

ABSTRAK

CLARISSA

Gambaran Stres dan *Coping Stress* Tenaga Kerja Wanita (TKW) Indonesia yang akan pergi bekerja ke luar negeri; (Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., QIA); Program S1 Psikologi, Universitas Tarumanagara. (85 hlm; P1-P5, L1-L19)

Penelitian ini bertujuan untuk menambah pengetahuan masyarakat mengenai stres secara menyeluruh dan *coping stress* yang dialami Tenaga Kerja Wanita (TKW) sehubungan dengan keberangkatannya untuk bekerja di luar negeri untuk pertama kali. Keadaan berbeda yang harus dihadapi karena bekerja di luar negeri sedikit banyak akan mempengaruhi calon TKW. Keadaan tersebut dapat menimbulkan perasaan tertekan (stres) dalam diri calon TKW. Stres secara menyeluruh atau gambaran stres mencakup penyebab stres, tahapan stres, dan dampak dari stres. Namun, stres yang dialami tersebut juga diupayakan untuk diatasi dengan menggunakan strategi *coping stress*. *Coping stress* adalah upaya yang dilakukan seseorang untuk mengatasi permasalahannya. Penelitian ini dilakukan terhadap lima subyek, yaitu perempuan dengan rentang usia 21-29 tahun, yang akan pergi bekerja ke luar negeri untuk pertama kali. Penelitian ini dilakukan dengan metode wawancara dan hasil penelitian mengungkapkan bahwa penyebab stres umumnya karena perubahan lingkungan yang dihadapi pada awal kedatangan ke Perusahaan Jasa Tenaga Kerja Indonesia (PJKI), kesulitan mempelajari bahasa baru, dan keadaan berjauhan dengan keluarga. Penyebab ini membuat calon TKW berada pada tahapan stres pengeluaran dan penggunaan energi. Dampak dari stres tersebut menimbulkan reaksi emosional dan fisiologis. Upaya calon TKW mengatasinya dengan menggunakan strategi *accepting responsibility* dan *seeking social support*.

Kata kunci: Stres, *Coping stress*, Tenaga Kerja Wanita (TKW).

