

ABSTRAK

PUTRI MAHSUNATUL QOIRIAH, Dosen Pembimbing Dra. Robingatun, M.Pd.I dan Yuli Darwati, M.Si; Strategi *Coping* Stres Suami yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh (*Long Distance Mariage*) Studi Fenomenologi Suami yang Ditinggal Istri Bekerja di Luar Negeri di Desa Deyeng Kecamatan Ringinrejo Kabupaten Kediri, Psikologi Islam dan Ilmu Sosial, IAIN Kediri 2018.

Kata Kunci: *Coping* Stres, *Long Distance Mariage*.

Tujuan adanya pernikahan adalah untuk membentuk keluarga dan bisa hidup bersama. Banyak tantangan yang akan dihadapi yang tidak mustahil menimbulkan stres apalagi yang dijalani adalah pernikahan jarak jauh (*long distance mariage*). Suami yang ditinggal istri harus bisa menyesuaikan diri dan mengatasi permasalahan yang ada tanpa adanya istri disampingnya. Tujuan dari penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui masalah apa saja yang dihadapi oleh suami yang menjalani pernikahan jarak jauh. (2) Untuk mengetahui bagaimana *coping* stres yang dilakukan suami yang menjalani pernikahan jarak jauh. Teori yang mendasari penelitian ini adalah teori *coping* stres dari Lazarus dan Folkman yang terdiri dari dua bentuk yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Selain itu juga menggunakan teori pendukung yaitu dari Sternberg mengenai komponen cinta yaitu *intimacy*, *passion* dan *commitment*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi dengan pendekatan kualitatif. Penelitian ini dilakukan di Desa Deyeng Kecamatan Ringinrejo Kabupaten Kediri. Informan dalam penelitian ini ada 5 orang dengan kriteria sebagai berikut (1) Sudah menikah dan menjalani pernikahan jarak jauh (2) Istrinya bekerja di luar negeri (3) Minimal sudah satu tahun menjalani LDM (4) Bersedia menjadi subjek (5) Mengalami tekanan. Metode pengumpulan data menggunakan, wawancara, observasi dan dokumentasi.

Hasil dari penelitian yang sudah dilakukan yaitu (1) Mayoritas kelima informan mengalami permasalahan yang sama mengenai ketiga komponen cinta. Yaitu *intimacy* yang berhubungan dengan masalah komunikasi, *passion* yang berhubungan dengan masalah kebutuhan biologis, dan kedekatan fisik dan *commitment* yang berhubungan dengan perasaan curiga atau khawatir terhadap pasangan. (2) Mayoritas kelima informan menggunakan dua strategi *coping* stres. Yaitu *problem focused coping* seperti mencari dukungan sosial. Dan *emotion focused coping* seperti *self control*, *distancing*, *escape-avoidance*, dan *accepting responsibility*.