITATIF**

Berdasarkan langkah-langkah yang ditempuh dalam meta-analisis, maka hasil perhitungan studi kelompok 1 (studi no. 1 s.d 15), adalah sebagai berikut:

1. Hasil perhitungan reliabilitas terbobot variabel dependen ( $r_{xx}$ ) dan variabel independen ( $r_{yy}$ ) disajikan pada tabel 1 kolom a dan b.
2. Hasil perhitungan rerata korelasi, varians korelasi, varians kesalahan, dan varians terkoreksi adalah sebagai berikut: (a) rerata korelasi,  $r_{xy}$  ( $r$ ),  $r = \sum [N_i r_i] / \sum N_i = 0,3188$ ; (b) varians  $r$ ,  $S^2 r (\sigma^2 r)$ ;  $\sum [N_i (r_i - r)^2] / \sum N_i = 0,0287$ ; (c) varians error, ( $\sigma^2 e$ ):  $(1-r^2)^2 / N-1 = 15 (1- 0,3188^2)^2 / 15 (186,6) = 0,00433$ ; (d) Varians terkoreksi atau varians yang sesungguhnya ( $\sigma^2_{pxy}$ ):  $\sigma^2_{pxy} = \sigma^2 r - \sigma^2 e = 0,0288 - 0,00433 = 0,024$
3. Rerata gabungan:  $A = \text{Ave (a) Ave (b)} = (0,896)(0,93) = 0,833$
4. Korelasi studi yang dikoreksi ( $r$ ) =  $\text{Ave (ri)} = \text{Ave (r)} / A = -0,3188 / 0,83 / 0,83 = -0,383$
5. Jumlah kuadrat koefisien varians (V) =  $SD^2 / \text{Ave}^2 = 0,1314^2 / 0,896^2 + 0,054^2 / 0,93^2 = 1,023$ .
6. Varians yang disebabkan oleh variasi artifak ( $S_22$ ) =  $\rho^2 A^2 V$ .  
=  $(-0,383^2)(0,833^2)(0,0122) = 0,00124$ .
7. Varians korelasi yang sebenarnya,  $\text{Var (r)} = [ \text{Var (p0)} - \rho^2 A^2 ] / A^2$   
=  $(0,0245 - 0,00124) / 0,833 = 0,0335$ .  
 $SD(p) = \sqrt{0,0335} = 0,183$ .
8. Interval kepercayaan:  $Mr = p \pm 1,96(SD)$   
=  $-0,383 \pm 1,96 (0,183)$   
=  $-0,383 \pm 0,3587$   
 $Mp = -0,0243 < p < -0,7417$
9. Dampak kesalahan pengambilan sampel, variasi reliabilitas pengukuran dan faktor lainnya yang tidak terspesifikasi.

- a. Dampak kesalahan pengambilan sampel, ( $\sigma^2 e$ ) =  $0,0028 / 0,0193 \times 100\% = 14,57\%$
- b. Dampak variasi reliabilitas, ( $S22$ ) =  $0,000576 / 0,0193 \times 100\% = 3,36\%$
- c. Faktor lain yang tidak terspesifikasi adalah  $0,0165 - 0,00057 = 0,0158$ .  
Atau,  $0,0158 / 0,0193 \times 100\% = 82,01\%$ .

Berdasarkan perhitungan di atas, maka selanjutnya dapat dihitung dampak kesalahan pengambilan sampel, variasi reliabilitas, dan faktor lainnya yang tidak terspesifikasi.

- a. Dampak kesalahan pengambilan sampel ( $2e$ ) =  $0,0043$
- b. Varians yang disebabkan oleh variasi reliabilitas =  $0,00124$
- c. Faktor lainnya adalah  $0,0165 - 0,00067 = 0,0158$

**SIMPULAN DAN SARAN****Simpulan**

Berdasarkan analisis atas ke 15 studi di atas maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

1. Secara deskriptif hasil-hasil penelitian individual tentang coping preventif dan pengaruhnya terhadap stres menunjukkan hasil yang bervariasi. Hal ini disebabkan karena perbedaan karakteristik dari masing-masing studi, seperti subyek penelitian, prosedur pengambilan sampel, besarnya sampel, reliabilitas pengukuran, dan artifak-artifak lainnya.
2. Secara keseluruhan meta-analisis ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara coping dengan stres, pada interval kepercayaan 95%. Interval kepercayaan 95% adalah:  $-0,024 < p < -0,7417$ ). Ini berarti bahwa semakin tinggi coping preventif semakin rendah kemungkinan terjadinya gangguan stres.

3. Ditemukan adanya dampak kesalahan pengambilan sampel, dampak variasi reliabilitas pada variabel independen dan variabel dependen serta faktor lainnya yang mempengaruhi variasi hasil studi individual.

#### Saran

1. Meta-analisis ini berfokus hanya pada 15 studi korelasi tentang koping preventif dengan stres. Karena itu disarankan kiranya dilakukan meta-analisis terhadap sampel yang lebih luas lagi sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang manfaat perilaku koping preventif terhadap stres.
2. Perlu pula dilakukan meta-analisis terhadap *combative coping* sehingga hasilnya bisa dibandingkan dengan *preventive coping* untuk mengetahui masing-masing efektivitas di antara keduanya, atau dapat pula dilakukan secara bersamaan dalam kondisi-kondisi tertentu.
3. Kajian ini hanya mencakup hasil-hasil penelitian korelasional sehingga diperlukan meta-analisis yang didasarkan pada hasil-hasil penelitian eksperimen sebagai bahan perbandingan sejauhmana pengaruh koping preventif terhadap gangguan stres.
4. Meta-analisis ini didasarkan pada tiga artifak penelitian yaitu besarnya sampel, reliabilitas variabel dependen, dan reliabilitas variabel independen. Hal ini disebabkan karena keterbatasan artifak pada studi-studi individual. Karena itu diperlukan analisis yang mencakup artifak-artifak yang lebih luas. ●

#### KEPUSTAKAAN

- Adisubrata, D. (1999). *Bahan Kuliah Program Doktor Psikologi* (tidak diterbitkan), UGM. Yogyakarta.
- Carson, P.P., Carson, D.K., Griffeth, R.W., & Steel, R.P. (1994). Promotion and employee turnover: critique, meta-analysis, and implications. *Journal of Business and Psychology*, 8 (4), 455-466.
- Darwin, F.W. (1990). Pilihan Strategi Koping berdasarkan tipe kepribadian A dan B. *Skripsi*. Fakultas Psikologi, UGM. Yogyakarta.
- Folkman & Lazarus, R.S. (1980). An Analysis of coping in a middle-aged community sampel. *Journal of Health and Social Behavior*, 19, 219-239.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Psychology*, 54, 466-475.
- Hall, C.S. & Lindzey, G. (1985). *Theories of Personality*. New York: John Wiley & Sons.
- Hunter, J.E. & Schmidt, F.L. (1990). *Methods of Meta-Analysis: Correcting bias in research findings*. Newbury Park California: Sage Publications.
- Hunter, J.E. & Schmidt, F.L. (1994). Estimation of sampling error variance in the meta-analysis of correlations: Use of average correlation in the homogeneous case. *Journal of Applied Psychology*, 79 (2), 171-177.
- Lazarus, R.S. (1980). The trivialization of distress. Dalam Barborah Hammon and C James Scheier (Eds). *Psychology of Health*. Washington: APA Inc.

- McClelland, D.C. (1979). Inhibited power motivation and high blood pressure in men. *Journal of Abnormal Psychology*. 08, 182-190.
- Nietzel, M.T., & Bernstein, D.A., (1987). *Introduction of Clinical Psychology* (2<sup>nd</sup> ed), New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Rice Phillip, L. (1992). *Stres and Health*. Belmont California: Brooks and Cole.
- Robinson, D.N. (1976). *Psychology-tradition and perspectives*. Melbourne: D. Van Nostrand Company.
- Sarafino, E.P. (1990). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Canada: John Willey & Sons Inc.
- Stone, A.P. & Neale, J.M. (1984). New Measure of daily coping: development and preliminary research, *Journal of Personality & Social Psychology*. 46, 892-906.
- Wanous, J.P., Polland T.D., Premack, S.L., & Davis, K.S. (1992). The effect of met expectations on newcomer attitudes and behaviors: A review and meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*. 77 (3), 288-297.
- Watson, D.L., Gail de Bortoll-Tregerthan, Frank, J. (1984). *Social Psychology: Science & Application*. Illionis.

\* \* \*