

## **ABSTRAK**

*Coping stress* adalah upaya kognitif dan perilaku seseorang yang terus berubah untuk mengelola tuntutan eksternal dan internal dan memecahkan/mengatasi masalah kehidupan yang dinilai sebagai beban atau melebihi sumber daya orang tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dan memahami *coping stress* pada karyawan hamil trimester pertama yang mengalami *morning sickness*. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak tiga orang dengan karakteristik partisipan yaitu kehamilan pertama, hamil trimester pertama, bekerja, dan berusia 20-30 tahun, serta diluar partisipan utama melibatkan juga tiga orang informan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan wawancara semi terstruktur dan observasi. Metode analisis data yang digunakan yaitu metode analisis data yang dikemukakan oleh Colaizzi. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat banyak cara untuk melakukan *coping stress* yang dapat dilakukan oleh wanita hamil bekerja yang mengalami *morning sickness*. Hal ini dapat dilihat dari perilaku-perilaku yang muncul untuk melakukan *coping stress* yang dialami oleh wanita hamil bekerja yang mengalami *morning sickness*.

***Kata kunci:*** *Coping stress, Morning sickness, Wanita hamil bekerja*

## ***ABSTRACT***

Coping stress is a cognitive effort and behavior of someone who is constantly changing to manage external and internal demands and solve life problems that are valued as a burden or exceeding that person's resources/ability. This study aims to uncover and understand coping stress by working pregnant women who experience morning sickness. The participants in this study were three people with the characteristics of participants namely first pregnancy, first trimester pregnant, working, and aged 20-30 years, and outside the main participants involved also three informants. The method of data collection in this study was semi-structured interviews and observations. Data analysis method used is a method of data analysis proposed by Colaizzi. The results of this study show that there are many ways to do coping stress that can be done by working pregnant women who experience morning sickness. This can be seen from the behaviors that appear to do coping stress experienced by working pregnant women who experience morning sickness.

***Keywords:*** *Coping stress, Morning sickness, Pregnant woman works.*