

## Abstrak

Ditinggal berlayar dan berpisah jauh dengan suami cenderung akan menimbulkan permasalahan psikologis pada istri pelaut, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan tersebut meliputi kecemasan mengenai kesehatan dan keselamatan kerja suami, perselingkuhan yang mungkin dilakukan suami, tuntutan untuk berperan ganda dalam mendidik anak serta mengurus segala sesuatu secara sendiri tanpa bantuan suami. Upaya untuk mengurangi kecemasan tersebut dinamakan sebagai strategi koping. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh strategi koping terhadap kecemasan pada istri pelaut yang ditinggal suami berlayar. Metode penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif kausalitas dengan analisis regresi sederhana kepada 95 istri pelaut yang ditinggal suami berlayar dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data diperoleh dengan menggunakan dua skala, yaitu skala *Ways Of Coping Questionnaire* dan skala kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh strategi koping *problem focused coping* dan *emotion focused coping* terhadap kecemasan istri pelaut dengan nilai koefisien regresi PFC = -0.513, EFC = -0.522. Besarnya pengaruh yang diberikan PFC sebesar 2.8% dan EFC sebesar 7.8%. Terdapat faktor lain yang memengaruhi kecemasan istri pelaut yakni PFC sebesar 97.2% dan EFC sebesar 92.2% yang masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut.

**Kata kunci:** Strategi koping, kecemasan, istri pelaut.

