

ABSTRAK

Alfiyah (08711003).2013,Mekanisme *Coping* Pada Perempuan Yang Menjalani Hubungan *Long Distance Relationship*(LDR).

Masa dewasa awal merupakan awal dari suatu tahap kedewasaan dalam rentang kehidupan seseorang. Tugas perkembangan dewasa awal salah satunya adalah membina hubungan intim dengan lawan jenis (Desmita, 2010:242). Dalam menjalani hubungan seringkali individu tidak selalu dapat berdekatan dengan pasangannya sehingga mereka melakukan hubungan pacaran jarak jauh atau *Long Distance Relationship*. Individu yang menjalani pacaran jarak jauh mungkin akan mengalami suatu konflik, jika tidak segera diselesaikan dapat mengakibatkan frustrasi atau bahkan stres dan dapat memberikan pengaruh langsung pada suatu hubungan. Dukungan sosial dan motivasi diri merupakan beberapa hal yang dapat membantu dalam menghadapi adanya stres (sumber *coping*). Mekanisme *coping* merupakan cara yang digunakan seseorang untuk mengurangi stres dan mengatasi masalah yang muncul. Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui jenis mekanisme *coping* yang dilakukan pada perempuan yang menjalani hubungan *Long Distance Relationship*.

Tipe penelitian ini adalah kualitatif studi kasus deskriptif. Subjek penelitian sebanyak 2 orang perempuan dewasa awal. Subjek berusia 21 tahun dan 25 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dengan pedoman yang bersifat umum dan observasi langsung. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan alasan seorang perempuan menjalani hubungan *Long Distance Relationship* adalah karena alasan pekerjaan. Masalah-masalah yang terjadi ketika menjalani hubungan *Long Distance Relationship* adalah intensitas bertemu berkurang, kurangnya intimasi fisik, adanya pihak ketiga, kurangnya keterlibatan individu dalam aktifitas sehari-hari pasangan. Mekanisme *coping* yang dilakukan untuk subjek pertama adalah *Problem focused coping* dalam bentuk *planning*, *seeking instrumental social support*, *active coping*, *Emotion focused coping* dalam bentuk *denial*, *mental disengagement*, *focus and venting of emotion*, dan *positive reinterpretation and growth*. Sedangkan pada subjek kedua mekanisme *coping* yang dilakukan adalah *Problem focused coping* dalam bentuk *planning*, *seeking instrumental social support*, *Emotion focused coping* dalam bentuk *positive reinterpretation and growth*.

Kata Kunci: Mekanisme *Coping*, Perempuan, *Long Distance Relationship* (LDR).