**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *PROBLEM FOCUSED-COPING* PADA PEDAGANG SUNMOR PASCA RELOKASI**

**RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND PROBLEM FOCUSED COPING IN POST RELOCATION *SUNMOR* TRADERS**

**Dhuwiek Ayu Lestari**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[meinelilbroche@gmail.com](mailto:meinelilbroche@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan *problem focused coping* pada pedagang sunmor pasca relokasi. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan *problem focused coping* pada pedagang sunmor pasca relokasi. Subyek dalam penelitian ini adalah anggota paguyuban pedagang Sunmor yang memiliki KTA (kartu tanda anggota). Subyek penelitian sebanyak 60 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi dan skala *problem focused coping*. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis product moment. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar ( rxy )= 0,688 (p<0,01). Hal ini menunjukan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan *problem focused coping* pada pedagang Sunmor. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan koefisien determinasi (R2) sebesar 0,473. Hal ini menunjukan bahwa sumbangan resiliensi terhadap *problem-focused coping* sebesar 47,33% sedangkan 52,67% dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci**: Resiliensi, *Problem-Focused Coping*, Pedagang

***Abstract***

*This study aims to determine the relationship between resilience and problem focused coping on post-relocation sunmor traders. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between resilience and problem focused coping on post-relocation sunmor traders. The subjects in this study were Sunmor merchant community members who had KTA (membership cards). The research subjects were 60 people. Data collection is done by using a scale of resilience and the scale of problem focused coping. The data analysis method used is product moment analysis. Based on the results of the analysis, obtained a correlation coefficient of (rxy) = 0.688 (p <0.01). This shows that there is a very significant positive relationship between resilience and problem focused coping on Sunmor traders. Acceptance of the hypothesis in this study shows the coefficient of determination (R2) of 0.473. This shows that the contribution of resilience to problem-focused coping is 47.33% while 52.67% is influenced by other factors.*

***Keywords****: resilience, problem-focused coping, the trader*

**PENDAHULUAN**

Sunmor adalah pasar kaget yang berlokasi di kawasan UGM dan beroperasi pada hari minggu mulai pukul 06.00 – 12.00. Pasar kaget Sunmor UGM ini berlangsung dari pukul 06.00 – 12.00. Lapak-lapak untuk berdagang biasanya telah dipersiapkan mulai sejak subuh. Para pedagang di Sunmor UGM terdiri dari dua jenis, yaitu: pedagang yang memiliki KTA (kartu tanda anggota) adalah pedagang tetap yang menjadi anggota paguyuban dan pedagang insidentil. Pedagang insidentil adalah pedagang tidak tetap, pedagang insidentil bukan anggota paguyuban Sunmor UGM.

Eksistensi pasar kaget tidak ada jaminannya, alasannya setiap saat pemda/kampus memiliki kebijakan berbeda dari hari ke hari sehingga tidak ada jaminan bisa berjualan disuatu tempat seumur hidup. Hal demikian terjadi juga pada pasar kaget Sunmor UGM, karena adanya permasalahan dengan pihak kampus maka sejak tanggal 9 januari 2017 Pasar kaget Sunmor UGM dipindahkan/ bergeser ke jalan kali Malang catur Tunggal Sleman. Di tempat baru tersebut pedagang tidak mendapatkan hasil yang maksimal, disamping karena lokasinya berbeda dari yang biasa sehingga para pelanggan tidak datang membeli dagangannya. Hal tersebut juga disebabkan karena lokasi baru tersebut lebih panas dibandingkan dengan lokasi lama yang lebih sejuk dan rindang. Adapun keluhan para pedagang di lokasi yang baru sebagai berikut:

1. Area bejualan yang terlalu panjang sehingga pembeli jarang mengunjungi para pedagang yang letaknya jauh di utara, begitu juga sebaliknya.
2. Kondisi yang terik menyebabkan pembeli tidak nyaman dan enggan berlama-lama untuk memilih barang. Seringnya pengunjung hanya sekedar lewat dan melihat-lihat saja.
3. Persaingan diantara pedagangpun tidak kalah sengit, mulai dari harga produk, produk yang sama dengan pedagang lain yang posisi letak lapaknya berdekatan (hal tersebut kerap terjadi karena pengundian pembagian lapak pedagang tidak berdasarkan jenis barang dagangan melainkan berdasar abjad nama).

Berada dalam situasi yang penuh dengan permasalahan bukanlah hal yang menyenangkan, karena masalah akan mendatangkan rasa tidak nyaman dan menimbulkan tekanan. Dalam situasi yang menekan seperti ini, pedagang akan bereaksi dengan berusaha mencari suatu strategi tindakan yang bertujuan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Penyelesaian masalah dilakukan dengan jalan mengurangi efek negatif dari situasi yang menekan dan mengendalikan perasaan. Usaha – usaha yang dilakukan ini disebut *coping*.

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 1998) coping adalah proses dimana orang berusaha untuk mengolah kesenjangan yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang mereka nilai dalam situasi stress. Lazarus dan Folkman (1988) mengklasifikasikan *coping* menjadi dua, yaitu: *avoidance coping* atau disebut juga dengan *emotional-focused coping* (EFC) dan approach coping yang juga dikenal dengan *problem-focused coping* (PFC). Lebih jelas Lazarus dan Folkman (1988) mengemukakan bahwa reaksi individu dengan EFC hanyalah meredakan emosi yang ditimbulkan oleh sumber-sumber stres (*stressor*). Coping ini ditandai dengan represi, proyeksi, mengingkari, dan cara-cara meminimalkan ancaman.

Dalam EFC, individu mengubah atau mengendalikan respon emosional yang membawa stress melalui pendekatan perilaku dan kognitif, misalnya menyangkal keadaan, melemaskan badan, mendapatkan dukungan, atau memperoleh makna hidup (Sarafino, 1998). Coping dengan cara ini hanya memiliki efek yang bersifat sementara, artinya masalah yang sesungguhnya belum terselesaikan. Individu cenderung menggunakan EFC ketika yakin bahwa tidak ada hal yang dapat dilakukan untuk mengubah situasi yang menekan (Lazarus dan Folkman, dalam Sarafino, 1998).

Hasil penelitian membuktikan bahwa individu menggunakan PFC dan EFC untuk mengatasi berbagai masalah dalam ruang lingkup kehidupan sehari-hari yang dapat menyebabkan stress (Folkman dan& Lazarus, 1988; Stone & Neale, 1984). Dalam penelitian ini yang ingin diteliti adalah *problem-focused coping* (PFC), karena permasalahan yang dihadapi pedagang sunmor UGM harus segera diselesaikan agar pedagang tetap mendapatkan hasil jualan yang maksimal, sehingga kebutuhan hidupnya dapat terpenuhi.

*Problem-focused coping* adalah usaha untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan mengubah atau menguasai stimulus yang membawa stress (Lazarus, dalam Mu’tadin,2000). Pandangan yang sama dengan Lazarus, Sarafino (1998), menyatakan bahwa reaksi individu dalam PFC adalah berusaha menyelesaikan masalah yang dihadapi. Individu yang cenderung menggunakan PFC mempunyai sifat analitis logis, mencari informasi, berusaha untuk memecahkan masalah, dan penyesuaian yang positif (Lazarus dan Folkman, 1988).

Dengan adanya permasalahan yang muncul ditempat relokasi yang baru, pedagang pasar kaget Sunmor UGM dituntut untuk berjuang ekstra keras agar dagangannya tetap diminati dan dibeli oleh pengunjung/pembeli, sehingga pedagang tetap dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Sarafino (1998), menyatakan bahwa reaksi individu dalam PFC adalah berusaha menyelesaikan masalah yang dihadapi. Pedagang sunmor yang mengalami masalah penurunan omset penjualan akan berjuang agar daganganya tetap diminati dan dibeli oleh pengunjung sunmor. Pedagang sunmor yang cenderung menggunakan *problem focused coping* dalam mengatasi masalah yang dialaminya cenderung untuk lebih terfokus terhadap masalah yang dihadapinya dan berusaha untuk mencari berbagai cara untuk memecahkan masalah yang dialaminya. Seorang pedagang yang menggunakan *problem focused coping* akan mencari alternatif-alternatif pemecahan masalah agar omset penjualan kembali meningkat sehingga dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Seperti membuat inovasi-inovasi pada produknya, membuat stand/lapaknya menarik, memakai tenda agar pengunjung tidak kepanasan dan betah berlama-lama di lapaknya, tapi pada kenyataannya tidak semua pedagang mampu dan mau melakukan hal itu

Guna memperdalam fakta yang ada, dilakukan wawancara oleh peneliti pada tanggal 4 november 2018 pada 10 pedagang Sunmor yang memiliki kartu anggota paguyuban. Melalui aspek pertama yaitu kehati-hatian, ditemukan 6 pedagang yang tidak berfikir panjang dalam mengambil keputusan, sehingga mengambil keputusan secara tergesa-gesa, walaupun setelah itu pedagang sering menyesali keputusan yang telah diambil. Pada aspek kedua yaitu instrument, ditemukan 5 orang pedagang yang belum merencanakan langkah-langkah yang akan dilakukan sebelum menyelesaikan suatau masalah di lapak, bahkan pedagang tidak memiliki rencana apapun dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Pada aspek ketiga yaitu negosiasi, ditemukan 8 orang yang tidak suka berkompromi dengan orang lain untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Pedagang cenderung teguh dengan pikiran mereka sendiri. Berdasarkan wawancara di atas terdapat 8 pedagang yang memiliki masalah pada *problem-focused coping* (PFC).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pemilihan strategi *coping* menurut Lazarus dan Folkman (1988) antara lain: kepribadian, jenis kelamin, dukungan sosial, tingkat kecemasan, keterampilan sosial, penilaian terhadap situasi, pendidikan dan keterampilan memecahkan masalah.

Ketika mengatasi kesulitaan hidup, individu menggunakan bermacam-macam pilihan. Ada pribadi yang memilih opsi negatif, seperti halnya menjadi pesimis, frustasi, atau putus asa sehingga melakukan hal-hal yang merugikan. Berbanding terbalik dengan fenomena tersebut, di sisi lain ada juga pribadi yang berusaha dengan sekuat tenaga untuk bangkit dan menghadapi kesulitan hidup dengan sikap positif, bahkan mampu mengatasi kesulitan dan mengubahnya menjadi sesuatu yang positif. Pribadi yang seperti ini dikatakan pribadi yang memiliki resiliensi. Berdasarkan uraian di atas penulis menduga bahwa salah satu upaya yang dianggap dapat meningkatkan *problem-focused coping* adalah faktor pribadi yang resilien. Resiliensi sangat dibutuhkan oleh pedagang agar dapat bertahan ketika menghadapi kondisi yang tidak menguntungkan dan mengancam keberlangsungan mata pencaharian, selain itu resiliensi juga sangat dubutuhkan oleh pedagang agar dapat bersaing dengan sesama pedagang di era persaingan yang semakin kompetitif. Hal tersebut didukukung oleh Reivich & Shatte (2002) Individu yang resilien tidak terlalu fokus pada faktor-faktor yang berada diluar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan. Hal senada juga disampaikan oleh Sunaryo (dalam BHP UMY) bahwa resiliensi sangat dibutuhkan oleh pedagang untuk menjadi seorang pengusaha yang sukses, karena berdagang atau bisnis itu mengelola ketidakpastian.

Bonanno (dalam Weissbecker, dkk, 2008) menyebutkan bahwa pribadi yang resilien adalah pribadi yang mampu untuk mempertahankan tingkat fisik dan emosi psikologis ketika tidak terlindungi dari peristiwa yang sangat mengacaukan. Sementara Rini (2010) menyatakan bahwa emosi psikologis yang tersalur secara positif tidak sekedar membantu menenangkan pikiran, meredakan ketegangan, dan menurunkan stress. Hal ini justru dapat membantu otak membuka kebuntuan–kebuntuan alternatif. Ketika emosi disalurkan dan dikelola secara positif, otak tetap dapat aktif bekerja sehingga sering kita menemukan jawaban atas pertanyaan diri, menemukan *insight* atas permasalahan, melihat makna dan tujuan, bahkan melihat beberapa alternatif jalan keluar serta mencoba memecahkan masalahnya *(problem-focused coping)*.

Pedagang dengan resiliensi tinggi memiliki kemampuan adaptasi yang baik serta dapat mempertahankan kestabilan psikologis ketika menghadapi *stressor*, sehingga lebih dapat berpikir jernih tentang usaha pemecahan masalah. Berpijak pada uraian di atas, peneliti berniat meneliti mengenai adakah hubungan antara resiliensi dengan *problem-focused coping* pada pedagang Sunmor UGM pasca relokasi.

**METODE**

Subyek dalam penelitian ini adalah anggota paguyuban pedagang Sunmor yang memiliki KTA (kartu tanda anggota). Adapun jumlah subyek dalam penelitian ini sebanyak 60 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala resiliensi dan skala *problem focused coping*. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis product moment. Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap data penelitian, diperoleh deskripsi statistik pada masing-masing variabel. Data subjek secara hipotetik untuk skala *problem-focused coping* (PFC) diperoleh skor terendah 23 dan skor tertinggi 92. Rerata hipotetik (23 + 92) : 2 = 57,5 dengan standar deviasi (92 - 23) : = 11,5. Data empirik dari skala *problem-focused coping* (PFC) diperoleh skor terendah 57 dan skor tertinggi 81 dengan rerata empirik 71,783 dan standar deviasi sebesar 5,822. Hasil dari perhitungan data hipotetik Skala Resiliensi diperoleh skor terendah 50 dan skor tertinggi 200, dengan rerata hipotetik sebesar 125 dan standar deviasi sebesar 25. Data empirik dari skala Resiliensi menunjukan data empirik dengan skor terendah 129 dan skor tertinggi 197. Rerata empirik yang diperoleh yaitu 155,766 dan standar deviasi sebesar 14,719.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar ( rxy )= 0,688 (p<0,01). Hal ini menunjukan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan *problem focused coping* pada pedagang Sunmor. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukan koefisien determinasi (R2) sebesar 0,473. Hal ini menunjukan bahwa sumbangan resiliensi terhadap *problem-focused coping* sebesar 47,33% sedangkan 52,67% dipengaruhi oleh faktor lain.

Hasil kategorisasi skor menunjukan bahwa sebagian besar subjek memiliki resiliensi dalam kategori sedang, bahkan 4 orang (6,7%) subjek menunjukan resiliensi dalam kategori tinggi. Resiliensi yang dimiliki oleh subjek dalam penelitian ini terbukti berhubungan dengan *problem-focused coping* yang berada dalam kategori sedang pula. Hasil kategori menunjukan bahwa terdapat cukup banyak subjek yang memiliki tingkat *problem-focused coping* tinggi, yakni sebanyak 38 orang (63,3%). Hal ini menunjukan bahwa secara umum subjek mampu meregulasi emosi, mengontrol impuls, menganalisis penyebab masalah, yakin pada kemampuan diri sendiri, bersikap optimis, berempati, dan meningkatkan aspek positif, sesuai dengan pendapat Reivich dan Shatte (2002) sehingga subjekpun cenderung menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan pada hasil kategorisasi skor menunjukan bahwa subjek mampu mengendalikan emosi agar tetap tenang ketika tekanan muncul dari dalam diri. Subjek yang dapat mengontrol emosinya tidak mudah merasa cemas, sedih, ataupun marah ketika berada di bawah tekanan sehingga tetap dapat fokus pada tujuan (Reivich dan Shatte, 2002). Sehingga dapat dinyatakan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan *problem-focused coping* pada pedagang Sunmor. Artinya semakin tinggi resiliensi, pedagang Sunmor cenderung menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah.

**DAFTAR PUSTAKA**

BHP UMY. (2017). Pengusaha hebat perlu miliki daya juang yang tinggi. Diakses 12 Desember 2018 dari <http://www.umy.ac.id/pengusaha-hebat-perlu-miliki-daya-juang-yang-tinggi.html>.

Lazarus, R.S., dan Folkman, J.S. 1988. Coping as a Mediator of Emotion. *Journal Personality and Social Pshicology*. Vol 14 (3), 336-475.

Mu’tadin, Z. 2002. Strategi Coping. Diakses pada situs [WWW.e-psikologi.com](http://WWW.e-psikologi.com) pada tanggal 26 Maret 2017.

Reivich, K. & Shatte, A. 2002. *The Resilience Factors: 7 Skills for Overcoming Life’s Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.

Rini, J.F. 2010. Remaja Mencari Solusi. Diakses pada situs [www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com) pada tanggal 20 November 2018.

Sarafino, E.P. 1998. *Health Psychology*. Singapore: John wiley and Sohus Inc.

Stone, A.A. dan Neale, J.M. 1984. New Measure of Daily Coping Development and Preliminary result. *Journal Personality and Social Pshycology*. Vol. 46 (4);892-906.

Weissbecker. 2008. Psychological and Psychological Correlates of Stress in Children Exposed to Disaster: Current Research and Recommendations for Intervention. *Children, Youth and Environtments* 18 (1), 30-70.