

ABSTRAK

Coping stress adalah tindakan yang dilakukan individu melalui suatu cara tertentu sebagai upaya untuk mengurangi perasaan tertekan atau stres yang dirasakan. Relawan sosial khususnya di Griya Cinta Kasih Jombang memiliki risiko stres yang sangat tinggi selama melayani pasien ODGJ. Penelitian dilakukan bertujuan untuk mengetahui *coping stress* yang digunakan oleh relawan ODGJ dalam menghadapi stres selama memberikan layanan di GCK Jombang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam penelitian ini adalah tiga relawan GCK yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian dilakukan di Yayasan GCK Jombang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Subjek MY melakukan *coping* dengan *escape avoidance* dan *self controlling*. Subjek AK melakukan *accepting responsibility, positive reappraisal, planful problem solving, self controlling*. Subjek EI melakukan *coping* dengan *confrontative coping, planful problem solving, seeking social support, positive reappraisal, dan accepting responsibility*.

Kata Kunci: Relawan, *coping stress, problem focused coping, emotion focused coping*

ABSTRACT

Stress coping is an action taken by individuals through a certain method as an effort to reduce feelings of pressure or stress felt. Social volunteers, especially at Griya Cinta Kasih Jombang, have a very high risk of stress while serving ODGJ patients. This study aims to determine the stress coping used by ODGJ volunteers in dealing with stress while providing services at GCK Jombang. This research uses qualitative research with a case study approach. The resource persons in this study were three GCK volunteers who were selected using purposive sampling technique. The research was conducted at the GCK Jombang Foundation. The results of this study show that MY did coping with escape avoidance and self controlling. Interviewee AK did accepting responsibility, positive reappraisal, planful problem solving, self controlling. EI did coping with confrontative coping, planful problem solving, seeking social support, positive reappraisal, and accepting responsibility.

Keywords: Social volunteers, *coping stress*, *problem focused coping*, *emotion focused coping*

المخلص

إجهاد التأقلم هو إجراء يتخذه الفرد من خلال طريقة معينة في محاولة لتقليل مشاعر الضغط أو التوتر التي لديهم مخاطر عالية جدا من الإجهاد أثناء خدمة المرضى. تم إجراء البحث بهدف معرفة ضغوط (Griya Cinta Kasih Jombang) التي يستخدمه المتطوعون في التعامل مع الإجهاد أثناء العطاء الخدمات في جريا سينتا كاسيه جومبانج. يستخدم هذا البحث هذا النوع من الأبحاث النوعي مع نهج دراسة الحالة. الموضوع في هذه الدراسة تم اختيار ثلاثة متطوعين باستخدام التقنية الهادفة أخذ العينات. تم إجراء البحث في مؤسسة كريا جينتا كاسيه جومبانج مع MY نتائج تظهر هذه الدراسة أن الأشخاص الذين يتعاملون مع (Griya Cinta Kasih Jombang) ينفذ قبول المسؤولية، إعادة التقييم الإيجابي، حل المشكلات AK تجنب الهروب وضبط النفس. موضوع المخطط، الذات التحكم. موضوعات الذكاء العاطفي التي تتعامل مع المواجهة. تعامل الأشخاص الذين يعانون من الذكاء العاطفي مع المواجهة، وحل المشكلات المخطط، والسعي للحصول على الدعم الاجتماعي، والإيجابية إعادة التقييم وقبول المسؤولية.

الكلمات الأساسية: التطوع، ومواجهة الإجهاد، والتأقلم الذي يركز على المشكلة، والعاطفة التأقلم المركز