

***COPING STRATEGY* PENDAKI GUNUNG YANG PERNAH
MENGALAMI PENGALAMAN TRAUMATIK KETIKA MELAKUKAN
PENDAKIAN GUNUNGI; STUDI PENDEKATAN KUALITATIF**

Muhammad Luthfi & Siti Waringah

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk memahami *coping* strategi yang digunakan oleh pendaki gunung yang pernah mengalami kecelakaan di gunung namun sampai saat ini masih aktif melakukan pendakian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif fenomenologi dengan analisis tematik. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penyebab kecelakaan lebih banyak karena faktor dari pendaki. Partisipan penelitian memaknai peristiwa kecelakaan dengan positif. *Coping* yang dilakukan oleh setiap pendaki yang mengalami kecelakaan ketika pendakian berbeda-beda. Hal ini dipengaruhi juga oleh tingkat trauma yang dialami, faktor internal dan eksternal yang dimiliki oleh setiap pendaki. Faktor yang paling berpengaruh bagi para pendaki adalah faktor kepribadian dan dukungan sosial dari teman-teman terdekatnya. Kedua partisipan melakukan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Usia, daya juang, dan penerimaan diri terhadap peristiwa menjadi faktor besar untuk melakukan coping hingga dapat resilien.

Kata kunci: *coping*, kecelakaan pendakian, pendaki

***COPING STRATEGY ON MOUNTAIN CLIMBERS WHO HAD BEEN
TROUGH TRAUMATIC EXPERIENCES ON MOUNTAIN CLIMBING;
QUALITATIVE STUDY APPROACH***

Muhammad Luthfi & Siti Waringah

Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstract

The aim of this study was to understand the coping strategies used by climbers who had experienced accidents on the mountain but are still actively climbing. This research used phenomenological qualitative method, with thematic analysis. The results of this study indicated that the cause of accidents is more due to the factors of the climbers. Two participants made positive interpretations of the events they experienced. Coping strategies used by each climbers is also influenced by the level of traumatic experience, internal and external factors that each climbers had. Factors that influence the most for the climbers are personality factors and social support from their closest friends. The two participants did problem focused coping and emotion focused coping by climbing again, accepting the reality, and choosing to avoid things that were considered as a stressors. Age, willpower, and self-acceptance of events are big factors for coping so that they can be resilient.

Keyword: climbers, climbing accident, coping