

1) Pertemuan I

<b>Nama Interview</b>	: M	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 19 thn	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: Kafe Bimbom
<b>Hari Interview</b>	: Selasa	<b>Tanggal</b>	: 10 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 19.00-19.30

Catatan Lapangan				
Tentang Subjek I		J (Subjek I) seorang wanita yang memiliki postur tubuh yang sedikit tinggi dan kurus, memiliki kulit berwarna cerah. Saat melakukan wawancara, subjek menggunakan kaos berwarna hitam bermotif di depannya serta menggunakan celana pendek berwarna hitam. Subjek duduk didepan interviewer sambil menatap interviewer dengan menjawab pertanyaan dengan santai		
Lokasi Wawancara		Kafe Bimbom desa Sungon		
No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualaikum		
2.	S	Waalaikumsalam		
3.	T	Apa kabar ?		
4.	S	Alhamdulillah Sehat Mas		
5.	T	Perkenalkan nama saya Rifty Aditya Rahman. Saya mahasiswa psikologi UMSIDA Semester 8. Saya mohon izin untuk mewawancarai terkait keperluan data skripsi saya. Apakah bisa kita mulai sekarang ?		
6.	S	Iya mas bisa		
7.	T	Mohon maaf nama lengkapnya siapa ?		
8.	S	Mufida Rochma Salsabila biasa dipanggil mufida	Identitas	S.I.I.ID.8
9.	T	Tanggal lahir kamu kapan ?		
10.	S	17 September 2004	Identitas	S.I.I.ID.10
11.	T	Asal daerah mana ?		
12.	S	Sedati Sidoarjo mas	Identitas	S.I.I.ID.12
13.	T	Sekarang tinggal dimana ?		
14.	S	Tetap di Sedati	Identitas	S.I.I.ID.14
15.	T	Oalahh, kalau boleh tau, pendidikan terakhirnya apa ?		
16.	S	SMA di 1 Gedangan	Identitas	S.I.I.ID.16
17.	T	Lalu sekarang statusnya apa ?		

18.	S	Mahasiswa mas	Identitas	S.I.I.ID.18
19.	T	Di Universitas mana ?		
20.	S	Univ Adi Buana yang menanggal mas	Identitas	S.I.I.ID.20
21.	T	Okeey.. agama kamu apa ?		
22.	S	Tetap Islam hehe	Identitas	S.I.I.ID.22
23.	T	Kegiatan sehari-hari sebelum masuk kuliah apa ?		
24.	S	Sekolah aja mas, SMA itu	Identitas	S.I.I.ID.24
25.	T	Lalu kegiatan sehari-hari yang kamu lakukan selama menjadi mahasiswa ?		
26.	S	Waktu kuliah offline sempet kerja mas, part time gitu. Lalu waktu kuliah online nganggur dirumah kadang bandel keluar nongkrong diwarkop sama temen temen meskipun ppkm hehe	Identitas	S.I.I.ID.26
27.	T	Kerja apa kalau boleh tau ?		
28.	S	Jadi waitres di kedai dekat kampus mas, namanya kedai metropolitan, tapi udah ga kerja situ si mas, kalau mau tak ajak main kesana gimana ?	Identitas	S.I.I.ID.28
29.	T	Hehe boleh nanti kalo ada waktu luang ya		
30.	S	Ditunggu banget haha..	Identitas	S.I.I.ID.30
31.	T	Nah kalau bandel keluar gitu dari jam berapa sampai jam berapa ?		
32.	S	Dari habis mahrib sampai jam 9 malem si mas, takut kena obrakan satpol pp juga, nanti ribet disuruh cek lah kalau positif waduh jadi masalah besar itu	Identitas	S.I.I.ID.32
33.	T	Masalah apa kalau boleh tau ?		
34.	S	Kena omel orang tua si pastinya mas	Identitas	S.I.I.ID.34
35.	T	Hahaha bisa bayangin sih gimana itu stress nya		
36.	S	Ya kannn..	Identitas	S.I.I.ID.36
37.	T	Terus aku mau tanya, apa sih yang dimaksud stress itu ?		
38.	S	Yang aku ketahui dari stress itu ya mas keadaan dimana kita memiliki banyak masalah yang bertumpuk dan tidak terselesaikan	Makna Stress	S.I.I.MS.38
39.	T	Apakah kamu sering merasakan stress dirumah ?		
40.	S	Sering banget mas	Makna Stress	S.I.I.MS.40
41.	T	Apa aja itu ?		
42.	S	Ya kayak masalah keluarga gitu, terus masalah kuliah juga	Makna Stress	S.I.I.MS.42
43.	T	Mengapa kamu bisa merasakan stress ?		

44.	S	Ya karena masalah yang belum selesai itu lalu ada terus ketambahan masalah lagi malah makin bermasalah haha..	Makna Stress	S.I.I.MS.44
45.	T	Haha lalu kalau kamu merasakan stress, caranya biar hilang itu gimana ?		
46.	S	Dengan cara main sama anak anak, itu langsung hilang haha	Makna Stress	S.I.I.MS.46
47.	T	Apakah kamu merencakana kegiatan untuk meredakan stress ?		
48.	S	Kalau rencana sih engga ya mas, saya itu kalau stress ya langsung main gitu, ke anak anak	Perencanaan	S.I.I.PRC.48
49.	T	Kemana aja kalau keadaan stress ?		
50.	S	Ya mungkin main game atau nongkrong gitu mas, kayak kearah hal yang lebih positif, biar tetep aman juga badan ini meskipun lagi keaaaan stress. Kalau ga main diluar paling ya rebahan dirumah nonton film atau bermain music gitu	Perencanaan	S.I.I.PRC.50
51.	T	Haha.. emang main <i>game</i> apa ?		
52.	S	Game online kaya <i>mobile legends</i> sama <i>PUBG</i> . Main game itu kalau menang bisa berjam jam mas, kalau kalah ya coba lagi tapi ya makin bt sihh	Perencanaan	S.I.I.PRC.52
53.	T	Oalahhh kalau nongkrong itu tadi sama siapa aja kamu ?		
54.	S	Kadang sama temen temen SMA, kuliah juga kadang temen semasa kecil	Perencanaan	S.I.I.PRC.54
55.	T	Berarti kamu membutuhkan teman ya untuk meredakan stress itu ?		
56.	S	Ya pasti dong, kalau sendirian namanya <i>me time</i> mas bukan nongkrong. Jujur sih aku jarang <i>me time</i> gasuka aja ngerasa sendiri jadi pingin rame terus haha	Perencanaan	S.I.I.PRC.56
57.	T	Haha.. iya sih bener.. terus sejak kapan sih kamu mulai nongkrong sama <i>ngegame</i> itu ?		
58.	S	Aku mulai nongkrong itu semasa SMA, kelas 2, tapi lebih seringnya itu waktu kuliah si karna ya tugas juga dan lebih cepat ngerasa bosan juga dirumah	Perencanaan	S.I.I.PRC.58
59.	T	Berarti aktif juga ya nongkrong mu ?		
60.	S	Haha aktif dong udah vip nih, kalo ga nongkrong kayak kurang banget gitu	Perencanaan	S.I.I.PRC.60
61.	T	Emang kalo nongkrong dimana ?		
62.	S	Warkop dekat kampus si mas, tapi kalau anak anak ada uang ya di café gitu, tapi di café ga sering loh mas, keuangan ini ya menipis haha	Perencanaan	S.I.I.PRC.62
63.	T	Tau kok haha aku juga ngerasain (tos)		
64.	S	Hahah benerrr.. (tos)	Perencanaan	S.I.I.PRC.64

65.	T	Terus kalau masalah itu uter datang gimana ?		
66.	S	Pastinya terbenani ya mas dan bakal sering mengeluh dan bakal sering main untuk cerita ke teman teman, lalu dari cerita itu mungkin ada saran dari teman teman untuk saya harus berbuah apa agar masalah yang tak punya itu bisa selesai dan pelan pelan stress nya juga reda	Perencanaan	S.I.I.PRC.66
67.	T	Apakah saran dari teman temanmu itu sering berhasil untuk menyelesaikan masalah ?		
68.	S	Kadang kadang sih berhasil, kadang juga meleset haha	Perencanaan	S.I.I.PRC.68
69.	T	Hahaha lalu bagaimana cara untuk meredakan stress dengan cepat ?		
70.	S	Pastinya kayak tadi main nongkrong sama anak anak, ngegame gitu cari tempat ramai mas haha, kalau di rumah stress nya engga bakal redah malah ditambah sama bosan juga nantinya	Perencanaan	S.I.I.PRC.70
71.	T	Apakah yang kamu lakukan saat stress ?		
72.	S	Main, main, main, dan nongkrong hehe buat meredakan stress biar ga gila	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.72
73.	T	Haha terus ngerasa tertekan juga saat mengalami stress ?		
74.	S	Kalo tertekan sih pasti ya kalo gaada penenangannya, kalo dihari ini saya stress dan saya hari ini ga main mungkin bisa tertekan lebih parah sih, kayak orang linglung gitu, hp an aja sosmedan, bakal cepat bosan itu, makanya saya memilih keluar rumah buat diri saya waras dikit	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.74
75.	T	Jika kamu mempunyai banyak masalah, apakah anda akan fokus untuk menyelesaikan nya satu per satu atau langsung semua ?		
76.	S	Mas saya bukan dewa yaa haha, ya pastinya satu per satu ya, dimulai yang penting dulu mungkin, atau yang besar dulu gitu biar ga makin menumpuk di dalam pikiran	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.76
77.	T	Bagaimana jika keadaan stress itu semakin parah ?		
78.	S	Ya mungkin kalau semakin parah yaaa pasti kayak bingung juga tapi pastinya tetep pelan pelan diselesai in	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.78
79.	T	Jika merasakan stress, apakah sering melamun ?		
80.	S	Kalo melamun sih engga terlalu sering, saya takut kesurupan mas haha kalo banyak melamun, mungkin melamun iya tapi ya bentar terus lanjut aktivitas lainnya	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.80
81.	T	Haha keserupan iya si ngeri juga		
82.	S	Ya kannn	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.82
83.	T	Hahaha tapi pernah gak kamu ngehindari maslah yang besar atau kecil gitu ?		

84.	S	Pernah sih mas tapi masalah kecil aja, kalau besar engga pernah, soalnya yang besar bakal mengganggu banget si dipikiran makanya harus diselesaain	Penekanan Kegiatan Yang Bersaing	S.I.I.PKB.84
85.	T	Apakah kamu lebih memilih untuk menghindari sumber masalah ?		
86.	S	Iyasi mas kalau bisa menghindar lebih baik menghindar, karena ya dirumah saya jenuh dan pastinya kena omel, lebih baik saya nongkrong sama teman teman atau ga <i>ngegame</i>	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.86
87.	T	Sumber masalah apa saja yang menurutmu itu bisa menjadi stress ?		
88.	S	Ya masalah dirumah, lingkungan rumah sih lebih tepatnya terus kuliah juga ada tapi ga sebanyak dirumah hehe	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.88
89.	T	Apakah ada suatu pertimbangan dalam mengambil keputusan ?		
90.	S	Ada, kan pertimbangan nya buat saya sendiri ya mas, takutnya itu saya terlalu mendalami masalah tersebut bisa semakin stress, semakin stress ujung-ujungnya overthinking, Tapi tergantung masalahnya dulu si mas, kalau masalahnya itu menyangkut saya ya saya atasi, kalau gak ya buat apa, malah nambah-nambahi beban pikiran aja	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.90
91.	T	Berarti ini bisa dibilang mengambil pertimbangan yang cukup dalam ya ?		
92.	S	Yap benar mas	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.92
93.	T	Apakah kamu punya gejala fisik ketika <i>overthingking</i> atau stress gitu ?		
94.	S	Ya kayak capek gitu mas badan ini, kepala ini wajar si karena nerima beban kayak gitu	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.94
95.	T	Oke okee apa dampak yang kamu rasakan saat mengambil keputusan tersebut ?		
96.	S	Dampak nya di saya itu kek pusing gitu lo mas pastinya kok beban ini banyak banget, ditambah omelan orang tua ke saya kenapa kok keluar rumah terus yang bisa dikatakan setiap hari keluarnya, tapi yang penting saya membahagiakan diri saya dulu mas, nah urusan dimarahin itu ya urusan belakang mas, yang penting stress saya reda dulu, karna dirumah ya sumber masalah jadi nya saya nongkrong nanti di tongkrongan saya cerita masalah saya nanti mungkin bisa di beri saran sama temen temen meskipun ada aja yang jawab becanda haha	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.96
97.	T	Haha.. pernahkah kamu membujuk kedua orang tua untuk rujuk kembali ?		
98.	S	Gak mas, buat apa juga, mereka bersatu aja sering bertengkar terus berimbas kesaya, jadi ya mending cari bahagiannya sendiri sendiri aja	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.98
99.	T	Okeee lalu kalau boleh tau alasan mereka bercerai itu apa ?		

100.	S	Waktu saya SD kelas 5, ayah saya ketahuan selingkuh terus ibu saya memaafkannya, lalu sampai ke 5x nya ayah saya ketahuan selingkuh lagi ibu saya sudah benar benar cape dan ingin segera pisah dengan ayah saya, lalu pada saat SMP akhir baru benar benar pisah secara negara, waktu itu ibu saya ga ikut di sidang mediasinya tapi ikut sidang cerainya	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.100
101.	T	Apakah kamu kaget saat tau orang tua mu sudah bercerai ?		
102.	S	Diwaktu itu saya sudah ga kaget si mas, karena ya kelakuan ayah saya sudah gitu, dan disatu sisi saya ga dekat dengan ayah saya, jadi yauda gitu maas itu juga keputusan ibu saya	Pelepaasn Perilaku	S.I.I.PP.86
103.	T	Hmm lalu Apakah kamu merupakan tipe remaja yang bila mengalami stress ingin cepat menyelesaikan stress ?		
104.	S	Iya mas	Pembatasan Koping	S.I.I.PK.104
105.	T	Mengapa ?		
106.	S	Ya karena siapa si mas yang ingin punya pikiran stress dan banyak masalah kek gitu itu, karena juga gaena kalau berkegiatan saat dilanda pikiran stress, ga bisa focus nantinya	Pembatasan Koping	S.I.I.PK.104
107.	T	Jika anda mengalami stress, apakah kamu akan mengurangi kegiatan yang mungkin akan menyebabkan stress ?		
108.	S	Kadang sih mas, tapi kalo stress karena kuliah ya dinikmati aja nanti kalau di kurangi atau dihindari ga lulus lulus saya mas	Pembatasan Koping	S.I.I.PK.104
109.	T	Haha.. iya benar sihh, terus hal apa yang anda rasakan saat stress reda dengan cepat ?		
110.	S	Pastinya saya akan bahagia, tenang, senyam senyum, tidak pusing lagi, haha hihi terus kayak orang baru gajian gitu haha.. lega pastinya ya, itu sih yang pingin saya rasakan setiap hari	Pembatasan Koping	S.I.I.PK.104
111.	T	Waktu stress kamu memilih bercerita ?		
112.	S	Iya mas	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.111
113.	T	Kenapa ?		
114.	S	Karena ya saat saya bercerita itu dilingkungan sekitar saya bisa ngasih solusi buat keluar dari masalah git, kek saya harus gimana harus bersikap gimana ngaasih saran yang saya butuhkan juga mas	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.113
115.	T	Karena dari saran itu bisa menjadi solusi ya untuk masalah yang kamu alami ?		
116.	S	Yappp benar banget	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.115

117.	T	Apakah kamu mengharapkan adanya saran dari masalah yang kamu ceritakan ke teman teman mu ?		
118.	S	Gak juga sih mas, karena dengan saya bercerita aja udah bisa ngeringanin masalah saya, untuk saran yang diberikan untuk saya itu saya anggap bonus aja dan sarannya ga saya telan mentah mentah juga pasti saya pikir lagi, kalau gaada ya nantinya pelan-pelan saya nemu sendiri jawabannya apa	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.117
119.	T	Ohh begitu terus bagaimana jika tidak ada orang yang bisa dibagikan cerita ?		
120.	S	Mungkin lebih baik saya pendam sih, tapi engga dipendam terus loh mas, karena ya nanti kan pastinya main sama teman teman juga, nah disitu baru deh saya cerita masalah saya	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.119
121.	T	Jadi nanti waktu ketemu teman baru bercerita ?		
122.	S	Iya mas benar	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.121
123.	T	Apakah sering waktu anda bercerita, beban stress anda cepat mereda ?		
124.	S	Sering sih engga, kadang-kadang sih. Karena stress saya kan bermacam macam ada yang berat ada yang ringan. Mungkin yang ringan bisa langsung hilang beban stress, tapi untuk yang berat ini mas mungkin bisa lama, bisa beberapa hari baru bisa mereda	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.I.I.MDI.123
125.	T	Oalah begitu baik baik		
126.	S	Iya mas begitu		
127.	T	Okee wawancara sesi 1 telah selesi		
128.	S	Loh masih ada lagi ?		
129.	T	Iya ada lagi hehe, gapapa kan ?		
130.	S	Gapapa kok mas		
131.	T	Makasih ya, aku pamit dulu Assalamualaikum		
132.	S	Sama-sama waalaikumsalam		

## 2) Pertemuan II

<b>Nama Interview</b>	: M	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 19 thn	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: Kafe Bimbom
<b>Hari Interview</b>	: Selasa	<b>Tanggal</b>	: 15 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 19.00-19.30

Catatan Lapangan				
Tentang Subjek I		J (Subjek I) seorang wanita yang memiliki postur tubuh yang sedikit tinggi dan kurus, memiliki kulit berwarna cerah. Saat melakukan wawancara, subjek menggunakan kemeja putih kotak kotak serta menggunakan celana panjang berwarna hitam. Subjek duduk didepan interviewer sambil menatap interviewer dengan menjawab pertanyaan dengan santai		
Lokasi Wawancara		Kafe Bimbom desa Sungon		
No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualikum		
2.	S	Waalaikumsalam		
3.	T	Ketemu lagi kita hehe		
4.	S	Iya mas		
5.	T	Kita lanjutin pertanyaan selanjutnya ya, bersedia ?		
6.	S	Haha bisa bisa mas langsung gasin aja		
7.	T	Siapp, Apakah kamu tipe orang yang kuat atau lemah saat mengalami stress ?		
8.	S	Lebih kearah lemah sih mas, makanya tadi saya bilang mending saya pendem dulu tapi nanti saat ada waktu buat cerita atau ga kalo anak-anak yang bisa diajak bercerita ya nanti saya akan cerita. Jadi saya tipe orang yang lemah	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.8
9.	T	Maksud lemah disini itu kayak dikit dikit nangis gitu ?		
10.	S	Ohhhh haha sorry sorry mas, iya sih mas, karena saya orang nya sensitive jadi ya waktu dipendem itu ya nangis	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.10
11.	T	<i>Overhinking</i> juga gak ?		
12.	S	Iya mas, saya mikir kok cobaan ga selesai-selesai kapan selesai nya coba, sehari aja ga bermasalah mungkin itu hari merdeka saya	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.12
13.	T	Semoga yaa bisa di ciptain hari itu hahaha		
14.	S	Amiin hahah	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.14
15.	T	Amiinn amiinn simpati atau pengertian dari orang lain bisa mempengaruhi kamu ?		
16.	S	Sangat bisa mas, karena ya tadi yang saya bilang saya butuh banget yang namanya teman bercerita, karena dari cerita itu tadi kita bisa mendapatkan saran dan terus saya kek merasa ohh saya harus kayak gini melakukan ini, saya itu intinya apa apa pasti cerita lah dan bisa meredakan stress yang saya rasakan	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.16



17.	T	Pernah tidak kamu iri dengan keluarga harmonis ?		
18.	S	Pasti mas	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.18
19.	T	Apa yang kamu irikan dengan keluarga harmonis ?		
20.	S	Mungkin kalau sekarang ya irinya itu mereka bisa curhat ke orang tuanya gitu, kalau saya ya sulit banget apalagi kasih sayang ayah, kurang banget	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.20
21.	T	Apakah dengan ibu anda dekat ?		
22.	S	Dekat mas tapi ga terlalu	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.22
23.	T	Lalu sering cerita cerita gak ke ibu gitu ?		
24.	S	Pernah tapi ga sering dan ga banyak yang bisa di bagi juga ceritanya, paling sering sih tentang kuliah tapi kalau udah benar benar capek ya peluk ibu terus nangis habis itu cerita gitu	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.24
25.	T	Kalau ayah ?		
26.	S	Ga sama sekali mas, cuek orangnya jadi ya saya cuekin balik	Menggunakan Dukungan Emosional	S.I.II.MDE.26
27.	T	Apakah anda bisa mengontrol stress yang anda alami ?		
28.	S	Mengontrol kayak gimana mas ?	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.28
29.	T	Ya waktu kamu banyak pikiran jadi stress trus pas nongkrong kamu keinget masalah itu tapi kamu bisa ngalihin beban stress itu terus lanjut nongkrong ketawa ketawa lagi, Penuh dengan pikiran stress gitu ?		
30.	S	Misal saya gakuat mending saya pendem dulu saya kontrol dulu pikiran nya mas, dipikir pelan pelan dulu pikiran nya mas, dipikir pelan pelan dulu caranya jalan keluarnya itu kayak gimana	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.30
31.	T	Iya mending pelan pelan ya daripada buru-buru?		
32.	S	Iya mas bener, daripada hasilnya gabagus karena buru-buru, mending pelan aja lah mas biar hasilnya bisa kelihatan, tipe yang slow, alon alon sing penting kelakon haha	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.32
33.	T	Haha bisa gitu yaa..		
34.	S	Hehe bisa dongg	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.34

35.	T	Terus disaat mengalami stress irang terdekat memberi pengertian ga ?		
36.	S	Kadang-kadang sih mas, karena saat stress saya tidak sering memberi tau mereka jika keadaan itu saya sedang mengalami stress, jadi nya mereka tau saya baik baik saja, tapi waktu saya benar benar capek baru saya beri tau	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.36
37.	T	Apakah kamu ngasih pertanda saat stress ?		
38.	S	Muka saya cemberut pastinya, tapi orang rumah ya ngiranya saya biasa aja karena dirumah saya itu jarang berinteraksi gitu, tapi kalau sama temen pasti ditanyain	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.38
39.	T	Rasanya seperti apa saat tidak dingertikan ?		
40.	S	Pingin teriak sekencang-kencangnya sih mas kalau saya, tapi ya buat apa ngabisin tenaga untuk hal ga penting	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.40
41.	T	Hal paling parah apa yang terjadi saat kamu stress ?		
42.	S	Hal paling parah itu depresi, <i>overthinking</i> , gitu sih mas, itu yang paling sering	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.42
43.	T	Kenapa bisa <i>overthinking</i> ?		
44.	S	Ya karena saya tipe orang yang pemikir dari hal kecil jadi besar, muter aja gitu mas dipikiran saya	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.44
45.	T	Merasa takut ga kalau <i>overthinking</i> itu malah menjadi-jadi ?		
46.	S	Pastinya, tapi ga besar, pahami. Takut masalah ini ga selesai tapi nanti pasti ada masalah lagi yang bikin stress, jadi siap ga siap aja mas, pikiran saya di gempur semua, tapi pelan pelan saya berpikir kalau masalah yang saya hadapi pasti ada jalan keluarnya entah cepat atau lambat pasti selesai	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.I.II.MPPE.46
47.	T	Kamu punya hobi ?		
48.	S	Punya mas	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.48
49.	T	Hobi apa ?		
50.	S	Main music, <i>ngegame</i> , tapi sekarang suka juga <i>traveling</i> sih	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.50
51.	T	Alat music apa yang dimainkan ?		
52.	S	Piano sama gitar	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.52
53.	T	Saat bermain music bisa mempengaruhi stress kamu gak ?		

54.	S	Bisa banget sih mas, ngerasa tenang gitu, tapi ya ga lama juga buat nurunin stress tadi	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.54
55.	T	Nah kalau <i>traveling</i> kemana aja ?		
56.	S	Bukan <i>traveling</i> sih mas, lebih ke <i>healing</i> kalau anak jaman sekarang namanya haha, rame rame sama temen temen, saya luangin waktu kadang sabtu atau minggu. Kadang ke pacet, trawas gitu yang hawanya dingin hehe	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.56
57.	T	Oalah enak banget haha kerasa itu nurunin stress nya		
58.	S	Ya kann haha	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.58
59.	T	Terus Bagaimana cara kamu untuk mengalihkan stress kesesuatu kegiatan ?		
60.	S	Pasti dengan cara cari temen langsung aja, pergi ketongkrongan nyamperin anak anak, gampaang sih mas saya kalau stress sat set ke tongkrongan, ga pake repot. Oh ya saya kan mengikuti organisasi juga, waktu itu kalau saya stress dan lagi berorganisasi ya saya paksa, waktu menjalankan proker pastinya stress, tapi waktu luang nya saya buat bercanda sama temen temen terus pas selesai proker saya nongkrong lagi hehe	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.60
61.	T	Haha penuh dengan nongkrong		
62.	S	Wajib siiii itu hehe	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.62
63.	T	Apakah dengan kesibukan yang dibuat bisa meredakan stress ?		
64.	S	Bisa banget mas, karena kalau orang stress terus ga ngapa-ngapain malah makin stress, tidak tau mau ngapain kayak ga punya kehidupan gitu. Terus kalau melakukan sesuatu pastinya bisa meredakan stress yang dirasakan	Pelepasan Mental	S.I.II.PM.64
65.	T	Jika kamu menonton suatu tayangan yang memberi insprasi gitu bisa mempengaruhi stress kTamu gak ?		
66.	S	Ya mungkin ada tapi ga terlalu berdampak mas, karena mereka tidak merasakan penuh apa yang saya rasakan, dan mungkin kalau mereka mengalami apa yang saya rasakan pastinya tidak persis sama apa yang saya rasakan	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.66
67.	T	Kayak anda melihat motivator atau inspirator gitu, merasa tertolong ga untuk meredakan stress ?		
68.	S	Ya itu ada sedikit tapi, kek diberi ide ngelakuin hal ini itu tapi ga menolong banget	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.68
69.	T	Selain itu apa yang bisa mempengaruhi stressmu ?		
70.	S	Lingkungan sih mas kek rumah sama kampus pastinya	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.70

71.	T	Contohnya seperti apa ?		
72.	S	Kalau dirumah itu dimarahin terus, disalahkan, didengarkan si pasti tapi ujung ujungnya di salahin, kek gaada benarnya gitu. kalau kampus itu banyak tugas apalagi yang deadlunya mepet, wah itu bukan main si stress nya	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.72
73.	T	Bisa tak rasakan apa yang mok rasakan haha..		
74.	S	Haha ya kann	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.74
75.	T	Haha.. terus ada hikmah ga dari semua yang terjadi ini ?		
76.	S	Pastinya ada, karena kan kalau misa dari masalah masalah tersebut kan saya bisa mengambil hikmahnya untuk kedepannya, jadi pembelajaran gitulo mas, hidup kalau gaada masalah kayak bukan hidup mas haha	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.I.II.RPP.76
77.	T	Hehe.. terus kamu pernah nyalahin diri mu sendiri ga saat stress ?		
78.	S	Iya sering, karena tadi di awal saya orang nya dipendem saat punya masalah terus berujung <i>overthinking</i> , nah dari itu rasa nyalahin diri sendiri muncul kek kenapa sih kok dipendem lama itu cerita kan lebih enak diceritain biar ringan di pikiran	Menyalahkan Diri Sendiri	S.I.II.MDS.78
79.	T	Apakah pernah nyakiti diri sendiri ?		
80.	S	Engga mas	Menyalahkan Diri Sendiri	S.I.II.MDS.80
81.	T	Kalau berpikir mencelakakan diri sendiri ?		
82.	S	Kalau pikiran itu ada sih mas, cuman kalau masalah yang bener-bener yang ga bisa diselesaikan bareng temen temen itu kek ngasih solusi yang tidak saya harapkan, dan kepikiran bunuh diri itu pernah sih mas, karena itu saya cape banget, tapi bersyukur Titu hanya dipikiran aja dan ga akan pernah saya lakukan	Menyalahkan Diri Sendiri	S.I.II.MDS.82
83.	T	Hmm.. Ada hal lain yang mungkin mencelakakan dirimu sendiri ?		
84.	S	Ada mas, ngebut pas motoran tapi untungnya tetep selamat haha	Menyalahkan Diri Sendiri	S.I.II.MDS.84
85.	T	Wow.. bagaimana jika stress yang dirasakan tidak ada perubahan ?		
86.	S	Sedih mas, ga full senyum mas, mungkin saya bakal jarang ketawa ketiwi bareng temen-temen, hidup kek mendung terus, tapi saya yakin sih bakal bahagia nantinya, karena ga mungkin juga kan terus gini	Menyalahkan Diri Sendiri	S.I.II.MDS.86
87.	T	Iya sih bener, tapi harus tetap semangat dong ya haha		

88.	S	Iya mas itu harus		
89.	T	Yauda wawancara kali ini udah selesai terimakasih untuk waktunya ya		
90.	S	Haha sama-sama mas		
91.	T	Yauda saya pamit dulu, Assalamualaikum		
92.	S	Waalaikumsalam, hati-hati mas		
93.	T	Iyaa daaa		
94.	S	Daaaaa		

### 3) Pertemuan III

<b>Nama Interview</b>	: M	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 19 thn	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: Kafe Bimbom
<b>Hari Interview</b>	: Selasa	<b>Tanggal</b>	: 19 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 16.00-16.30

Catatan Lapangan	
Tentang Subjek I	J (Subjek I) seorang wanita yang memiliki postur tubuh yang sedikit tinggi dan kurus, memiliki kulit berwarna cerah. Saat melakukan wawancara, subjek menggunakan kemeja hitam polos serta menggunakan celana panjang berwarna abu abu. Subjek duduk didepan interviewer sambil menatap interviewer dengan menjawab pertanyaan dengan santai
Lokasi Wawancara	Kafe Bimbom desa Sungon

No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualaikum		
2.	S	Waalaikumsalam, mas nya lagii haha		
3.	T	Loh iya saya lagi hehe, gimana kabarnya ?		
4.	S	Alhamdulillah baik baik saja, mas nya ?		
5.	T	Saya sendiri sedikit pusing banyak ribet nya haha		
6.	S	Haha bisa gitu yaa haha		
7.	T	Iya dong bisa sekali haha, yauda yuk lanjut ?		
8.	S	Yuk gass		
9.	T	Okaiiii, bisa gak kamu menerima keadaan disaat stress ?		

10.	S	Bisa engganya mending saya terima aja, kalau gabisa yauda aja gitu, tapi bakal tetap masalah apapun nanti bakal cerita ditemen yang penting stressnya reda dulu	Penerimaan	S.I.III.PNM.10
11.	T	Dengan cara yang bagaimana kamubisa menerima keadaan tersebut ?		
12.	S	Dengan cara bercerita dengan teman, teman ngasih tau kayak gini, yauda saya ngelakuin kayak gini, ya mungkin kayak dibuat pembelajaran aja mas dan teman saya ga pernah biarin saya merasa sendiri	Penerimaan	S.I.III.PNM.12
13.	T	Hal apa yang bisa mempengaruhi kamu untuk bisa menerima keadaan tersebut ?		
14.	S	Dengan sabar ikhlas dan mungkin karena saya ngerasa ga sendiri juga, saya punya teman yang bisa nemanin saya sekaligus teman cerita, lalu diluar sana pasti banyak juga mas orang yang kek saya punya masalah yang sama, jadi ngapain saya ngerasa ini ga adil, disitu saya bisa nerima keadaan ini	Penerimaan	S.I.III.PNM.14
15.	T	Apakah kamu pernah berpikir jika kamu itu ga berhak ngalamin stress ?		
16.	S	Pernah mas, kek baru baru ini, orang tua yang bermasalah saya yang kena imbasnya, masalah kerjaan gitulo mas	Penolakan	S.I.III.PNL.16
17.	T	Owwhh.. kamu emosional ga saat stress ?		
18.	S	Kalau emosional sih engga mas, karena saat stress saya emosi malah gabisa mikir jernih, nantinya malah saya marah marah terus makin depresi, mending saya sabar ikhlas gitu, dipendem dulu ya itu nanti bisa diceritain ke temen	Penolakan	S.I.III.PNL.18
19.	T	Apa dampaknya saat kamu berpikir dan bersikap seperti itu ?		
20.	S	Dampaknya sih sering stress	Penolakan	S.I.III.PNL.20
21.	T	Bukan bukan haha maksudnya sabar sama ikhlas itu tadi		
22.	S	Oalah sorryyyy.. dampaknya si lebih tenang ya mas damai gitu, ga mikir aneh aneh, tenanglah dan pastinya ga bakal nyelakain diri sendiri	Penolakan	S.I.III.PNL.22
23.	T	Apakah humor bisa mempercepat kestabilan stress mu ga ?		
24.	S	Iya mas bisa sekali, karena dari humor itu saya merasa senang, kek tiba tiba hilang gitulo mas stress saya, apalagi teman teman saya itu kocak kadang saya ga habisa fikir sama apa yang mereka lakuin	Humor	S.I.III.HMR.24
25.	T	Humor yan kamu sukai apa ?		
26.	S	Humor tongkorngan si mas, kek ngebully ngata ngatain tapi ga baper, definisi dihina tapi bercanda, sebaliknya teman teman ke saya, yang penting ga baper aja si tapi lucu..	Humor	S.I.III.HMR.26
27.	T	Apakah ngeliat film atau acara komedi contohnya stand up comedy gitu bisa meredakan stress ?		
28.	S	Bisa, Cuma ga lama mas, karena ya waktu film selesai ya kita kepikiran stress lagi, nah pikiran yang lama muncul lagi,	Humor	S.I.III.HMR.28

		lebih suka humor tongkrongan sih menurut saya lebih kocak daripada humor <i>entertainment</i>		
29.	T	Pernah gak saat temen-temen becanda kamunya ga ketawa ?		
30.	S	Pernah, saat itu temen temen becanda tapi saya ga ketwa, masalah nya itu dari perkataan orang tua sih mas ke saya, missal omongannya pedes gitu bikin sakit hati akhirnya saya tidak bisa tertawa dan memilih diam di tongkrongan	Humor	S.I.III.HMR.30
31.	T	Seharian diem ?		
32.	S	Ga mas, Cuma bentaran doang kok, karena saya jug agama kepikiran terus masalahnya, saya pingin nyari seneng waktu bermain	Humor	S.I.III.HMR.32
33.	T	Percayakah kamu jika mendekatkan diri kepada tuhan bisa meredakan stress ?		
34.	S	Bisa mas, karena saya merasakan tenang gitu mas saat curhat dengan tuhan, meskipun jalan keluarnya ga dikasih instan tapi bisa mendingan lah	Beralih ke Agama	S.I.III.BKA.34
35.	T	Sering ga ngelakuin nya ?		
36.	S	Alhamdulillah sampe sekarang iya, tapi ya gitu ada bolongnya jadi ga rutin, mungkin masalah yang saya punya itu tamparan dari yang maha kuasa agar saya rajin beribadah kepada tuhan	Beralih ke Agama	S.I.III.BKA.36
37.	T	Ngerasain apa saat ngelakuin itu ?		
38.	S	Pikiran tenang, sholat ngaji gitu, saya berdoa sama tuhan untuk memberi jalan keluar atas masalah yang dirasakan	Beralih ke Agama	S.I.III.BKA.38
39.	T	Apa kamu ngerokok ?		
40.	S	Iya, Dari sewaktu awal kuliah mas, waktu itu masalah rumah ditambah masalah kampus jadi satu, terus nekat nyoba rokoan eh malah keterusan sampe sekarang	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.40
41.	T	Berapa bungkuh sehari ?		
42.	S	Tergantung mas, waktu saya stress bisa sebungkus sehari tapi kalau engga ya sebungkus buat 2-3 hari gitu	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.42
43.	T	Apakah efek dari merokok untuk stress mu ?		
44.	S	Untuk menemani stress aja si mas bukan pereda stress	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.44
45.	T	Mabuk juga gak ?		
46.	S	Engga mas	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.46
47.	T	Kenapa ?		
48.	S	Karena ga minat aja si	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.48
49.	T	Okee kalau narkoba ?		

50.	S	Haha.. bakal saya sentuh itu barang ngeriiii	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.50
51.	T	Ngerinya kenapa ?		
52.	S	Ya efeknya loh mas buruk banget	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.52
53.	T	Apa bedanya sama rokok		
54.	S	Beda lah, kalau rokok kan keparu paru aja, nah kalo narkoba kan efeknya bisa ke otak, syaraf, penglihatan banyak deh, terus ketergantungannya berat banget, ngeri waktu sakau nya mas haha	Penggunaan Zat	S.I.III.PZ.54
55.	T	Oalah begitu, ini udah selesai wawancaranya, makasih banget loh sudah dibantu skripsi saya dari kemarin. Makasih banget		
56.	S	Iya mas sama-sama, seneng bisa membantu mas nya		
57.	T	Iyaa, pamit dulu		
58.	S	Iya mass		
59.	T	Assalamualaikum		
60.	S	Waalaikumsalam		

## Subjek II (I)

### 1) Pertemuan I

<b>Nama Interview</b>	: I	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 20 tahun	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: warkop dekat rumah subjek II
<b>Hari interview</b>	: Rabu	<b>Tanggal Interviewer</b>	: 11 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 20.00-20.30

Catatan Lapangan	
Tentang Subjek II	I (Subjek II) memiliki postur tubuh yang lumayan tinggi dan berisi, memiliki kulit sawo matang. Saat melakukakn wawancara, subjek menggunakan pakaian polos berwarna hitam serta menggunakan celana pendek berwarna hitam. Subjek duduk di depan <i>interviewer</i> , sambil menatap <i>interviewer</i> dengan menjawab pertanyaan dengan santai
Lokasi Wawancara	Warkop dekat rumah subjek II desa jati

No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualaikum		



2.	S	Walaikumsalam		
3.	T	Perkenalkan nama saya Rifty Aditya Rahman, dari mahasiswa UMSIDA prodi Psikologi semester 8, saya mau izin untuk mewawancarai terkait keperluan data skripsi saya, apakah kita bisa mulai sekarang ?		
4.	S	Bisa mas bisa		
5.	T	Mohon maaf nama lengkapnya siapa ya ?		
6.	S	Muhammad Ikhyia Ulumuddin biasa dipanggil Iyak atau gondrong hehe	Identitas	S.II.I.ID.6
7.	T	Siap mas gondrong haha, becanda mas iyak hehe..		
8.	S	Boleh boleh haha..	Identitas	S.II.I.ID.8
9.	T	Tempat tanggal lahir kapan dan dimana ?		
10.	S	Sidoarjo, 8 Juni 2002	Identitas	S.II.I.ID.10
11.	T	Berarti sekarang umurnya 20 ya ?		
12.	S	Iya mas benar	Identitas	S.II.I.ID.12
13.	T	Dari kecil sudah di desa Jati ?		
14.	S	Iya mas dari zigot malahan haha..	Identitas	S.II.I.ID.14
15.	T	Hahaa kalau boleh tau pendidikan terakhirnya apa ?		
16.	S	Saya anak pondok an mas	Identitas	S.II.I.ID.16
17.	T	Wahhh anak pondok an yaa, mondok dimana itu ?		
18.	S	Di Jombang mas, namanya pondok pesantres Darussalam	Identitas	S.II.I.ID.18
19.	T	Kalau sekarang itu statusnya ?		
20.	S	Kalau sekarang mahasiswa mas, info cewe mas hehe	Identitas	S.II.I.ID.20
21.	T	Waduh waduh repot iki haha		
22.	S	Ga ga mas guyon	Identitas	S.II.I.ID.22
23.	T	Haha.. kegiatan sebelum masuk kuliah apa aja ?		
24.	S	Ibadah terus mas, sholat, ngaji, apalan juz, anak pondokan pada umumnya mas	Identitas	S.II.I.ID.24
25.	T	Kalau kegiatan selama menjadi mahasiswa itu apa aja ?		
26.	S	Kalau offline kuliah ngopi kuliah ngopi, kalau online ngopi kuliah ngopi kuliah haha..	Identitas	S.II.I.ID.26
27.	T	Haha.. isok ae emang kalau ga ngopi kenapa ?		
28.	S	Sumpek mas, stress gitu, kan banyak masalah ya harus diimbangi sama ngopinya juga biar ga gila haha..	Makna Stress	S.II.I.MS.28
29.	T	Bisa bisa bisa haha.. emang yang dimaksud stress itu apa ?		
30.	S	Saat dimana masalah yang bertumpuk menjadi satu yang menciptakan pikiran pikiran yang membebani	Makna Stress	S.II.I.MS.30

31.	T	Sering ga merasakan stress dirumah ?		
32.	S	Sering banget mas makanya saya ngopi terus hehe	Makna Stress	S.II.I.MS.32
33.	T	Kenapa si kamu bisa merasakan stress ?		
34.	S	Karena saya manusia normal mas, manusia biasa yang ga luput dari berbagai masalah dan menciptakan pikiran stress itu tadi	Makna Stress	S.II.I.MS.34
35.	T	Emang sumber stress mu dari mana aja ?		
36.	S	Yang paling pertama itu ya dirumah kedua kuliah	Makna Stress	S.II.I.MS.36
37.	T	Emang kamu bisa mengelola stress ?		
38.	S	Buktinya saya masi bisa berintaksi normal sama mas, berarti bisa kan ?	Makna Stress	S.II.I.MS.38
39.	T	Gimana emang caranya ?		
40.	S	Melakukan hal yang disukai si mas kek main sama temen-temen pastinya	Makna Stress	S.II.I.MS.40
41.	T	Kegiatan mu direncanain ga waktu stress ?		
42.	S	Tentu mas	Perencanaan	S.II.I.PRC.42
43.	T	Gimana itu ?		
44.	S	Ya mungkin kayak biasanya kalau mulai sumpek itu tanda tanda stress gitu ya, cari info nongkrong ke temen-temen atau gak info nr info balap gitu	Perencanaan	S.II.I.PRC.44
45.	T	Nr itu <i>Night Riding</i> ya ?		
46.	S	Iya mas bener	Perencanaan	S.II.I.PRC.46
47.	T	Kayak gimana itu ?		
48.	S	Ya kek motoran rame rame gitu mas bareng temen-temen dimalam hari keliling kota kadang Sidoarjo, Surabaya atau ga Malang kalo pingin jauh	Perencanaan	S.II.I.PRC.48
49.	T	Kalau balap gitu, kamu joki nya ?		
50.	S	Engga si mas, kan saya tinggal di sidoarjo ya, sebenarnya bukan balap sih lebih ke <i>have fun setting setting</i> motor gitu, ongkekan kalo orang sini bilang, <i>speddingan</i> gitulah	Perencanaan	S.II.I.PRC.50
51.	T	Kamu juga ongkekan ?		
52.	S	Iya mas saya ikut ongkekan gitu, karena motor saya juga modifan, jadi sayang kalau ga di coba buat ongkekan	Perencanaan	S.II.I.PRC.52
53.	T	Apakah kamu membutuhkan teman saat berkegiatan ?		
54.	S	Tentu saja, karena kalau sendirian sama aja kayak orang gila tolah toleh sendiran ga jelas haha kayak orang hilang gitu, ga suka sepi saya mas makanya saya ngajak teman saya	Perencanaan	S.II.I.PRC.54
55.	T	Kalau sendiri malah makin stress ya ?		
56.	S	Nah iya benar mas, ga nyembuhin malah makin menambah buruk	Perencanaan	S.II.I.PRC.56

57.	T	Sejak kapan kamu memilih berkegiatan itu ?		
58.	S	Sejak mungkin bisa dibilang sejak saya lulu Pondok ya mas dan sejak masuk kuliah, karena waktu mondok itu kegiatan saya terbatas hanya dalam pondok aja ga bisa keluar keluar gitu, jadi kalau saya stress waktu sumpek ya yauda saya tiggal tidur atau ngaji waktu dipondok belum mengenal dunia luar, tapi kalau sekarang beda lagi dikit dikit cangkruk haha nyari info gitu	Perencanaan	S.II.I.PRC.58
59.	T	Bagaimana jika masalah itu datang terus menerus ?		
60.	S	Siapa ga siapa ya mas, disatu sisi siapa karena ada teman yang selalu ada, ga siapnya karena masalahnya nanti itu aoa, masalah besar atau kecil, jadi itu sih ketakutan saya waktu masalah datang terus menerus	Perencanaan	S.II.I.PRC.60
61.	T	Menurut kamu itu kegiatan cangkruk, nr, ongkekan bisa dibilang nakal gak sih ?		
62.	S	Tergantung persepsi orang sih	Perencanaan	S.II.I.PRC.62
63.	T	Kalau menurut kamu ?		
64.	S	Kalau menurut saya sendiri itu bukan sebuah kenakalan ya tiap irang itu punya tempat melampiaskannya sendiri buat melampiaskan emosi nya, buat melampiaskan kesedihannya, intinya buat tempat pelarian lah, bagi saya itu tempat pelarian sih, karena dari saya sendiri tidak punya tempat buat cerita gitu loh dirumah juga orang tua saya yang ga mungkin buat diceritain, jadi ya solusinya ke teman	Perencanaan	S.II.I.PRC.64
65.	T	Oke oke oke.. lalu Bagaimana cara untuk meredakan stress dengan cepat ?		
66.	S	Balik lagi ke masalahnya sih mas, masalah itu kecil atau besar, kalau masalahnya kecil stress saya bisa mereda dengan cepat, tapi kalau masalah itu besar pasti redanya bakal lama	Perencanaan	S.II.I.PRC.66
67.	T	Pernah gak waktu mempunyai masalah itu tidak diaatsi malah bodoamat gitu ?		
68.	S	Pernah mas, waktu itu masalah kecil sih kayak ketahuan hpan waktu dikelas, terus hp saya disita jadi maslah, terus saya ga ngurusi gitu terus tiba-tiba hp saya kembali lagi haha	Perencanaan	S.II.I.PRC.68
69.	T	Hehe kalau masalah besar ?		
70.	S	Kalau besar pasti saya hadapi, tidak bisa saya hindari itu mas	Perencanaan	S.II.I.PRC.70
71.	T	Apa yang kamu lakukan saat stress ?		
72.	S	Seperti apa yang saya jelaskan tadi, kalau saya sudah mulai sumpek tanda-tanda stress gitu saya akan mencari info nongkron, atau gak gitu nr sama temen-temen gitu se, kalau semisal tema teman ga bisa saya melampiaskan nya dengan tidur atau gay a menghilang dari sosial media gitu buat istirahat	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.71
73.	T	Apakah itu bisa dilakukan setiap hari ?		

74.	S	Iya mas waktu keadaan stress atau gak saya akan tetap cangkruk sama nr hehe	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.74
75.	T	Baik baik jika kamu mempunyai masalah yang lumayan banyak, apakah anda akan focus satu per satu untuk menyelesaikan nya ?		
76.	S	Pastinya mas, mulai dari yang mudah dulu saya selesaikan atau ga kalau masalah besar yang penting banget yang harus diselesaikan ya bisa itu yang saya dahulukan	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.76
77.	T	Apakah anda tertekan saat mengalami stress ?		
78.	S	Pasti mas, setiap orang yang mengalami stress bakal tertekan, merasa banyak pikiran, merasa ga punya siapa siapa mungkin gitu, karena menurut saya kita hidup tidak akan lepas dari suatu masalah itu, dan harus dihadapi dan diselesaikan bukannya lari dari masalah itu	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.78
79.	T	Dari tertekan itu bisa membuat <i>overthinking</i> tidak ?		
80.	S	Iya mas pasti	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.80
81.	T	Berlebihan gak <i>overthinking</i> nya atau cuma sekolah aja ?		
82.	S	Tergantung dari masalah nya lagi mas ada yang sekilas aja, ada yang dipikirin banget	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.82
83.	T	Bagaimana jika stress itu makin parah ?		
84.	S	Kalau stress nya makin parah, saya pastinya akan <i>healing</i> , kalau kata orang sekarang itu kalau ga ngelakuin <i>healing</i> bisa bisa jadi gila mas	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.84
85.	T	Emang kemana aja <i>healingnya</i>		
86.	S	Bebas si mas saya, kalau lagi pingin hawa dingin ya kemalang, kalau pingin lihat air ya kepantai, kalau pingin teriak teriak ya konser haha	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.86
87.	T	Haha bolehh juga itu.. tapi sering ngelamun tidak saat stress ?		
88.	S	Tidak mas, eh kadang sih terus pastinya teman saya akan menyadarkan saya, tanya kenapa kok melamun terus saya akan cerita	Penekanan Kegiatan yang Bersaing	S.II.I.PKB.88
89.	T	Apakah kamu memlih untuk menghindari sumber masalah ?		
90.	S	Selagi bisa dihindari ya dihindari mas, karena hidup itu yauda lah gausa neko neko kalau menurut saya gausa cari masalah, kalau itu bisa membuat masalah dan itu bisa dihindari ya saya hindari	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.90
91.	T	Apakah ada suatu pertimbangan untuk mengambil keputusan itu ?		
92.	S	Pastinya ada mas, karena saya ini orang nya memikirkan kedepan gitulo, aman gak ya nanti, bakal menimbulkan masalah baru gak ya, kalau sekiranya hal yang saya lakukan	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.92

		bakal menyebabkan masalah baru dan besar, saya akan menghindari masalah tersebut		
93.	T	Apa dampak yang kamu rasakan saat mengambil keputusan itu ?		
94.	S	Dampaknya kesaya sendiri itu misal salah mengambil keputusan ya pastinya bakal sumpek sendiri sih, makin sumpek sumpek nya mas hehe	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.94
95.	T	Hehe terus waktu stress nya hilang cepet apa yang kamu rasain ?		
96.	S	Pastinya saya akan full senyum dan hari hari saya akan haha hihi kembali mas	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.96
97.	T	Pernahkah anda membujuk kedua orang tua anda untuk rujuk kembali ?		
98.	S	Tidak mas, karena dari saya sendiri ya berpikiran kalo harus bisa hidup tanpa mereka berdua	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.98
99.	T	Kalau boleh tau alasannya kedua orang tua mu bercerai itu apa ?		
100.	S	Kalau alasan orang tua saya bercerai ini jawaban nya bakal lumayan panjang, jadi saya akan cerita agak lama ya mas ya, jadi ayah sama sebelum nikah dengan ayah saya itu waktu remaja nya sudah nakal mas, karena waktu itu ayah saya itu sejak dari SMA itu sudah merantau ke Sidoarjo sendirian, ayah saya ngekos dan waktu itu sama orang tuanya ayah sempat ga disetujui mas untuk sekolah di Sidoarjo, tapi ayah saya nekat untuk berangkat ke Sidoarjo disini tidak ada siapa siapa, dan waktu itu masih muda dan sendiri lalu ga ada yang ngasih pandangan hidup, ayah saya keseret arus lingkungan yang negative, ayah saya ikut judi, judi kartu gitu mas buat nambah nambah kebutuhan hidup, terus singkat cerita orang tua saya menikah dan disitu ayah saya sudah bekerja di PT.PAL, lalu waktu saya umur 2tahun ayah saya kena PHK masal, disitu ayah saya bingung, sudah di PHK terus saya masih kecil ditambah lagi harus ngelunasin cicilan, lalu ayah saya cari kerja, dapet kerja seperti konsep MLM gitu, terus pas waktu target uang nya ayah saya banyak, uang nya itu dibawa lari sama bosnya, tambah bingung lagi ayah saya, ditambah nenek saya ngerecoki masalah rumah tangga orang tua saya, karena waktu itu orang tua saya tinggal di rumah nenek saya, terus saat di recoki oleh nenek saya, ayah saya ngajak ibu saya untuk ngekost aja tapi ibu saya gam au karena masih mau ngerawat nenek saya, disitu ayah saya sudah ga kuat terus gugat cerai, waktu cerai saya terkena types mas, dan waktu sudah sembuh terus pulang kerumah ayah saya gaada dirumah, orang rumah pun gaada yang ngasih tau kemana ayah saya, ayah saya benar benar menghilang waktu itu sampai saya paham paham sendiri, sampai akhirnya waktu saya kelas 2 SD ayah saya muncul kembali lalu saya di pindahkan dari SD Negeri ke SD Swasta Islam, sampai akhirnya SMP saya di pondok kan ke jombang, dari pondok itu saya sudah berpikir kalau saya sudah harus mandiri ga bisa bergantung dari orang tua, karena sudah bertekad seperti itu, saya mencari beasiswa dipondok kayak hafalan juz gitu untuk membiayai hidup saya di pondok karena saat	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.100

		itu ayah saya sudah menikah lagi, jadi kan ayah saya sudah mempunyai keluarga baru, dan ga bakal focus ke saya lagi, makanya saya cari beasiswa ditambah uang jajan, dan itu berhasil beasiswa nya sampai sekarang pun saya sudah dapat beasiswa hafalan juz di universitas lumayan uangnya mas buat tambah tambah. Sudah mas itu alasannya		
101.	T	Wow panjang banget haha tapi <i>its okay</i>		
102.	S	Ya kan haha lanjut lanjut	Pelepasan Perilaku	S.II.I.PP.102
103.	T	Oke oke apakah kamu merupakan tipe remaja yang mengalami stress ingin cepat cepat menyelesaikannya ?		
104.	S	Iya tentu	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.104
105.	T	Bagaimana itu ?		
106.	S	Ya itu mas, menghilangkan kesumpekan dengan cara nongkrong, nr itu kan hanya meredakan stress untuk sementara ya, tentunya kan awal mula dari stress saya itu dari saya yang mempunyai masalah ya, nah sebisa mungkin saya buat menyelesaikan masalah itu	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.106
107.	T	Cara nya gimana ?		
108.	S	Apapun itu mas caranya agar masalah bisa selesai	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.108
109.	T	Mengapa kamu ingin cepat cepat untuk menyelesaikan stress ?		
110.	S	Karena punya pikiran stress itu gaena mas, lebih baik itu saya hidup dengan tenang gituloh tanpa ada masalah tanpa ada stress beban pikiran	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.110
111.	T	Jika kamu mengalami stress, apakah kamu akan mengurangi kegiatan yang mungkin akan menyebabkan stress ?		
112.	S	Engga mas karena saya tu orangnya tatak, semua bakal saya hadapi meskipun sakit, stress dan terbebani, karena masalah itu tidak ada habisnya, habisnya itu ya diselesaikan baru habis, untuk masalah besar atau kecilnya itu saya terobos aja lahhh	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.112
113.	T	Jiwa tatak harus gradak yaa haha		
114.	S	Haha itu bener banget	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.114
115.	T	Hal apa yang kamu rasakan saat stress reda dengan cepat ?		
116.	S	Pastinya saya akan full senyum dan hari hari saya akan haha hihi mas, mungkin akan cerah lagi meskipun bakal mendung juga hehe	Pembatasan <i>Coping</i>	S.II.I.PP.116
117.	T	Apakah saat stress kamu memilih untuk bercerita ?		
118.	S	Iya mas pastinya	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.118

119.	T	Mengapa memilih bercerita ?		
120.	S	Semua orang pasti butuh tempat bercerita berkeluh kesah	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.120
121.	T	Kesiapa aja itu bisanya ?		
122.	S	Keteman aja mas karena saya ga punya pacar haha	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.122
123.	T	Haha ada gak sih orang yang langsung kamu tuju untuk bercerita ?		
124.	S	Engga sih mas, seadanya aja kalo ada si A ya saya cerita ke si A, kalo ada nya si B yak e si B gitu, pokoknya ke teman saya dan pastinya kalau saya lagi <i>mood</i> untuk bercerita juga ya	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.124
125.	T	Bagaimana jika tidak ada orang yang bisa berbagi cerita dengan kamu ?		
126.	S	Ya mungkin saya akan pendam sendiri masalahnya mas, tapi akhir akhir ini punya kebiasaan baru sih mas, biasanya kalau ada sesuatu atau masalah gitu, dan terutama kalau masalah hari itu ya saya tuangkan tulisan saya ke note hp mas banyak banget	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.126
127.	T	Kayak dairy gitu ya ?		
128.	S	Iya mas benar, tapi alay ya mas hehe	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.128
129.	T	Engga kok, itu pilihan setiap orang buat meredakan stress nya masing masing, terus apa kamu mengharapkan adanya feedback saran gitu ?		
130.	S	Tidak mas, karena saya hanya ingin berbagi cerita aja, meringankan beban saya, kalo semisal teman saya ngasih saya saran ya saya terima, kalau engga ya gapapa	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.130
131.	T	Apakah sering saat bercerita tiba tiba beban stress kamu reda ?		
132.	S	Kadang-kadang si mas, karena terkadang juga dari sehabis saya bercerita saya mikir lagi kok saya dapat masalah ini sih, jadinya ga reda malah stress lagi	Menggunakan Dukungan Instrumental	S.II.I.MDI.132

## 2) Pertemuan II

<b>Nama Interview</b>	: I	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 20 tahun	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: warkop dekat rumah subjek II
<b>Hari interview</b>	: Rabu	<b>Tanggal Interviewer</b>	: 16 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 20.00-20.30

Catatan Lapangan	
Tentang Subjek II	I (Subjek II) memiliki postur tubuh yang lumayan tinggi dan berisi, memiliki kulit sawo matang. Saat melakukakn wawancara, subjek menggunakan pakaian polos berwarna coklat serta menggunakan celana pendek berwarna hitam. Subjek duduk di depan <i>interviewer</i> , sambil menatap <i>interviewer</i> dengan menjawab pertanyaan dengan santai
Lokasi Wawancara	Warkop dekat rumah subjek II desa jati

No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualaikum		
2.	S	Waalaikumsalam		
3.	T	Bisa lanjut wawancaranya haha ?		
4.	S	Bisa banget haha		
5.	T	Gasss		
6.	S	Gasss		
7.	T	Apakah kamu tipe orang yang kuat atau lemah saat keadaan stress ?		
8.	S	Bisa dibilang saya orang yang tatak ya mas	Menggunakan Dukungan Emosional	S.II.II.MDE.8
9.	T	Bisa dijelaskan tataknya ?		
10.	S	Yauda pokoknya apapun yang terjadi itu dilakuin dihadapin, ya gitu jadi meskipun masih butuh teman tempat bercerita ataupun engga ya saya akan tetap hadapi	Menggunakan Dukungan Emosional	S.II.II.MDE.10
11.	T	Berarti kuat ya ?		
12.	S	Iya mas	Menggunakan Dukungan Emosional	S.II.II.MDE.12
13.	T	Terus simpati atau pengertian dari orang lain itu bisa mempengaruhi stress anda ?		
14.	S	Pastinya karena ya itu tadi kalau ada orang yang kalau mau mendengarkan cerita saya itu pasti saya senang ternyata saya tidak sendiri, masih ada teman saya yang bisa menolong saya, dan saya merasakan keknya bukan saya doang mas tapi kebanyakan orang merasa punya tempat cerita bisa dibilang mereka itu lebih enak tidak ada beban gitu	Menggunakan Dukungan Emosional	S.II.II.MDE.14
15.	T	Pernah merasa iri gak dengan keluarga harmonis ?		
16.	S	Pernah mas cuman mungkin itu dulu sih, seiring berjalannya waktu itu seiring tambah dewasa saya biasa dengan keadaan out mas, jadi yauda lah, kalau lihat orang orang yang keluarganya lengkap itu yayauda pasti saya	Menggunakan Dukungan Emosional	S.II.II.MDE.16



		kayak berusaha menghibur diri saya sendiri dengan menanamkan <i>mindset</i> kalau aku dengan keadaan seperti ini aku yang bisa dibilang keluarga yang ga lengkap lah ya broken home tapi saya bisa bertahan sejauh ini bisa berjuang dengan usaha ku sendiri tanpa mengandalkan orang tua gitu		
17.	T	Oke oke kamu bisa mengontrol stress yang kamu alami gak ?		
18.	S	Tentunya ga bisa mas, kalau stress itu banyak pikiran banyak beban yang bisa membuat stress	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.18
19.	T	Maksud saya itu mengontrol yang kalau didalam pikiran itu cape tapi duluar pikiran itu tertawa tawa dihadapan teman teman ?		
20.	S	Oh itu bisa mas, sering bahkan saya bertopeng itu, karena ga enak aja dipikirin terus masalahnya	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.20
21.	T	Hal paling parah apa yang terjadi disaat anda stress ?		
22.	S	Paling ya seperti tadi mas, <i>speedingan</i> dijalan, kebut kebutan, atau gay a minum alcohol	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.22
23.	T	Untuk speeding tadi, hal parah apa yang bisa sampe ngelukain diri sendiri ?		
24.	S	Kecelakaan mas, namanya juga kecepatan tinggi dijalan gitu, saya sudah 2x jatuh mas karena kebut kebutan	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.24
25.	T	Kenapa sampai bisa mencelakan diri sendiri ?		
26.	S	Karena waktu itu mungkin saya masih bisa dikatakan labil emosinya jadi ya gabisa pikir panjang gitu, ya ga ngurus mati aja nabrak ya nanti mentok meninggal gitu mas, nah gitu jadi ga mikir bahayanya	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.26
27.	T	Waktu itu karena saat pikiran down, jadinya tidak bisa berpikiran jernih gitu ya		
28.	S	Iya mas	Memfokuskan Pada Peluapan atau Pelepasan Emosi	S.II.II.MDE.28
29.	T	Apakah kamu punya hobi ?		
30.	S	Hobi saya <i>ngegame</i> sama ngotak ngatik motor gitu, modif motor, makanya saya <i>speddingan</i> ongekan gitu	Pelepasan Mental	S.II.II.PM.30
31.	T	Bagaimana cara kamu buat mengalihkan stress kesesuatu kegiatan ?		
32.	S	Untuk mengalihkan sementara saya mudah banget kayak maen ke anak anak ngopi, nr, kan ya saya tinggal cari info	Pelepasan	S.II.II.PM.32

		waktu saya stress	Mental	
33.	T	Apakah ikut organisasi ?		
34.	S	Ikut mas	Pelepasan Mental	S.II.II.PM.34
35.	T	Sumber masalah apa yang kamu temui didalam organisasi itu ?		
36.	S	Proker yang mbulet sih mas, revisi-revisi terus gitu, lalu proker nya ga kelar-kelar dan pernah waktu mau ngelakuin proker itu, proker nya malah dihentikan padahal sudah setengah jalan terus ujung-ujungnya bikin proker baru	Pelepasan Mental	S.II.II.PM.36
37.	T	Proker apa yang dihentikan ?		
38.	S	Waktu itu proker seminar, sudah sebar pamflet banner tapi tiba-tiba dihentikan karena dananya kurang, waktu itu prodi tidak mencairkan dananya	Pelepasan Mental	S.II.II.PM.38
39.	T	Apakah dengan kesibukan yang dibuat bisa meredakan stress ?		
40.	S	Bisa mas kalo kegiatan itu menyenangkan contohnya nongkrong sama nr itu tadi, kalo kegiatan organisasi malah bikin stress	Pelepasan Mental	S.II.II.PM.40
41.	T	Jika kamu menayangkan suatu tayangan yang memberi inspirasi, apakah bisa mempengaruhi keadaan stress kamu ?		
42.	S	Tayangan seperti apa ya mas ?	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.II.II.RPP.42
43.	T	Seperti motivator atau inspiratory gitu ?		
44.	S	Oh, ga ngaruh sih kalo disaya, karena saya sendiri tidak pernah melihat seperti itu, kalupun pernah liat ya ujung-ujungnya ga membantu karena pikiran lagi buntu ditambah luat begituan ya tetep aja ga bisa masuk idenya	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.II.II.RPP.44
45.	T	Selain itu apa yang bisa mempengaruhi stress kamu ?		
46.	S	Keluarga sih mas yang paling ngaruh, karena stress saya titu tidak hanya dipengaruhi oleh satu orang ya tapi banyak gitulo, orang-orang yang membuat saya sumpek cape gitu, contohnya kalo dirumah ya sapa lagi kalau bukan orang tua dan mbah saya, kadang mbah saya kalo dirumah itu cerewet, pada saat saya lagi ada masalah malah kena omelan itu membuat stress saya bertumpuk gitu	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.II.II.RPP.46
47.	T	Yang meredakan stress kamu ?		
48.	S	Mungkin kalau dari saya itu lingkungan sih mas, orang-orang disekitar saya, karena mereka membantu sekali saat saya sedang stress	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.II.II.RPP.48
49.	T	Apakah ada hikmah dari semua ini yang terjadi ?		

50.	S	Pasti mas, semua yang terjadi pasti ada hikmahnya gitulo, meskipun hal buruk pasti ada hikmahnya, buat pembelajaran saya gitulo mas, buat ngelatih mental saya buat saya kuat kayak istilahnya terbentur tebentur terbentuk gitulo mas haha	Reinterpretasi dan Pertumbuhan yang Positif	S.II.II.RPP.50
51.	T	Wow istilah baru haha.. lalu apa kamu sering menyalahkan diri anda sendiri ketika stress ?		
52.	S	Engga sih karena saya bukan tipe orang yang menyalahkan keadaan saya sendiri gitulo karena semua itu ada sebab akibat karena saya berpikir saya itu sudah melakukan hal terbaik buat diri saya gitu	Menyalahkan Diri Sendiri	S.II.II.MDS.52
53.	T	Apakah kamu juga menyakiti diri sendiri ?		
54.	S	Kalau menyakiti secara langsung secara fisik itu gak sih mas, kayak <i>cutting</i> dilengan nonjok tembok gitu gapernah, mending saya keluar nongkrong atau nr	Menyalahkan Diri Sendiri	S.II.II.MDS.54
55.	T	Bagaimana jika stress yang kamu rasakan tidak ada perubahan ?		
56.	S	Tidak apa apa mas, tetap saya hadapi apapun yang terjadi mau itu tetap stress atau tidak stress, karena bakal ada pembelajaran di setiap masalah ini	Menyalahkan Diri Sendiri	S.II.II.MDS.56
57.	T	Baik baikk yang penting tetap semangat yaa haha meskipun ga full senyum		
58.	S	Iya sih harus itu, menanti kan full senyum juga makanya harus dihadapi	Menyalahkan Diri Sendiri	S.II.II.MDS.58
59.	T	Benerr yauda makasih yaa untuk waktunya		
60.	S	Sama-sama mas		
61.	T	Pamit dulu assalamualaikum		
62.	S	Waalaikumsalam hati-hati mas		

### 3) Pertemuan III

<b>Nama Interview</b>	: I	<b>Nama Interviewer</b>	: Rifty Aditya Rahman
<b>Usia</b>	: 20 tahun	<b>Kode Interviewer</b>	: T
<b>Pekerjaan</b>	: Mahasiswa	<b>Lokasi</b>	: warkop dekat rumah subjek II
<b>Hari interview</b>	: Rabu	<b>Tanggal Interviewer</b>	: 16 Oktober 2022
<b>Kode</b>	: S	<b>Waktu</b>	: 20.00-20.30

Catatan Lapangan	
Tentang Subjek II	I (Subjek II) memiliki postur tubuh yang lumayan tinggi dan berisi, memiliki kulit sawo matang. Saat melakukakn wawancara, subjek menggunakan pakaian polos berwarna hitam serta menggunakan celana pendek berwarna coklat. Subjek duduk di depan

	<i>interviewer</i> , sambil menatap <i>interviewer</i> dengan menjawab pertanyaan dengan santai
Lokasi Wawancara	Warkop dekat rumah subjek II desa jati

No	Kode	Transkrip	Keterangan	Koding
1.	T	Assalamualaikum		
2.	S	Waalaikumsalam mas		
3.	T	Ketemu lagi haha		
4.	S	Iya mas nya lagi		
5.	T	Gapapa kan haha		
6.	S	Gapapa kok mas		
7.	T	Lanjut ?		
8.	S	Boleh		
9.	T	Baikkk, Jika keadaan stress bisakah kamu menerima keadaan tersebut ?		
10.	S	Gimana ya mas mau gamau harus diterima, karena namanya hidup itu harus berjalan jadi ya mau stress atau gak diterima aja dulu dan dihadai menurut saya gitu	Penerimaan	S.II.III.PNM.10
11.	T	Dengan cara yang bagaimana kamu bisa menerima keadaan tersebut ?		
12.	S	Ya tadi itu, awalnya saya akan mencoba buat mencari pelarian pelampiasan, ketika saya mempunyai stress itu tapi lama kelamaan ketika saya sudah mulai jernih pikiran saya, mungkin itu tadi sebisa mungkin saya akan menyelesaikan masalah tersebut agar stress itu segera hilang dan pastinya masalah yang saya hadapi itu bisa dialami oleh orang lain dan pastinya saya gak sendirian	Penerimaan	S.II.III.PNM.12
13.	T	Hal apa yang bisa mempengaruhi kamu untuk bisa menerima keadaan ini ?		
14.	S	Dengan bercermin saja si mas, kan tadi saya bilang ada sebab akibat kan, nah yang masalah dari saya sendiri mungkin saya bisa menerima nya tapi kalau masalah dari orang lain itu kurang bisa menerima, dan pastinya masalah broken home itu bukan saya saja yang merasakan	Penerimaan	S.II.III.PNM.14
15.	T	Apakah kamu pernah berpikir jika kamu tidak berhak mengalami stress		
16.	S	Engga mas, karena saya pikir setiap orang akan merasakan stress dan punya stress nya sendiri sendiri	Penolakan	S.II.III.PNL.16
17.	T	Apakah kamu emosional ketika stress ?		
18.	S	Terkadang mas, ketika kemarin saya terjatuh dari motor yang ke2, yang namanya motor itu sudah kayak barang kesayangan saya sendiri, saya rawat benar benar tapi tiba tiba saya jatuh dan seketika motor itu rusak, disaat itu pikiran saya lagi kacau, mangkel banget loh, disitu saya emosi, disitu motor	Penolakan	S.II.III.PNL.18

		saya sudah rusak sudah pecahh, saya tendeng tendeng lagi malah makin pecah dan rusak motornya, nah itu bisa jadi salah satu contoh emosional nya saya ketika saya stress		
19.	T	Rugi banyak itu haha terus apa dampak dari kamu berpikir dan bersikap seperti itu ?		
20.	S	Pastinya nyesel mas, kalau pikiran sudah tenang itu pastinya nyesal, dari situ saya berpikiran ngapain saya ngelauin itu	Penolakan	S.II.III.PNL.20
21.	T	Karena kalau orang stress pikirannya tidak jernih ya ?		
22.	S	Iya mas bener itu, waktu itu saya tidak berpikiran jernih dan sedang marah	Penolakan	S.II.III.PNL.22
23.	T	Apakah dengan humor bisa mempercepat kestabilan kamu ?		
24.	S	Mungkin bisa dibilang membantu ya, membantu mempercepat kestabilan stress saya	Humor	S.II.III.HMR.24
25.	T	Humor yang bagaimana yang kamu sukai ?		
26.	S	Bebas mas pokoknya yang bisa bikin saya ketawa, say itu orangnya random banyak hal yang bisa saya ketawain, hal receh juga bisa buat saya ketawa	Humor	S.II.III.HMR.26
27.	T	Untuk tontonan film komedi atau <i>stand up comedy</i> gitu bisa membuat ketawa ga ?		
28.	S	Kalau stand up comedy saya jarang liat, yang sering saya liat itu tiktok, scrool tiktok lalu nemu vidio yang <i>im addict a to</i> itu saya bisa ketawa banget mas haha	Humor	S.II.III.HMR.28
29.	T	Ohh yang itu saya tau, lucu banget itu haha		
30.	S	Haha benerr	Humor	S.II.III.HMR.30
31.	T	Lalu pernah ga saat teman kamu bercanda, tapi kamu tidak tertawa karean keadaan lagi stress ?		
32.	S	Pernah, waktu saya lagi cangkruk sama anak anak, tapi tubuh saya di situ tapi pikiran saya kemana mana, jadi waktu itu saya lagi gak focus sama becandaan teman teman, jadi yauda lainnya ketawa saya diam aja	Humor	S.II.III.HMR.32
33.	T	Percayakah kamu kalau mendekatkan diri kepada tuhan bisa meredakan stress ?		
34.	S	Tentunya saya percaya itu mas, karena saya juga bertuhan mas, masih percaya kok	Beralih ke Agama	S.II.III.BKA.34
35.	T	Apakah kamu sering melakukan hal tersebut ?		
36.	S	Jujur dulu sering mas, karena saya berada dilingkungan pondok ya, tapi sejak saya keluar dari pondok terkena faktor pengaruh dari lingkungan luar juga merasa saya sendiri juga jauh dari tuhan gitu dan akhirnya saya memilih melampiaskan stress saya kepada hal hal negative gitu, mungkin bisa dibilang ketika saya merenung gitu ya, saya sempet juga berpikir ya mas, saya berbeda sekali sama yang dulu waktu saya masih dipondok	Beralih ke Agama	S.II.III.BKA.36
37.	T	Apakah yang kamu rasakan saat melakukan hal itu ?		

38.	S	Jujur kalau sekarang, akhir akhir ini saya jarang beribadah mas jadi itu bisa menjadi faktor dari mengapa saya sering stress, karena dulu saya juga waktu dulu dipondok kan bisa dibilang rajin beribadah sholat gaperna bolong , sering berdoa, mengaji, mendekatkan diri kepada Allah itu bisa menenangkan hati saya gitu loh mas, meskipun waktu itu ada beberapa masalah tapi tetap santai bisa dihadapi dengan pikiran jernih	Beralih ke Agama	S.II.III.BKA.38
39.	T	Kamu ngerokok ?		
40.	S	Iya	Penggunaan Zat	S.II.III.PZ.40
41.	T	Berapa bungkus sehari ?		
42.	S	Tergantung keuangan mas, tapi biasanya saya sehari itu sebungkus tapi itu urunan sama teman saya, jadi mungkin bisa dibagi 1 bungkus isi 12 batang, jadinya 6 batang per orang	Penggunaan Zat	S.II.III.BKA.42
43.	T	Apa yang dirasakan saat merokok ?		
44.	S	Tergantung mas saat meroko sendirian dirumah itu biasanya pikiran pikiran yang jahat itu yang mulai bisa membuat <i>overthinking</i> mas kalau merokok sendirian dirumah itu, tapi kalau lagi cangkruk sama teman teman itu karena pingin ngerokok aja	Penggunaan Zat	S.II.III.BKA.44
45.	T	Kamu pemabuk ?		
46.	S	Iya, tapi ga sering mas	Penggunaan Zat	S.II.III.BKA.46
47.	T	Apa yang dirasakan saat mabuk ?		
48.	S	Namanya orang mabuk ya pikiran melayang layang pastinya stress itu ga terpikir lagi mas jadi ya nanti waktu sadar baru kepikiran lagi	Penggunaan Zat	S.II.III.BKA.48
49.	T	Kamu pake narkoba juga ?		
50.	S	Gak mas karena efek buruk dan ketergantungannya yang menyeramkan mas	Penggunaan Zat	S.II.III.BKA.50
51.	T	Alhamdulillah pertanyaannya sudah selesai semua, terimakasih banget ya sudah membantu wawancara ini		
52.	S	Iya mas sama sama		
53.	T	Assalamualaikum		
54.	S	Walaikumsalam		