

## **KOPING RELIGIUS PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN**

**Studi pada Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap**

**Sulawesi Selatan**



**STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
TESIS**

Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga

untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh

**Gelar Master of Arts (M.A.)**

**Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies**

**Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam**

**YOGYAKARTA**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	:	Farid Abdul Ghofur, S.Sos
NIM	:	22200011041
Jenjang	:	Magister
Program Studi	:	Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi	:	Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 16 Mei 2024

Saya yang menyatakan,


**Farid Abdul Ghofur, S.Sos**

NIM: 22200011041

## **PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Farid Abdul Ghofur, S.Sos  
NIM : 22200011041  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 16 Mei 2024

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Saya yang menyatakan,



Farid Abdul Ghofur, S.Sos

NIM: 22200011041



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-591/Un.02/DPPs/PP.00.9/07/2024

Tugas Akhir dengan judul : KOPING RELIGIUS PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN  
(Studi pada Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap Sulawesi Selatan)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FARID ABDUL GHOFUR, S.Sos  
Nomor Induk Mahasiswa : 22200011041  
Telah diujikan pada : Kamis, 06 Juni 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**

Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Nina Mariani Noor, S.S., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 669169a470e2c

Penguji II

Dr. Roma Ulinsuha, S.S., M.Hum.  
SIGNED

Valid ID: 669169a470e33

Penguji III

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.  
SIGNED

Valid ID: 669169a470e34

Yogyakarta, 06 Juni 2024

UIN Sunan Kalijaga  
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.  
SIGNED

Valid ID: 669169a470e3a6



*Pembimbing NOTA DINAS PEMBIMBING*

Kepada YTH,

Direktur Pascasarjana

UIN Sunan Kalijaga

Yogyakarta

*Assalamu`alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:  
**KOPING RELIGIUS PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN (Studi pada Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap Sulawesi Selatan)**  
Yang ditulis oleh:

Nama : Farid Abdul Ghofur, S.Sos  
NIM : 22200011041  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 16 Mei 2024

Pembimbing,



**Dr. Roma Ulinnuha, S.S.,M.Hum.**

NIP. 19740904 200604 1 002

## ABSTRAK

Penelitian ini didasari oleh masalah empiris para perantau yang berprofesi sebagai pedagang kaki lima, sedang mengalami gejala tekanan atau stres. Stres ini timbul karena adanya stimulus yang berat dan berkelanjutan sehingga individu tidak memiliki kendali atas cara mengelolanya. Tekanan atau stres para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, merupakan fenomena yang memerlukan respons khusus. Proses menghadapi tekanan atau stres pada individu biasanya disebut coping. Penelitian ini mengeksplorasi coping religius pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif atas fenomena yang dirasakan para informan, untuk memahami bagaimana pedagang kaki lima perantauan mengatasi stresor melalui praktik-praktik religius. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 10 informan pedagang kaki lima perantauan, dengan kriteria 5 informan yang sudah berkeluarga dan 5 informan yang masih bujang (belum berkeluarga). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: *pertama*, kegiatan Mauidhoh Hasanah berfungsi sebagai tindakan preventif yang nyata untuk membantu para informan menghadapi masalah seperti stres. *Kedua*, stres yang dialami para informan disebabkan oleh faktor internal (seperti dilema jodoh) dan faktor eksternal (seperti pasang surut jumlah konsumen, tindakan anarkis, serta fluktuasi harga bahan pokok). Coping yang dilakukan oleh para informan cenderung berfokus pada masalah (seperti memahami situasi dan kondisi, melawan tindakan anarkis, serta melakukan evaluasi). *Ketiga*, terdapat bentuk coping religius yang dilakukan oleh para informan ketika mengalami tekanan atau stres, seperti sabar, tawakkal, doa, dzikir, dan rasa syukur. Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai menjadi faktor terbesar yang mempengaruhi para informan dalam menggunakan coping religius. *Keempat*, peneliti tertarik mengimplikasikan hasil penelitian ini ke dalam kegiatan Bimbingan dan Konseling, yakni layanan Konseling Kelompok yang bernuansa religius.

Kata Kunci: Stres, Pedagang Kaki Lima, Coping Religius

## PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

### A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba`	B	Be
ت	Ta`	T	Te
ث	Sa`	S	Es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha`	H	Ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha`	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Dzal	Z	Zet (dengan titik diatas)
ر	Ra`	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan ye
ص	Sad	Sh	Es (dengan titik dibawah)
ض	Dad	D	De (dengan titik dibawah)
ط	Ta`	T	Te (dengan titik dibawah)
ظ	Dza`	Z	Zet (dengan titik dibawah)
ع	ain	^	Koma terbalik diatas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa`		Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	W
ه	Ha`	H	Ha

ء ي	Hamzah Ya`	“ Y	Apostrof Ye
--------	---------------	--------	----------------

### B. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* ditulis Rangkap

مُتَعَدِّدَة عَدَّة	Ditulis Ditulis	<i>Muta`addidah</i> <i>`iddah</i>
------------------------	--------------------	--------------------------------------

### C. *Ta`marbutah*

Semua *ta`marbutah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata aslinya.

حَكْمَة عَلَّة كَرَامَةُ الْأُولَيَاءُ	Ditulis Ditulis Ditulis	<i>Hikmah</i> <i>`illah</i> <i>Karamah al-auliya`</i>
--	-------------------------------	---

### D. Vokal Pendek dan Penerangannya

ُ ُ ُ	Fathah Kasrah dummah	Ditulis Ditulis Ditulis	A I U
-------------	----------------------------	-------------------------------	-------------

فَعَلْ ذُكْرٌ بَذْهَبٌ	Fathah Kasrah dummah	Ditulis Ditulis Ditulis	<i>Fa`ala</i> <i>Zukira</i> <i>Yazhabu</i>
------------------------------	----------------------------	-------------------------------	--

### E. Vokal Panjang

1. Fathah + alif جَاهِلَيَّةٌ	Ditulis	A
2. Fathah + ya` mati تَسْسِيٌّ	Ditulis	Jahiliyyah
3. Kasrah + ya` mati كَرِيمٌ	Ditulis	A
4. Dammah + wawu mati فَرْوَضٌ	Ditulis	Tansa
	Ditulis	I
	Ditulis	Karim
	Ditulis	U
	Ditulis	Furud

### F. Vokal Rangkap

1. Fathah + ya` mati بَيْنَكُمْ	Ditulis	Ai
2. Fathah + wawu mati قَوْلٌ	Ditulis	Bainakum
	Ditulis	Au
	Ditulis	qoul

### G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ أُعْدَتْ لَنْشَكْرَتُمْ	Ditulis	A`antum
	Ditulis	U`iddat
	Ditulis	La`in syakartum

### H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf *Qamariyyah* maka ditulis dengan menggunakan huruf awal “al”

الْقُرْآنُ الْقِيَاسُ	Ditulis	Al-Qur`an
	Ditulis	Al-Qiyas

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis sesuai dengan huruf pertama

*Syamsiyyah* tersebut.

السماء الشمس	Ditulis Ditulis	<i>As-Sama`</i> <i>Asy-Syams</i>
-----------------	--------------------	-------------------------------------

## I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

ذوي الفروض أهل السنة	Ditulis Ditulis	<i>Zawi al-furud</i> <i>Ahl as-sunnah</i>
-------------------------	--------------------	--



## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, segala puji kepada Allah SWT., karena tesis ini hanya bisa selesai semata karena rahmat, ridho dan kasih-nya.

Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW. yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, tesis ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. Prof. Dr.Phil. H. Al Makin, S.Ag., M.A. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi semua mahasiswa khususnya diri saya pribadi untuk belajar di kampus terbaik tersebut.
2. Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag. selaku Direktur Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA. selaku Ketua Program Studi Interdisiplinary Islamic Studies Magister UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Dr. Roma Ulinnuha, S.S.,M.Hum. selaku Dosen Pembimbing dalam penyusunan tesis ini yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing peneliti hingga tesis ini selesai.
5. Seluruh dosen pengajar di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah mendukung dan menyemangati serta memberikan bekal keilmuan yang bermanfaat bagi semua mahasiswanya.

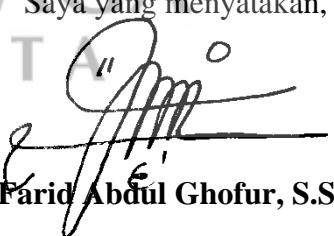
6. Kedua orang tua peneliti yakni Bapak Khoirun Na'im dan Ibu Siti Nur Jannah, saudara kandung peneliti Muhammad Syarif Hidayat dan juga keluarga besar peneliti yang telah meluangkan waktunya untuk menyemangati peneliti hingga peneliti bisa menyelesaikan tesis.
7. Semua pihak yang terkait secara langsung maupun tidak langsung, yang telah menjadi suport sistem peneliti.
8. Dan kawan-kawan seperjuangan di Yogyakarta yang sudah seperti keluarga, yang telah memberikan keluangan waktunya untuk curhat, shering, diskusi dan selebihnya.

Tidak ada jasa yang dapat diberikan oleh penulis kecuali hanya do'a kepada Allah yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih, semoga kebaikan beliau semua mendapat balasan darinya. Tiada gading yang tak retak, tiada manusia yang sempurna. Demikian juga dengan tesis ini, tentunya masih ada banyak kekurangan. Atas segala kehilafan dalam penulisan tesis ini penulis mohon maaf sebagai insan yang dho`if dan semoga bermanfaat bagi pembaca.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 16 Mei 2024

Saya yang menyatakan,



Farid Abdul Ghofur, S.Sos

NIM: 22200011041

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini dipersembahkan untuk;

**Yang pertama, Keluarga besar saya khususnya kedua orang tua dan adek  
saya yang sangat saya sayangi dan cintai. Yang kedua, untuk para pedagang  
kaki lima perantauan dimanapun ia berada khususnya di Kecamatan Dua  
Pitue, Kabupaten Sidrap Sulawesi Selatan. Yang ketiga, Almamater tercinta  
saya Pondok Pesatren Darussalam Blokagung Banyuwangi. Kemudian yang  
terakhir untuk Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies Konsentrasi  
Bimbingan dan Konseling Islam Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga**

Yogyakarta.



## MOTTO

قالَ رَسُولُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَوْ أَنَّكُمْ تَتَوَكَّلُونَ عَلَى اللَّهِ حَقَّ تَوْكِلِهِ لَرَزْقُكُمْ كَمَا يَرْزُقُ

الطَّيْرُ تَغْدُو خَمَاصًا وَتَرُوْخُ بِطَانًا

Artinya: “Seandainya kalian betul-betul bertawakkal kepada Allah, sungguh Allah akan memberikan kalian rezeki sebagaimana burung mendapatkan rezki. Burung tersebut pergi pada pagi hari dalam keadaan lapar, dan kembali sore harinya dalam keadaan kenyang ”.

(HR. Imam Ahmad, At-Tirmidzi, Al-Hakim, Ibnu Hibban, dan Al-Mubarak dari Umar bin Khattab)



## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....</b>	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>x</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I: PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	12
D. Kajian Pustaka.....	13
E. Kerangka Teoritis.....	19
1. Stres .....	19
2. Koping.....	22
3. Koping Religius.....	30
F. Metode Penelitian.....	48
G. Sistematika Pembahasan .....	58

<b>BAB II: ORGANISASI KERUKUNAN KELUARGA JAWA CINTA DAMAI</b>	
<b>SEBAGAI WADAH PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN.....</b>	<b>60</b>
A. Gambaran Umum Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap Sulawesi Selatan .....	61
B. Tindakan Preventif Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai dalam Mengatasi Tekanan/Stres .....	67
<b>BAB III: STRES DAN KOPING YANG MENGIRINGI PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN .....</b>	<b>70</b>
A. Stresor yang dialami Pedagang Kaki Lima Perantauan .....	70
B. Koping yang dilakukan Pedagang Kaki Lima Perantauan.....	79
C. Diskusi Tentang Stresor dan Koping Pedagang Kaki Lima Perantauan....	93
1. Stresor yang dialami Pedagang Kaki Lima Perantauan .....	93
2. Koping yang dilakukan Pedagang Kaki Lima Perantauan.....	96
<b>BAB IV: GAMBARAN KOPING RELIGIUS PEDAGANG KAKI LIMA PERANTAUAN SERTA IMPLIKASI HASIL PENELITIAN TERHADAP BIMBINGAN DAN KONSELIG ISLAM.....</b>	<b>106</b>
A. Koping Religius yang dilakukan Pedagang Kaki Lima Perantauan .....	106
B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pedagang Kaki Lima Perantauan Menggunakan Koping Religius.....	111
C. Diskusi Tentang Koping Religius Pedagang Kaki Lima Perantauan dan Implikasi Hasil Penelitian Terhadap Bimbingan dan Konseling Islam.....	119

1. Bentuk, strategi dan jenis coping religius yang dilakukan pedagang kaki lima perantauan .....	119
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pedagang kaki lima perantauan menggunakan coping religius .....	123
3. Implikasi hasil penelitian terhadap Bimbingan dan Konseling Islam .....	125
<b>BAB V: PENUTUP .....</b>	<b>128</b>
A. Kesimpulan .....	128
B. Saran.....	132
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>133</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>136</b>
A. Surat Berita Acara .....	136
B. Surat Permohonan dan Kesediaan Menjadi Pembimbing Tesis.....	138
C. Surat Kontrak Bimbingan Tesis .....	140
D. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	141
E. Kartu Bimbingan Tesis.....	142
F. Lembar Kemajuan Tesis.....	143
G. Surat Permohonan Menjadi Informan .....	144
H. Lembar Persetujuan Menjadi Informan.....	145
I. Dokumentasi Bersama Informan Terkait .....	155
J. Dokumentasi Kegiatan Informan .....	156
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>158</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1: Jumlah usaha non-pertanian hasil pendaftaran usaha Sensus Ekonomi 2016 (SE2016) oleh Badan Pusat Statistik (BPS) .....	6
Tabel 2: Data Informan yang akan diteliti .....	50
Tabel 3: Data dan Sumber Data .....	54
Tabel 6: Koping yang dilakukan Informan KN .....	79
Tabel 7: Koping yang dilakukan Informan SI.....	81
Tabel 8: Koping yang dilakukan Informan NJ.....	82
Tabel 9: Koping yang dilakukan Informan KH .....	83
Tabel 10: Koping yang dilakukan Informan YD .....	85
Tabel 11: Koping yang dilakukan Informan JB .....	86
Tabel 12: Koping yang dilakukan Informan KR.....	87
Tabel 13: Koping yang dilakukan Informan FZ .....	88
Tabel 14: Koping yang dilakukan Informan MA.....	90
Tabel 15: Koping yang dilakukan Informan FS.....	92
Tabel 16: Bentuk <i>Stresor</i> Internal Informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS.....	94
Tabel 16: Bentuk <i>Stresor</i> Eksternal Informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS .....	94
Tabel 17: Identifikasi dan Jenis Koping Informan KN.....	98
Tabel 18: Identifikasi dan Jenis Koping Informan SI.....	98
Tabel 19: Identifikasi dan Jenis Koping Informan NJ .....	99
Tabel 20: Identifikasi dan Jenis Koping Informan KH.....	100

Tabel 21: Identifikasi dan Jenis Koping Informan YD .....	100
Tabel 22: Identifikasi dan Jenis Koping Informan JB .....	101
Tabel 23: Identifikasi dan Jenis Koping Informan KR .....	101
Tabel 24: Identifikasi dan Jenis Koping Informan FZ.....	102
Tabel 25: Identifikasi dan Jenis Koping Informan MA .....	103
Tabel 26: Identifikasi dan Jenis Koping Informan FS .....	103
Tabel 26: Bentuk, Strategi dan Jenis Koping Religius 10 informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS) .....	120
Tabel 29: Faktor-faktor yang Mempengaruhi 10 informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS) Menggunakan Koping Religius .....	123



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Dalam kehidupan yang semakin kompleks, setiap individu memiliki cara sendiri untuk menciptakan dan mencapai kebahagiaan. Sumber daya manusia yang berkualitas diperlukan untuk mencapai keberhasilan secara optimal dengan meningkatkan produktivitas, yang pada akhirnya bertujuan mencapai kebahagiaan. Salah satu cara untuk mencapai kebahagiaan hidup adalah dengan bekerja di sektor informal. Peran sektor informal sangat penting dalam perekonomian perkotaan karena mendukung penciptaan lapangan kerja dan menjadi sumber pendapatan potensial bagi daerah setempat<sup>1</sup>.

Sektor informal juga dikenal sebagai ekonomi bayangan karena seluruh kegiatannya tidak tercatat dalam statistik resmi pemerintah, sehingga tidak terjangkau oleh peraturan dan pajak negara. Pedagang kaki lima, tukang ojek, dan warung kecil adalah contoh nyata dari sektor usaha informal yang tersebar luas di berbagai daerah di Indonesia<sup>2</sup>.

Istilah sektor informal pertama kali diperkenalkan oleh Keith Hart, seorang antropolog Inggris, pada tahun 1973 melalui tulisannya yang berjudul *Informal Income Opportunities and Urban Employment in Ghana*. Dalam

---

<sup>1</sup> Risky Martiana Br Simbolon and Yusmar Yusuf, "PROFIL PENJUAL JAGUNG BAKAR (Studi Sektor Informal Pada Malam Hari Di Jalan Air Hitam Kota Pekanbaru)", (*Jurnal JOM FISIP Riau University*, 3,2 2016), 3.

<sup>2</sup> Muhamamad Yusuf Saleh and Miah Said, *Konsep Dan Strategi Pemasaran*, (Makassar: CV SAH MEDIA, 2019), 219.

tulisannya, Hart menggambarkan sektor informal sebagai jenis pekerjaan yang dilakukan oleh migran perkotaan di Accra, Ghana. Pekerjaan ini memiliki ciri-ciri tidak terdaftar dan di luar regulasi pemerintah, pekerjanya tidak diberikan upah tetap, dan tidak terorganisir. Berdasarkan temuan tersebut, Hart menyimpulkan bahwa semua kegiatan ekonomi yang tidak terdaftar dan di luar regulasi pemerintah disebut sebagai sektor informal<sup>3</sup>.

Kemudian, pada tahun 1993, berdasarkan tulisan Marty Chen dan Joann Vanek (2013), konferensi internasional statistik perburuhan mengadopsi definisi statistik internasional tentang “sektor informal” sebagai konsep yang menggambarkan pekerjaan dan produksi kelompok masyarakat kecil yang tidak terorganisasi dan tidak terdaftar. Namun, tidak lama setelah itu, tepatnya pada tahun 1997, International Labour Organization (ILO) dan Women in Informal Employment: Globalizing and Organizing (WIEGO) memperluas konsep dan definisi sektor informal dengan istilah “ekonomi informal” untuk menggabungkan jenis pekerjaan informal tertentu yang belum termasuk dalam konsep dan definisi sektor informal. Meskipun terdapat sedikit perdebatan tentang siapa yang pertama kali menggunakan istilah sektor informal antara Hart dan ILO, sebagian besar penelitian merujuk bahwa sektor informal merupakan kontribusi Hart<sup>4</sup>.

Keberadaan sektor informal di negara berkembang sering kali dikaitkan dengan produktivitas rendah. Dalam beberapa kasus, usaha informal juga

---

<sup>3</sup> Armansyah, Sukamdi, and Agus Joko Pitoyo, *Pemberdayaan Sektor Informal Perkotaan Sebuah Jalan Mewujudkan Pekerjaan Layak Dan Kesetaraan Untuk Semua (SDGs 2030)*, (Solok: PT Insan Cendekia Mandiri, 2021), 2.

<sup>4</sup> *Ibid.*, 3

menjadi jalan bagi masyarakat yang kurang terdidik atau tidak memiliki akses ke lapangan pekerjaan formal. Mayoritas pekerja di sektor ini adalah orang-orang miskin yang tidak memiliki kesempatan atau kemampuan untuk bekerja di sektor formal, disebabkan oleh rendahnya tingkat pendidikan dan keterampilan yang mereka miliki<sup>5</sup>.

Adapun ciri-ciri dari kegiatan sektor informal adalah: tidak terorganisasi dengan baik, tidak memiliki izin usaha yang sah, pola kegiatan yang tidak teratur, jam usaha yang tidak tetap, usaha yang tidak berkelanjutan, mudah beralih ke usaha lain, modal usaha yang relatif kecil, barang dagangan milik sendiri atau orang lain, teknologi yang digunakan sangat sederhana, dan umumnya tingkat pendidikan yang rendah<sup>6</sup>.

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan banyak pelaku usaha yang bergerak di sektor informal. Walaupun sektor ini tidak tercatat secara resmi di lembaga pemerintah, perlu diketahui bahwa sektor informal tidak bisa dipandang sebelah mata. Justru, sektor ini dapat menjadi penampung dan alternatif peluang kerja. Sebagaimana yang terjadi pada masa krisis ekonomi tahun 1998, banyak terjadi Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) di sektor formal. Hal ini menyebabkan sektor formal tidak mampu menampung tenaga kerja seperti yang diharapkan, dan pada kenyataannya,

---

<sup>5</sup> Zahedy Darwin Saleh, *Potret Dhuafa Perekonomian Indonesia*, (Jakarta: Expose, 2013), 233-234.

<sup>6</sup> Buchari Alma, *Manajemen Pemasaran Dan Pemasaran Jasa*, (Bandung: Alfabeta, 2018), 65.

sektor informal dapat menjadi solusi serta salah satu penggerak perekonomian masyarakat<sup>7</sup>.

Usaha-usaha yang digeluti oleh sektor informal tidak jauh berbeda dengan usaha di sektor formal, yaitu menyediakan makanan dengan harga yang murah sesuai dengan tingkat penghasilan pekerja<sup>8</sup>. Motif pelaku usaha di sektor informal ada yang bersifat pilihan, tetapi lebih banyak yang bersifat keterpaksaan karena tidak berdaya untuk memilih<sup>9</sup>. Meskipun demikian, kalangan pengusaha yang berada dalam sektor formal sangat memerlukan sektor informal karena kegiatan yang dilakukan oleh sektor informal adalah untuk pemenuhan kebutuhan pokok manusia.

Pentingnya sektor usaha informal menunjukkan perlunya pendekatan kebijakan yang inklusif untuk mendukung dan meningkatkan kondisi kerja, keberlanjutan, serta kemampuan para pelaku usaha informal agar dapat berpartisipasi secara produktif dalam perekonomian nasional<sup>10</sup>. Salah satu usaha yang terkait dengan kegiatan di sektor informal adalah usaha pedagang kaki lima.

Sudarma dalam tulisannya mendefinisikan pedagang kaki lima sebagai pedagang yang menggunakan gerobak. Secara etimologi, pedagang dicirikan sebagai seseorang yang terlibat dalam usaha jual beli. Pedagang adalah

---

<sup>7</sup> Surya Aryanto, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Pasar Setelah Kebakaran Di Pasar Kliwon Temanggung", (*Skripsi: Jurusan Ekonomi Pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Semarang*, 2011), 2.

<sup>8</sup> Sutrisno Iwantono, *Kiat Sukses Berwirausaha : Strategi Baru Mengelola Usaha Kecil Dan Menengah* (Jakarta: Grasindo, 2006), 10.

<sup>9</sup> Zahedy Darwin Saleh, *Potret Dhuafa Perekonomian Indonesia*, 237.

<sup>10</sup> *Ibid.*, 50

individu yang bekerja dengan membeli barang kemudian menjualnya dengan harga yang lebih tinggi untuk memperoleh keuntungan. Kaki lima sendiri dicirikan sebagai tempat berdagang yang tidak permanen atau tetap<sup>11</sup>.

Kesulitan dalam mencari pekerjaan serta keterbatasan modal untuk mendirikan usaha bagi masyarakat golongan ekonomi lemah mendorong mereka untuk melakukan usaha dalam mempertahankan hidup. Untuk bertahan, mereka mencari nafkah yang sesuai dengan kemampuan dan sumber daya yang mereka miliki, yang serba terbatas. Keterbatasan ini mencakup tingkat pendidikan yang rendah, kemampuan ekonomi yang terbatas, keterbatasan modal, serta kurangnya pengetahuan tentang peraturan yang berlaku. Faktor-faktor ini mendorong masyarakat ekonomi lemah untuk berusaha sebagai pedagang kaki lima di kota-kota besar guna memenuhi kebutuhan hidup mereka<sup>12</sup>.

Hasil sensus ekonomi 2016 mencatat jumlah usaha non-pertanian di Indonesia mencapai 26,7 juta usaha, meningkat 17,6 persen dibandingkan dengan jumlah usaha pada sensus ekonomi 2006 yang tercatat sebanyak 22,7 juta usaha. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), dari total jenis usaha tersebut, sekitar 70,8 persen merupakan kategori usaha yang tidak menempati bangunan, seperti pedagang keliling, usaha kaki lima, dan usaha dalam rumah

---

<sup>11</sup> M. Sudarma, "Pengertian Pedagang Kaki Lima", dalam [https://www.academia.edu/11397299/Pedagang\\_Kaki\\_Lima](https://www.academia.edu/11397299/Pedagang_Kaki_Lima), diakses tanggal 1 November 2023.

<sup>12</sup> Djoko Pratikto, "Pengaruh Pertumbuhan Dan Perkembangan Tempat Usaha Pedagang Kaki Lima (PKL) Terhadap Citra Wajah Arsitektur Kota Surakarta", *Jurnal Teknik Sipil Dan Arsitektur*, 16.20 (2015).

tempat tinggal. Sisanya, sebanyak 7,8 juta usaha, adalah jenis usaha yang menempati bangunan khusus sebagai tempat usaha<sup>13</sup>.

Tabel 1. Jumlah usaha non-pertanian hasil pendaftaran usaha Sensus Ekonomi 2016 (SE2016) oleh Badan Pusat Statistik (BPS)<sup>14</sup>.

No.	Data Pulau	Jumlah Usaha
1.	Pulau Jawa	16.200.000
2.	Pulau Sumatra	5.000.000
3.	Pulau Sulawesi	2.200.000
4.	Pulau Bali dan Nusa Tenggara	1.500.000
5.	Pulau Kalimantan	1.400.000
6.	Pulau Maluku dan Papua	500.000

Terlepas dari peningkatan jumlah usaha yang tercatat, para pedagang kaki lima khususnya juga menghadapi ancaman tersembunyi berupa ketegangan dan tekanan/stres yang dapat mengganggu kesejahteraan hidup mereka. Hal ini menyebabkan para pedagang kaki lima mengalami berbagai tekanan psikologis yang berdampak pada kelangsungan usaha mereka.

Sejalan dengan peningkatan jumlah usaha dalam sensus ekonomi tahun 2016, penelitian Syarifah Nadia menunjukkan bahwa persaingan ekonomi di

<sup>13</sup> Databoks, "71% Usaha Non Pertanian Indonesia Kategori Kaki Lima Dan Pedagang Keliling", dalam <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2016/08/26/70-usaha-di-indonesia-kategori-kaki-lima-dan-pedagang-keliling> diakses tanggal 21 Juni 2024.

<sup>14</sup> Survei ekonomi oleh Badan Pusat Statistik (BPS) telah dilaksanakan sebanyak empat kali di Indonesia, yaitu pada tahun 1986, 1996, 2006, dan terakhir pada tahun 2016, atau setiap sepuluh tahun sekali. Survei ini dilakukan untuk memotret keseluruhan unit usaha yang ada di Indonesia, kecuali sektor pertanian. Informasi dikumpulkan melalui kunjungan langsung oleh petugas lapangan ke setiap bangunan yang masuk dalam blok sensus, dalam <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2016/08/26/70-usaha-di-indonesia-kategori-kaki-lima-dan-pedagang-keliling> diakses tanggal 21 Juni 2024.

antara pedagang kaki lima di pasar Peunayong, Banda Aceh semakin ketat seiring dengan bertambahnya jumlah pedagang. Pendapatan pedagang kaki lima mengalami fluktuasi, dan beberapa dari mereka bahkan terpaksa menutup usaha akibat penurunan pendapatan. Bertambahnya jumlah pedagang kaki lima menyebabkan penurunan jumlah pembeli atau pelanggan, yang mungkin berpindah ke pedagang lain<sup>15</sup>.

Lebih lanjut, berdasarkan tulisan Dwi Ibnu Sauri, pedagang kaki lima sebagai usaha kecil informal sering menghadapi berbagai masalah. Masalah ini tidak hanya berasal dari faktor internal seperti kondisi fisik yang kurang memadai, keterbatasan modal, keterbatasan pendidikan, dan rendahnya pendapatan, tetapi juga dari faktor eksternal. Faktor eksternal tersebut mencakup banyaknya pesaing dan kondisi krisis yang berkepanjangan, yang secara keseluruhan mempengaruhi kemampuan pedagang kaki lima untuk mengembangkan usahanya dan berdampak langsung pada pendapatan mereka<sup>16</sup>.

Penelitian lainnya, seperti yang ditulis oleh Yandhi Fernando, menyatakan bahwa usaha mikro seperti pedagang kaki lima merupakan salah satu indikator utama dalam penyediaan tenaga kerja lokal dan memberikan kontribusi signifikan bagi pertumbuhan ekonomi kota Malang. Namun, di balik itu semua, pedagang kaki lima menghadapi persoalan yang kini menjadi

---

<sup>15</sup> Syarifah Nadia, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima Di Pasar Peunayong Banda Aceh", (*Skripsi: UIN Ar-Raniry Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, 2022*), 2-3.

<sup>16</sup> Ibnu Sauri DWI, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima Di Sekitaran Pasar Tanjung Kabupaten Jember" (*Skripsi: Universitas Jember Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 2018*), 1.

fenomena sosial. Terdapat berbagai kendala yang berasal dari internal maupun eksternal. Persoalan internal meliputi usia pedagang, keterbatasan pendidikan, keterbatasan modal, serta tanggungan keluarga yang harus dipenuhi. Sedangkan kendala eksternal mencakup jumlah pesaing di sekitar tempat berdagang<sup>17</sup>.

Ancaman tersembunyi berupa ketegangan dan tekanan/stres yang dapat mengganggu kesejahteraan hidup para pedagang kaki lima nyatanya terjadi di Sidrap Sulawesi Selatan. Informan KN, merupakan seorang pedagang kaki lima perantauan, sering menghadapi berbagai kendala dalam usahanya yang menimbulkan adanya tekanan/stres, seperti pasang surutnya konsumen, masalah dengan karyawan, hubungan keluarga yang tidak harmonis, serta ancaman atau gangguan dari masyarakat setempat.

Penelitian ini berfokus pada para pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Organisasi ini merupakan wadah bagi para perantau di Sidrap, yang mayoritas berprofesi sebagai pedagang kaki lima. Oleh karena itu, problem empiris dalam penelitian ini adalah para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan mengalami tekanan/stres.

Stres merupakan bagian mendasar dari kehidupan sehari-hari manusia. Hal ini terjadi akibat interaksi yang tak terelakkan antara manusia dan lingkungan, yang menciptakan berbagai tuntutan pada sistem biologis,

---

<sup>17</sup> Yandhi Fernando, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima (Studi Kasus Di Pasar Besar Kota Malang)", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB*, 4.2 (2016).

mental, dan sosial seseorang<sup>18</sup>. Stres muncul ketika ada ketidakcocokan antara tuntutan yang diterima dan kemampuan individu untuk memenuhinya<sup>19</sup>.

Richard Lazarus dan Susan Folkman (1984) dalam Nasib Tua Lumban Gaol, menyatakan bahwa stres adalah hubungan antara individu dengan lingkungannya yang dievaluasi oleh seseorang sebagai tuntutan atau ketidakmampuan dalam menghadapi situasi yang membahayakan atau mengancam kesehatan<sup>20</sup>. Proses menghadapi tekanan atau stres pada individu biasanya disebut coping<sup>21</sup>. Tekanan atau stres yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, merupakan fenomena yang membutuhkan respons khusus terhadap berbagai tekanan atau stres yang mereka hadapi.

Koping adalah respons atau upaya yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan dirinya saat menghadapi kondisi bahaya, tantangan, atau ancaman<sup>22</sup>. Respons ini terkait dengan upaya individu dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan untuk menciptakan harapan baru yang lebih dapat diwujudkan secara nyata<sup>23</sup>. Proses koping dimulai dengan respons yang dilakukan individu terhadap kondisi negatif yang dirasakan merugikan

---

<sup>18</sup> Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: Grasindo, 1994), 112.

<sup>19</sup> Terry Looker and Olga Gregson, *Managing Stress: Mengatasi Stres Secara Mandiri*, (Yogyakarta: Baca, 2005), 44.

<sup>20</sup> Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres: Stimulus, Respons, Dan Transaksional", *Buletin Psikologi*, 24.1 (2016), 1–11.

<sup>21</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: Andi, 2007), 59.

<sup>22</sup> *Ibid.*, 61

<sup>23</sup> Neti Hernawati, "Tingkat Stres Dan Strategi Koping Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006", *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 11.2 (2006), 43–49.

dirinya sendiri. Oleh karena itu, respons coping ditandai dengan pengaturan terhadap emosi negatif dan upaya untuk memperkuat dominasi emosi positif<sup>24</sup>.

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, subjek dalam penelitian ini adalah para pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Organisasi ini bersifat keagamaan dan sosial kemasyarakatan dengan semangat gotong royong. Kegiatan inti dalam organisasi ini meliputi jama`ah yasin takhsinul qulub, jama`ah nurul hidayah, mauidhoh hasanah, santunan yatim piatu, sholawat hadrah, khotmil qur'an al-ikhwan, dan bakti sosial.

Dalam penelitian ini, peneliti tertarik untuk membahas coping religius yang dilakukan oleh para pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Kenneth Pargament, Margaret Feullie, dan Donna Burdzy, dalam Mita Octarina dan Tina Afiatin, mendefinisikan coping religius sebagai upaya untuk memahami dan mengatasi tekanan atau ancaman dengan cara yang sakral atau suci<sup>25</sup>. Sementara itu, Ana Wong-McDonald dan Richard L. Gorsuch, dalam Muhana Sofiati Utami, mendefinisikan coping religius sebagai cara individu memanfaatkan keyakinan mereka untuk menghadapi

---

<sup>24</sup> Susan Folkman and Judith Tedlie Moskowitz, "Coping: Pitfalls and Promise", *Annu. Rev. Psychol.*, 55 (2004), 745–74.

<sup>25</sup> Mita Octarina and Tina Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 5.1 (2013), 95–110.

masalah atau stres yang mereka alami<sup>26</sup>. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan coping religius yang digunakan oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, yang mengalami tekanan atau stres, dengan menggunakan pendekatan konsep agama atau keyakinan yang mereka anut.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, penulis menilai pentingnya pembatasan permasalahan untuk mengurangi kemungkinan pelebaran dalam pengkajian data pada penelitian ini. Dengan demikian, rumusan masalah yang diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tindakan preventif yang dilakukan oleh organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai dalam mengatasi tekanan/stres yang dialami oleh pedagang kaki lima di Sidrap, Sulawesi Selatan?
2. Bagaimana bentuk stresor (sumber stres) yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, dan bagaimana cara mereka mengatasi/meresponnya (koping)?
3. Bagaimana coping religius yang dilakukan oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi mereka dalam menggunakan coping religius?

---

<sup>26</sup> Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, Dan Kesejahteraan Subjektif", (*Jurnal Psikologi*, 39.1, 2012), 46–66.

4. Bagaimana implikasi hasil penelitian ini terhadap Bimbingan dan Konseling Islam?

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah penulis paparkan diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui tindakan preventif yang diambil oleh organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai dalam mengatasi tekanan/stres yang dialami oleh pedagang kaki lima di Sidrap, Sulawesi Selatan.
- b. Untuk mengetahui bentuk stresor (sumber stres) yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, serta cara mereka mengatasi/meresponnya (koping).
- c. Untuk mengetahui coping religius yang dilakukan oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam menggunakan coping religius.
- d. Untuk mengetahui implikasi hasil penelitian ini terhadap Bimbingan dan Konseling Islam.

### **2. Kegunaan Penelitian**

Sementara itu, kegunaan dalam penelitian ini secara garis besar dibagi menjadi dua bagian, yaitu:

a. Kegunaan Teoritis

- 1) Penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya mengenai coping religius pedagang kaki lima perantauan.
- 2) Penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan coping religius pedagang kaki lima perantauan.

b. Kegunaan Praktis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai solusi bagi individu, khususnya pedagang kaki lima yang mengalami tekanan/stres.

**D. Kajian Pustaka**

Berdasarkan penelusuran penulis, terdapat setidaknya enam kajian yang membahas tentang coping religius. Meskipun keenam kajian tersebut memiliki variabel yang berbeda-beda, semuanya memiliki kesamaan dalam tema besar, yaitu coping religius. Fokus penelitian ini merujuk pada coping religius sebagai salah satu cara untuk mengendalikan stres yang dialami oleh pedagang kaki lima.

Kajian penulisan yang *pertama* berasal dari tesis karya Tiyas Yasinta yang berjudul “Koping Religius pada Individu yang Mengalami Konversi Agama”. Tulisan ini dilatarbelakangi oleh pengalaman seseorang yang menjalani konversi agama, yang umumnya menghadapi tekanan (stres) baik dari lingkungan internal maupun eksternal. Tujuan eksplorasi ini adalah untuk mengungkap tekanan yang dialami oleh mualaf, strategi coping yang

digunakan, faktor-faktor yang mendorong mualaf menggunakan coping religius, serta bentuk coping religius yang dimanfaatkan oleh mualaf. Subjek penelitian ini adalah individu dengan latar belakang agama Kristen, Katolik, Ateis, dan Buddha. Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa informan yang mengalami konversi agama di Mualaf Center Yogyakarta mengalami tekanan/stres yang ringan. Tekanan/stres yang dialami ditangani dengan coping yang berfokus pada masalah dan emosi. Faktor-faktor yang mempengaruhi individu yang mengalami konversi agama untuk menggunakan coping religius meliputi keyakinan yang tulus, ibadah yang baik, pengetahuan yang baik, dan konsistensi dalam menjalankan pelajaran keagamaan dengan baik<sup>27</sup>.

Kajian penulisan yang *kedua* berasal dari tesis karya Husnur Rosyidah yang berjudul “Koping Religius pada Lansia Terlantar (Studi pada Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/LKS LU Madania Yogyakarta)”. Tulisan ini dilatarbelakangi oleh tekanan/stres yang dialami oleh para lansia yang terlantar. Tekanan/stres yang dialami oleh lansia terlantar akan menimbulkan respon atau reaksi yang berupa coping. Selain menggunakan coping yang berfokus pada masalah dan emosi, para lansia terlantar juga biasanya menerapkan coping religius untuk menghadapi tekanan/stres yang mereka alami. Tujuan eksplorasi ini adalah untuk mengetahui tekanan/stres yang dialami oleh lansia terlantar, mengidentifikasi coping yang digunakan,

---

<sup>27</sup> Tiyas Yasinta, "Koping Religius pada Individu yang Mengalami Konversi Agama", (*Tesis: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017*).

serta memahami faktor-faktor yang mempengaruhi lansia terlantar dalam penerapan coping religius. Subjek eksplorasi ini adalah orang lanjut usia (lansia) terlantar yang dibina oleh Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS LU) Madania Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para lansia terlantar di LKS LU Madania Yogyakarta mengalami tekanan yang cenderung berat. Koping yang digunakan adalah koping yang berfokus pada permasalahan dan emosi. Faktor-faktor yang mempengaruhi lansia terlantar dalam menerapkan koping religius meliputi kekuatan dalam memanfaatkan keyakinan dan ibadah yang baik, memiliki pengalaman keagamaan, dan pemanfaatan konsep konsekuensi keagamaan<sup>28</sup>.

Kajian penulisan yang *ketiga* berasal dari artikel jurnal karya Ratna Supradewi yang berjudul “Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius”. Tulisan ini bertujuan untuk melihat hubungan antara koping religius dengan tekanan yang dialami mahasiswa. Peran mahasiswa yang mengharuskan mereka untuk mengikuti dan menyelesaikan tugas dari pendidikannya dapat menimbulkan stresor tersendiri yang membuat mahasiswa berada dalam tekanan. Salah satu cara untuk mengatasi tekanan tersebut adalah dengan koping religius. Subjek penelitian ini adalah 77 mahasiswa semester 6 fakultas psikologi Universitas Islam Sultan Agung, dengan purposive sampling sebagai teknik pengambilan sampelnya. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara koping religius dengan stres.

---

<sup>28</sup> Husnur Rosyidah, "Koping Religius pada Lansia Terlantar studi pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/Lks Lu Madania Yogyakarta" (*Tesis: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, 2021).

Artinya, semakin tinggi coping religius yang diterapkan, semakin rendah tekanan yang dialami oleh mahasiswa, dan sebaliknya. Oleh karena itu, mahasiswa disarankan untuk mengikuti dan bahkan meningkatkan coping religius mereka untuk mengurangi tekanan yang mereka alami<sup>29</sup>.

Kajian penulisan yang *keempat* berasal dari artikel jurnal karya Amalia Juniarly dan M. Noor Rochman Hadjam yang berjudul “Peran Koping Religius dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres pada Anggota Bintara Polisi di Polres Kebumen”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran coping religius dan kesejahteraan subjektif terhadap tekanan di kalangan polisi bintara di Polres Kebumen. Subjek penelitian ini adalah anggota bintara Polsek Sabhara di Polres Kebumen. Penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan adanya peran coping religius dan kesejahteraan subjektif dalam mengatasi tekanan di kalangan anggota kepolisian bintara di Polres Kebumen. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi para anggota kepolisian, khususnya Kepolisian Negara Republik Indonesia, untuk dapat bertahan dan mengurangi tingkat stres dengan meningkatkan penerapan coping religius dan kesejahteraan subjektif. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan penting antara coping religius dan stres, terutama jika faktor-faktor kesejahteraan subjektif dapat dikendalikan. Intinya, mengurangi perasaan

---

<sup>29</sup> Ratna Supradewi, "Stres Mahasiswa Ditinjau Dari Koping Religius", (*Psycho Idea*, 17.1 2019), 9–22.

cemas dapat dilakukan dengan memperluas coping religius. Semakin tinggi pemanfaatan coping religius, semakin rendah derajat stres yang dialami<sup>30</sup>.

Kajian penulisan yang *kelima* berasal dari artikel jurnal karya Dhini Rama Dhania dengan judul “Coping Stress Pedagang Pasar Kliwon Kabupaten Kudus Pasca Kebakaran”. Penelitian ini berfokus pada tiga hal: *pertama*, untuk mengetahui reaksi dan perasaan para pedagang Pasar Kliwon ketika mengetahui kios mereka terbakar; *kedua*, metode coping stress yang digunakan untuk mengurangi tekanan yang dialami; *ketiga*, jenis bantuan dan dukungan yang dibutuhkan pedagang untuk memulihkan kondisi keuangan mereka. Subjek penelitian ini adalah para pedagang Pasar Kliwon di Kabupaten Kudus yang kiosnya mengalami kebakaran, dengan sampel sebanyak 99 responden menggunakan metode accidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ekspresi yang ditunjukkan oleh pedagang saat mengetahui kios mereka terbakar adalah 40% menangis, 23% merasa tertekan atau stres, dan 19% menahan rasa panik (berusaha menenangkan diri). Strategi coping yang dilakukan pedagang untuk mengurangi stres lebih banyak berupa coping religius, dengan 83% responden berdoa sebagai cara utama. Waktu yang dibutuhkan pedagang untuk menerima keadaan ini berkisar antara 1-3 bulan (39%), kurang dari satu bulan (26%), dan sebanyak 7% belum menerima keadaan mereka. Terkait kebutuhan, 39% responden menyatakan membutuhkan bantuan modal, dan

---

<sup>30</sup> Amalia Juniarly, "Peran Koping Religius Dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen", (*Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17.1 2012), 5-18.

18% membutuhkan modal serta dukungan spiritual. Namun, 77% pedagang menganggap bantuan dari kepala Pasar Kliwon kurang efektif, sedangkan 13% menganggapnya sangat membantu (efektif)<sup>31</sup>.

Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan, penulis belum menemukan penelitian mengenai coping religius yang berfokus pada pedagang kaki lima perantauan. Penelitian terdahulu lebih berfokus pada strategi coping religius untuk mengatasi stres individu yang mengalami konversi agama, stres pada lansia terlantar, stres pada mahasiswa, stres anggota bintara polisi, dan stres pedagang pasar pasca kebakaran.

Novelty dari penelitian ini terletak pada penemuan bentuk coping religius yang dilakukan oleh pedagang kaki lima yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Salah satu bentuk coping religius yang dilakukan oleh pedagang kaki lima perantauan ini adalah dengan mengikuti kegiatan organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai ketika mereka mengalami tekanan atau stres.

Dengan demikian, organisasi tersebut tidak hanya berfungsi sebagai wadah bagi para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap Sulawesi Selatan, tetapi juga sebagai sarana untuk menemukan strategi coping religius.

---

<sup>31</sup> Dhini Rama Dhania, "Copying Stress Pedagang Pasar Kliwon Kabupaten Kudus Pasca Kebakaran", (*Jurnal Sosial Budaya*, 5.2 2012), 27–35.

## E. Kerangka Teoritis

Kerangka teoritis memuat teori-teori yang relevan untuk menjelaskan masalah yang sedang diteliti. Kerangka ini digunakan sebagai landasan teori atau dasar pemikiran dalam penelitian. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti menyusun kerangka teori yang mencakup pokok-pokok pemikiran penting diantaranya stres, coping dan coping religius.

### 1. Stres

#### a. Pengertian Stres

Hans Selye dalam Gerald C. Davison, John M. Neale dan Ann M. Kring, mendefinisikan tekanan/stres sebagai reaksi yang timbul akibat adanya unsur-unsur lingkungan yang berbeda<sup>32</sup>. Dampak dari stres yang dialami individu akan menyebabkan rendahnya kualitas aktivitas yang dilakukannya. Jerrold S Greenberg, menjelaskan stres merupakan sesuatu yang menimbulkan reaksi. Dari pengertian ini, secara umum dapat diterima bahwasanya tekanan/stres adalah suatu reaksi yang muncul<sup>33</sup>.

Defisini lainnya yakni dari Sutardjo A. Wiramihardja, yang berpendapat bahwasanya stres merupakan reaksi manusia dalam menyesuaikan diri terhadap permintaan yang terus meningkat. Permintaan tersebut bisa mengenai hal-hal yang nyata saat itu atau hal-hal yang mungkin terjadi<sup>34</sup>. Selye dalam Ashar Sunyoto Munandar,

<sup>32</sup> Gerald C. Davision, *Psikologi Abnormal* (Jakarta; Rajagrafindo Persada, 2010), 274.

<sup>33</sup> S. Jerrold, *Comprehensive Stress Management* (New York: McGraw-Hill, 2006), 3.

<sup>34</sup> W. Sutardjo A., *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: Rafika Aditama, 2005), 44.

mendefinisikan stres merupakan suatu hal yang teoritis. Individu tidak bisa melihat penyebab tekanan/stres, namun yang terlihat adalah efek atau dampak dari pembangkit tekanan itu sendiri<sup>35</sup>.

Menurut Edisa Putra Gintings dalam Kholil Lur Rochman, stres adalah respons manusia terhadap permintaan yang ada dalam dirinya, tanpa memperdulikan bagaimana cara respons tersebut terjadi. Seperti, *Pertama-tama*, rasa lelah dan penat karena hidup. *Kedua*, suatu kondisi yang disebabkan oleh kelainan alam/peristiwa biologis yang luar biasa, baik yang indah maupun yang mengerikan. *Ketiga*, kumpulan perlindungan nyata yang memungkinkan terjadinya variasi terhadap kejadian buruk atau bahaya yang dialami. *Keempat*, terganggunya keseimbangan batin individu, baik secara fisik, mental, maupun spiritual, menyebabkan perubahan yang tidak terduga. Hal ini sering kali tidak indah atau menyenangkan. *Kelima*, kapasitas potensi seseorang menurun karena suasana hati yang buruk, beban berat dan terbaikannya kebutuhan dalam diri individu. Beberapa bagian aspek ini, seseorang bisa saja mengalami setengah atau seluruh bagiannya tergantung dari konsep yang digunakan oleh orang tersebut<sup>36</sup>.

Bar Smet dalam Kuntjojo mengkarakterisasi tekanan/stres menjadi tiga bagian: *pertama*, stres sebagai dorongan atau peningkatan; *kedua*, stres sebagai respon atau reaksi; dan *ketiga*, stres sebagai

---

<sup>35</sup> A. S. Munandar, *Psikologi Industri Dan Organisasi* (Jakarta: UI press, 2008), 371.

<sup>36</sup> K. L. Rochman, *Kesehatan Mental* (Yogyakarta: Fajar Media Press, 2010), 107.

kolaborasi atau komunikasi antara manusia dengan lingkungan sekitarnya. Kuntjojo menambahkan gambaran teori Bar Smet secara lebih eksplisit, yaitu stres sebagai penghubung antara individu dengan sumber stres. Kuntjojo menyatakan bahwa tekanan tidak muncul begitu saja akibat faktor ekologi, namun umumnya terjadi karena individu merasakan tekanan dari sumber stres (stresor). Oleh karena itu, tekanan/stres yang dirasakan dan dialami oleh individu berkaitan dengan sumber stres (stresor)<sup>37</sup>.

### **b. Sumber-sumber Stres**

Menurut Kuntjojo, stres yang dialami oleh individu disebabkan oleh adanya faktor penyebab stres (stresor)<sup>38</sup>. Oleh karena itu, Holmes dan Rahe dalam Walia menyimpulkan bahwa sumber stres berasal dari dalam diri individu dan dari komunitas atau masyarakat<sup>39</sup>.

Selanjutnya, Samsul Munir Amin dan Haryanto Al-Fandi membagi stresor menjadi dua bagian, yaitu<sup>40</sup>:

#### 1) Faktor internal

Faktor internal berkaitan dengan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang dapat menimbulkan stres. Hal ini terkait dengan kondisi individu yang berhubungan dengan emosi. Emosi dapat diartikan sebagai keadaan mental

---

<sup>37</sup> Kuntjojo, *Diklat Psikologi Abnormal* (Kediri: Universitas Nusantara PGRI, 2009), 45-46.

<sup>38</sup> *Ibid.*

<sup>39</sup> Walia, *Hidup Tanpa Stres* (Jakarta: Bina Ilmu Populer, 2005), 13.

<sup>40</sup> Samsul Munir Amin and Haryanto Al-Fandi, *Kenapa Harus Stres: Terapi Stres Ala Islam* (Jakarta: Amzah, 2007), 47.

seseorang. Secara umum, dalam diri manusia terdapat dua emosi yang berlawanan, yaitu positif dan negatif. Kondisi-kondisi emosional yang dapat memicu munculnya stres antara lain perasaan cinta yang berlebihan, rasa takut yang berlebihan, kesedihan yang berlebihan, rasa bersalah, dan terkejut.

## 2) Faktor eksternal

Faktor eksternal berkaitan dengan faktor yang berasal dari luar diri individu yang dapat menimbulkan stres. Berbagai persoalan dan cobaan yang menimpa kehidupan individu, yang bersifat buruk atau dipandang tidak baik, merupakan faktor dan penyebab munculnya stres. Contohnya adalah tertimpa musibah, masalah dengan lingkungan sekitar (keluarga dan masyarakat), dan sebagainya.

## 2. Koping

### a. Pengertian Koping

Koping berasal dari kata “”coping” yang artinya mengatasi atau memperbaiki. Koping juga didefinisikan sebagai cara untuk menyelesaikan masalah. Definisi yang secara umum menurut Siswato adalah koping merupakan suatu respon yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan apa yang sedang terjadi baik itu dalam kondisi bahaya, tantangan atau ancama<sup>41</sup>. Dapat digaris bawahi, bahwa koping adalah

---

<sup>41</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*, 60.

respon yang digunakan seseorang ketika mereka mengalami sesuatu yang membahayakan serta membuat mereka tegang seperti stres.

### **b. Dimensi Koping**

Richard S. Lazarus dan Susan Folkman dalam Gerald, mengidentifikasi dimensi koping yang dikelompokkan secara khusus menjadi dua, yaitu koping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan koping berfokus pada emosi (*emotional focused coping*)<sup>42</sup>.

#### 1) Koping yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*)

Koping yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*) adalah upaya untuk mengurangi penyebab stres dengan mempelajari cara atau keterampilan baru yang dapat digunakan untuk mengubah situasi, keadaan, atau inti permasalahan. Menurut Lazarus & Folkman, seseorang yang menggunakan *problem focused coping* akan memusatkan perhatian pada apa yang dapat dilakukannya untuk menghilangkan atau mengurangi stres.

Strategi koping ini berfokus pada pemecahan masalah dan biasanya digunakan oleh individu yang merasa masalah yang dihadapinya masih bisa dikendalikan dan diselesaikan. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung melakukannya ketika mereka yakin dapat mengubah situasi yang dihadapinya<sup>43</sup>. Berikut

---

<sup>42</sup> Gerald C. Davision, *Psikologi Abnormal*, 275.

<sup>43</sup> *Ibid.*

bentuk strategi coping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) menurut Lazarus & Folkman dalam Siti Maryam<sup>44</sup>:

a) *Seeking Informational Support*

*Seeking informational support* adalah bentuk coping yang dilakukan untuk memperoleh informasi dari orang lain maupun sumber-sumber lain terkait dengan penyelesaian masalah yang dirasakan. Koping ini merupakan reaksi individu dengan mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa bantuan nyata, informasi, maupun dukungan emosional. Misalnya, seseorang yang melakukan *seeking informational support* akan selalu berusaha menyelesaikan masalah dengan mencari bantuan dari orang lain di luar keluarga, seperti teman, tetangga, pembuat kebijakan, dan profesional. Bantuan tersebut bisa berbentuk fisik maupun non fisik.

b) *Confrontive Coping*

*Confrontive coping* adalah perilaku individu yang berpegang teguh pada pendiriannya dan mempertahankan apa yang diinginkannya, serta mengubah situasi secara agresif dengan keberanian mengambil risiko. Koping ini melibatkan reaksi individu dalam mengubah keadaan

---

<sup>44</sup> Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya", *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1.2 (2017), 101–7.

dengan mempertimbangkan tingkat risiko yang harus diambil. Misalnya, seseorang yang melakukan *confrontive coping* akan menyelesaikan masalah dengan melakukan tindakan yang bertentangan dengan aturan yang berlaku, meskipun kadang-kadang menghadapi risiko yang cukup besar.

c) *Planfull Ploblem-Solving*

*Planful problem-solving* adalah strategi coping di mana individu berpikir secara terarah dan menyusun rencana untuk memecahkan masalah agar dapat terselesaikan. Kopng ini melibatkan reaksi dengan melakukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan, disertai pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah. Contohnya, seseorang yang menggunakan *planful problem-solving* akan bekerja dengan penuh konsentrasi dan perencanaan yang baik, serta bersedia mengubah gaya hidupnya agar masalah yang dihadapi dapat terselesaikan secara bertahap.

2) Koping yang berpusat pada emosi (*emotional focused coping*)

*Emotion focused coping* adalah usaha untuk mengontrol respons emosional terhadap situasi yang sangat menekan. Strategi ini cenderung dilakukan apabila individu tidak mampu atau tidak dapat mengubah kondisi yang stres. Strategi ini merupakan

penanganan emosi negatif di mana individu merespons situasi masalah dengan cara emosional. Individu yang menggunakan *emotion focused coping* lebih menekankan pada usaha-usaha untuk menurunkan atau mengurangi emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah.

Strategi coping yang berfokus pada emosi bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa mengubah stresor secara langsung. Biasanya, individu akan menggunakan strategi *emotion focused coping* bila merasa tidak mampu mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumber daya yang dimiliki tidak cukup untuk mengatasi situasi tersebut<sup>45</sup>. Berikut bentuk strategi coping berfokus pada masalah (*problem focused coping*) menurut Lazarus & Folkman dalam Siti Maryam<sup>46</sup>.

a) *Distancing* (membuat jarak)

Strategi ini merupakan upaya yang dilakukan individu untuk melepaskan diri dari situasi negatif atau kondisi yang dihadapi. Menjaga jarak berfungsi untuk melepaskan diri dari belenggu akibat permasalahan.

Contohnya, seseorang yang menggunakan coping ini dalam penyelesaian masalah akan menunjukkan sikap kurang peduli terhadap persoalan yang sedang dihadapi, bahkan

<sup>45</sup> Amanda Biggs, Paula Brough, and Suzie Drummond, "Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory", *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*, 2017, 349–64.

<sup>46</sup> Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya".

mencoba melupakannya seolah-olah tidak pernah terjadi apa-apa.

b) *Escape Avoidance* (menghindarkan diri)

Strategi ini merupakan upaya yang dilakukan individu untuk menjauh dari situasi yang dihadapi atau situasi yang dinilai negatif. Contohnya, seseorang yang menggunakan koping ini untuk penyelesaian masalah akan menunjukkan sikap menghindar dan sering kali melibatkan diri dalam perbuatan negatif seperti tidur terlalu lama, mengonsumsi obat-obatan terlarang, dan tidak mau bersosialisasi dengan orang lain.

c) *Self Control* (pengendalian diri)

Strategi ini merupakan upaya yang dilakukan individu sebagai respons dengan melakukan pembatasan dalam perasaan dan tindakan. Contohnya, seseorang yang menggunakan koping ini untuk penyelesaian masalah akan selalu berpikir sebelum bertindak dan menghindari melakukan tindakan secara tergesa-gesa.

d) *Accepting Responsibility* (penekanan pada tanggung jawab)

Strategi ini merupakan upaya yang dilakukan individu dalam menyadari tanggung jawab dan peran diri sendiri dalam sebuah permasalahan. Koping ini melibatkan

penerimaan untuk menjalani masalah yang dihadapi sambil berusaha mencari solusi. Dengan adanya perasaan tanggung jawab, individu menjadi lebih sadar akan peran diri dalam permasalahan yang dihadapi dan berusaha menempatkan segala sesuatu sebagaimana mestinya. Contohnya, seseorang yang menggunakan *accepting responsibility* akan menerima segala sesuatu yang terjadi saat ini apa adanya dan mampu menyesuaikan diri dengan kondisi yang sedang dialaminya.

e) *Positive Reappraisal* (memberi penilaian positif)

Strategi ini merupakan upaya yang dilakukan individu dalam mencoba menciptakan makna positif dari situasi yang dihadapi dengan tujuan untuk mengembangkan diri menjadi lebih baik, termasuk melibatkan diri dalam hal-hal yang religius. Contohnya, seseorang yang menggunakan *positive reappraisal* akan selalu berpikir positif, mengambil hikmah dari segala sesuatu yang terjadi, tidak pernah menyalahkan orang lain, dan bersyukur dengan apa yang masih dimilikinya.

**c. Jenis Koping**

Jenis koping dapat dibedakan menjadi dua, yakni koping positif dan koping negatif. Koping positif menurut Farid Mashudi merupakan upaya berharga untuk mengelola keadaan yang tidak menyenangkan

dengan cara yang baik. coping positif memiliki beberapa ciri diantaranya<sup>47</sup>;

- 1) Menyikapi permasalahan secara lugas, membuat penilaian secara bijaksana sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut.
- 2) Mengevaluasi atau melihat keadaan yang tidak menyenangkan bergantung pada perenungan yang bijaksana.
- 3) Siap mengendalikan diri dengan tujuan akhir mengalahkan permasalahan yang dihadapi.

Sedangkan coping negatif mencakup<sup>48</sup>;

- 1) *Giving Up (withdraw)*, menjauhkan diri dari kenyataan yang ada atau kondisi yang meresahkan, yang mungkin tampak seperti ketidakterikatan, perasaan rentan atau kehilangan kebahagiaan, meminum minuman keras atau mengonsumsi obat-obatan yang haram atau terlarang.
- 2) Agresif, berbagai cara berperilaku yang ditunjukkan untuk menyakiti orang lain, baik secara lisan maupun nyata.
- 3) Menghibur diri sendiri, dan itu menyiratkan perilaku konsumeris yang aneh/berlebihan, misalnya makan makanan lezat, merokok, minum minuman keras, dan menghabiskan banyak uang untuk berbelanja.

---

<sup>47</sup> F. Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: Ircisod, 2012), 228.

<sup>48</sup> Gerald C. Davision, *Psikologi Abnormal*, 229.

- 4) Menuduh diri sendiri, dimana merasa dibebani dengan kekurangannya sendiri.
- 5) *Defense Mechanism* (sistem perlindungan diri), misalnya berfantasi, legitimasi, dan kontes berlebihan.

Dalam mengelola tekanan/stres, setiap individu mempunyai cara pendekatan sendiri untuk menjawab/merespon, entah positif atau negatif.

### 3. Koping Religius

#### a. Pengertian Koping Religius

Pengertian koping yang telah dijelaskan diatas merupakan suatu respon yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan apa yang sedang terjadi baik itu dalam kondisi bahaya, tantangan atau ancaman<sup>49</sup>.

Sedangkan “religius” berasal dari kata dasar “religi” yang berasal dari kata *religion* sebagai kata yang mengandung makna agama. Menurut Jalaluddin, agama memiliki arti penting, yaitu keimanan kepada Tuhan atau kekuatan dan kekuasaan di atas yang dipuja sebagai pencipta dan pemelihara alam semesta. Wujud dari keyakinan tersebut adalah sebagai wujud cinta kasih, serta cara pandang atau gaya hidup yang mencerminkan cinta atau keyakinan terhadap Tuhan, kehendak-Nya, mentalitas, dan perilaku yang sesuai dengan prinsip-prinsip Tuhan yang terdapat dalam kehidupan sehari-hari<sup>50</sup>.

<sup>49</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*, 60.

<sup>50</sup> H. Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku Keagamaan Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Rajagrafindo Persada. Jakarta, 2008), 25.

Pargament, Feullie, dan Burdzy dalam Octarina mendefinisikan coping religius sebagai upaya untuk memahami dan mengatasi tekanan atau ancaman dengan cara yang sakral atau suci<sup>51</sup>. Sementara itu, McDonald dan Gorsuch dalam Utami mendefinisikan coping religius sebagai cara di mana individu memanfaatkan keyakinan mereka untuk menghadapi masalah atau stres yang mereka alami<sup>52</sup>.

Koping religius adalah strategi coping yang melibatkan penggunaan pemahaman akan kekuatan yang sangat besar dalam hidup, yang sering kali dikaitkan dengan unsur ketuhanan. Dalam situasi stres atau kesulitan, individu menggunakan keyakinan dan hubungan spiritual mereka dengan Tuhan atau kekuatan spiritual lainnya sebagai sumber dukungan dan ketenangan<sup>53</sup>.

Dari definisi tersebut, dapat dipahami bahwasanya coping religius merupakan respon seseorang dalam menghadapi ketegangan atau stres dengan memanfaatkan ajaran agama yang dianut seseorang, yang mencakup penggunaan keyakinan, praktik keagamaan, dan hubungan spiritual dengan Tuhan atau kekuatan ilahi lainnya.

<sup>51</sup> Octarina and Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", 95–110.

<sup>52</sup> Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, Dan Kesejahteraan Subjektif", 46–66.

<sup>53</sup> Wendio Angganantyo, "Coping Religius Pada Karyawan Muslim Ditinjau Dari Tipe Kepribadian", (*Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2.1 2014), 50–61.

### b. Strategi Koping Religius

Pargament dalam James M. Nelson, memaparkan tiga strategi koping religius dari hasil penelitiannya yaitu<sup>54</sup>:

1) *Collaborative* adalah strategi koping yang sangat dikenal luas.

Dalam konteks ini, individu dan Tuhan bekerja sama dalam menangani masalah-masalah individu. Keterlibatan keduanya sangat penting, dan Tuhan memberikan respon yang berfungsi, yang dapat mempengaruhi permintaan para hamba-Nya.

2) *Self-directing* Dalam kegiatan ini, individu dibantu dalam menangani permasalahan mereka. Mereka yang menggunakan strategi ini merasa bahwa mereka memiliki kemampuan dan sumber daya untuk menangani masalah yang dihadapi.

3) *Deferring* Strategi yang Anda deskripsikan tampaknya mirip dengan konsep “*Surrender*” atau penyerahan diri kepada Tuhan. Dalam strategi ini, individu melepaskan kendali dan mengandalkan Tuhan untuk mengkoordinasikan penyelesaian masalah. Mereka menggunakan tanda-tanda atau isyarat sebagai cara untuk berkomunikasi dengan Tuhan dan mempercayakan penyelesaian masalah kepada-Nya. Ini mencerminkan keyakinan bahwa Tuhan memiliki kebijaksanaan dan kekuatan untuk mengarahkan jalannya

---

<sup>54</sup> J. Nelson, *Psychology, Religion, and Spirituality* (New York: Springer Science Media, 2009), 322-323.

kehidupan dan menyelesaikan masalah yang dihadapi individu.

Setiap individu memiliki kebebasan untuk memilih strategi coping religius yang sesuai dengan kepercayaan dan nilai-nilai ajaran agama mereka sendiri. Variasi dalam strategi coping religius memungkinkan individu untuk menanggapi kesulitan, tekanan, atau stres dengan cara yang paling cocok dan bermakna bagi mereka.

### c. Jenis Koping Religius

Kenneth Pargament, Bruce W. Smith, Harold G. Koenig dan Lisa Perez dalam Utami, membagi 2 jenis coping religius, yakni coping religius positif dan coping religius negatif<sup>55</sup>.

#### 1) Koping religius positif

Ekspresi yang yang gambarkan terdengar seperti pengalaman yang mendalam dalam hubungan individu dengan Tuhan. Dalam konteks ini, individu merasa didukung dan dilindungi oleh Tuhan, yang memberikan rasa keyakinan dan kedalaman spiritual dalam interaksi sosial dengan orang lain.

Koping religius positif mencakup strategi penyelesaian masalah yang difokuskan pada masalah dengan konsep religius, yang mencakup aspek-aspek yang bermanfaat bagi kesehatan mental individu. Ini mencerminkan cara individu

---

<sup>55</sup> Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, Dan Kesejahteraan Subjektif", 46–66.

menggunakan kepercayaan dan spiritualitas mereka sebagai sumber kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi tantangan hidup. Aspek-aspek tersebut meliputi;

a) *Benevolent Religious Reappraisal*; Dalam strategi ini, individu menggunakan keyakinan dan praktik keagamaan mereka untuk menafsir ulang atau memandang kembali situasi stres secara positif, dengan fokus pada aspek-aspek yang baik dan bermanfaat yang dapat diambil dari pengalaman tersebut. Ini bisa meliputi melihat tantangan sebagai ujian atau kesempatan untuk pertumbuhan spiritual, mencari makna dalam penderitaan, atau menemukan kekuatan dan dukungan dalam hubungan dengan Tuhan. Dengan demikian, mengatasi kembali stresor melalui agama dengan cara yang baik dan bermanfaat membantu individu untuk menemukan kedamaian dan ketenangan dalam menghadapi tantangan hidup.

b) *Collaborative Religious Coping*; Dalam strategi ini, individu berupaya untuk memperkuat hubungan spiritual mereka dengan Tuhan melalui pemikiran kritis dan refleksi yang mendalam. Mereka mencari dukungan dan petunjuk dari Tuhan dalam menghadapi tantangan hidup dengan cara yang lebih terfokus dan terstruktur. Dengan membawa pertanyaan-pertanyaan atau masalah mereka kepada Tuhan,

individu berusaha untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang situasi yang mereka hadapi dan mencari arahan dari perspektif keagamaan mereka. Melalui hubungan yang bermanfaat dengan Tuhan dalam pemikiran kritis, individu dapat merasa lebih berdaya dalam menghadapi permasalahan dan menemukan ketenangan dalam kepercayaan akan dukungan ilahi.

c) *Seeking Spiritual Support*; Dalam strategi ini, individu mencari ketenangan dan dukungan melalui hubungan spiritual dengan Tuhan. Mereka mencari kenyamanan dalam keyakinan bahwa Tuhan memiliki kasih sayang yang tak terbatas dan empati terhadap penderitaan dan kebutuhan mereka. Dengan membawa beban dan kekhawatiran mereka kepada Tuhan dalam doa, meditasi, atau refleksi spiritual lainnya, individu mencari hiburan dan pemulihan dari stres dan kesulitan yang mereka alami. Ini memberikan mereka perasaan bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan mereka dan bahwa mereka didukung oleh kekuatan spiritual yang lebih besar.

d) *Religious Purification*; Dalam strategi ini, individu menggunakan praktik keagamaan dan amalan spiritual untuk membersihkan atau memurnikan diri mereka secara spiritual. Ini bisa mencakup berbagai kegiatan seperti doa,

meditasi, puasa, ritual keagamaan, atau pelayanan gereja yang bertujuan untuk membersihkan jiwa dan meningkatkan kedekatan dengan Tuhan. Melalui amalan religiusitas ini, individu berharap untuk mencapai pemahaman yang lebih dalam tentang nilai-nilai spiritual dan tujuan hidup mereka, serta merasa lebih dekat dengan aspek-aspek yang suci dan murni dari keberadaan mereka. Ini membantu mereka menemukan kedamaian dan makna dalam hidup mereka, serta mengatasi stres dan ketegangan dengan menghubungkan diri dengan dimensi spiritual dalam diri mereka.

- e) *Spiritual Connection*; Dalam strategi ini, individu mencari hubungan yang mendalam dengan sesuatu yang di luar dunia fisik atau materi, seperti Tuhan, roh-roh, atau energi spiritual lainnya. Mereka berupaya untuk merasakan kehadiran dan pengaruh dari kekuatan tersebut dalam kehidupan sehari-hari mereka. Ini bisa melibatkan praktik-praktik seperti meditasi, doa, atau ritual spiritual yang bertujuan untuk membuka diri terhadap pengalaman yang transenden atau luar biasa. Melalui koneksi spiritual ini, individu merasa terhubung dengan sesuatu yang lebih besar dari diri mereka sendiri dan mendapatkan dukungan, panduan, dan hikmat dari sumber yang ilahi atau gaib. Ini

dapat memberikan mereka perasaan kedamaian, ketenangan, dan kekuatan dalam menghadapi tantangan hidup.

f) *Seeking Support from Clergy or Members*; Mencari keamanan dan kenyamanan melalui pemujaan dan persahabatan keluarga yang beriman merupakan bagian dari strategi coping religius yang menggambarkan pentingnya dukungan sosial dari komunitas keagamaan. Dalam strategi ini, individu mencari dukungan dan kenyamanan dalam hubungan yang bersifat kekeluargaan dengan sesama anggota komunitas keagamaan yang memiliki keyakinan yang sama. Mereka melakukan aktivitas pemujaan, seperti ibadah bersama, doa bersama, atau studi kitab suci bersama, untuk merasakan kebersamaan dan kedekatan dengan Tuhan dan sesama umat beriman. Selain itu, mereka juga mencari kenyamanan melalui persahabatan dan dukungan emosional yang mereka terima dari keluarga keagamaan mereka. Ini memberikan mereka perasaan bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan mereka dan bahwa mereka didukung oleh komunitas yang peduli dan berkomitmen satu sama lain. Dengan demikian, pemujaan dan persahabatan keluarga yang beriman membantu individu

merasa aman, diterima, dan didukung dalam menghadapi tantangan hidup.

g) *Religious Helping*; Dalam strategi ini, individu tidak hanya mencari dukungan untuk diri mereka sendiri, tetapi juga aktif terlibat dalam memberikan dukungan spiritual kepada orang lain dalam komunitas mereka. Mereka melakukan ini melalui berbagai cara, seperti memberikan nasihat spiritual, doa bersama, memberikan dukungan emosional, atau membantu dalam praktik keagamaan lainnya. Tujuannya adalah untuk memberikan bantuan dan kenyamanan kepada orang lain dalam menghadapi tantangan hidup mereka, serta memperkuat ikatan sosial dan spiritual dalam komunitas keagamaan. Melalui tindakan ini, individu tidak hanya merasa terhubung dengan Tuhan, tetapi juga merasa terhubung dengan sesama umat beriman dan berkontribusi pada kesejahteraan spiritual mereka.

h) *Religious Forgiving*; Dalam strategi ini, individu mencari bantuan dan kedamaian dalam iman dan keyakinan mereka dengan melepaskan beban emosional dan mental yang terkait dengan perasaan putus asa. Mereka melakukan ini dengan memercayakan segala ketakutan, kekhawatiran, atau kesalahan kepada Tuhan dan percaya bahwa Tuhan akan mengampuni dan memberikan pemulihan yang

diperlukan. Melalui proses ini, individu melepaskan perasaan putus asa dan membebaskan diri dari beban yang membebani, sehingga mereka dapat menemukan kedamaian dan ketenangan dalam iman mereka. Ini membantu mereka untuk melanjutkan hidup dengan lebih ringan dan lebih percaya diri, menghadapi tantangan hidup dengan penuh harapan dan keyakinan.

## 2) Koping religius negatif

Koping religius negatif ditandai dengan keluarnya ketidakpastian atau ketidakyakinannya terhadap Tuhan. Serta memiliki cara pandang yang lemah dan tidak senang terhadap dunia, serta tidak mempunyai usaha religius untuk berkomunikasi dengan orang lain. Beberapa aspek *coping* religius negatif yaitu:

- a) *Punishing God Reappraisal*; menggambarkan kembali stresor sebagai disiplin dari Tuhan atas kesalahan yang dilakukan oleh orang tersebut.
- b) *Demonic Reappraisal*; menggambarkan kembali pemicu stres sebagai aktivitas yang diselesaikan oleh kekuatan jahat (setan).
- c) *Reappraisal of God's Power*; menggambarkan kemampuan Tuhan untuk mempengaruhi keadaan yang tidak menyenangkan.

- d) *Self-directing Religious Coping*; mencari kendali melalui dorongan individu dibandingkan meminta bantuan Tuhan.
- e) *Spiritual Discontent*; artikulasi ketegangan dan kekecewaan terhadap Tuhan.
- f) *Interpersonal Religious Discontent*; artikulasi ketegangan dan kekecewaan terhadap para ulama dan dengan saudara seiman.

#### **d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Koping Religius**

##### 1) Pendidikan

Pendidikan memainkan peran penting dalam penerapan coping religius dalam kehidupan seseorang. Sesuai dengan sabda Nabi Muhammad SAW, “salah satu tugas orang tua adalah membentuk tumbuh kembang rasa percaya diri pada anak. Setiap anak yang dikandung memiliki potensi beragama, namun keteguhan keyakinan yang dipegang oleh seorang anak sangat dipengaruhi oleh arahan dan pengasuhan kedua orang tuanya. Jika orang tua tidak memberikan contoh masa kanak-kanak yang ketat pada anak, maka anak tersebut tidak akan mempunyai pengalaman yang ketat sehingga ketika beranjak dewasa akan sering mempunyai sikap negatif terhadap agama”.

Pendidikan agama yang diberikan sejak dini oleh orang tua sangat mempengaruhi cara anak melihat dan menerapkan ajaran agama dalam kehidupannya. Orang tua yang konsisten dalam

memberikan arahan dan contoh yang baik dalam hal beragama akan membantu anak tumbuh dengan keyakinan yang kuat dan positif terhadap agama. Hal ini akan membentuk fondasi yang kokoh bagi anak dalam mengatasi berbagai tantangan hidup dengan menggunakan coping religius.

Sebaliknya, jika orang tua kurang memberikan perhatian dan pengajaran agama yang memadai, anak mungkin akan tumbuh tanpa pemahaman yang mendalam tentang pentingnya agama. Ini bisa mengakibatkan sikap negatif atau ketidakpedulian terhadap agama saat mereka dewasa, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi cara mereka menghadapi stres dan tekanan hidup.

Dengan demikian, pendidikan agama yang baik dan arahan yang konsisten dari orang tua sangat penting dalam membentuk sikap religius yang positif dan penerapan coping religius yang efektif dalam kehidupan anak<sup>56</sup>.

## 2) Pengalaman

Pengalaman individu memang menjadi salah satu faktor yang signifikan dalam mempengaruhi pemanfaatan coping religius.

Berikut adalah beberapa cara bagaimana pengalaman tersebut dapat mempengaruhi pemanfaatan coping religius:

---

<sup>56</sup> H. Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku Keagamaan Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, 132.

- a) Kebiasaan spiritual yang konsisten: Rutin melaksanakan ibadah seperti shalat tahajud menciptakan kebiasaan spiritual yang konsisten. Kebiasaan ini memperkuat rasa kedekatan dengan Tuhan, yang dapat menjadi sumber utama dukungan emosional dan psikologis saat menghadapi stres.
- b) Pengalaman positif dari amalan cinta sehari-hari: Melakukan perbuatan baik dan menunjukkan cinta kasih dalam kehidupan sehari-hari sering kali membawa kebahagiaan dan kepuasan batin. Pengalaman positif ini memperkuat keyakinan bahwa menjalankan ajaran agama memberikan manfaat nyata dalam kehidupan, yang pada gilirannya mendorong individu untuk lebih sering menggunakan coping religius.
- c) Peningkatan keimanan dan kepercayaan diri: Pengalaman religius yang mendalam, seperti merasakan anugerah atau berkah setelah beribadah, dapat meningkatkan keimanan dan rasa percaya diri seseorang. Mereka lebih mungkin percaya bahwa Tuhan mendengarkan doa-doa mereka dan memberikan bantuan dalam menghadapi kesulitan.
- d) Pengembangan ketahanan mental dan emosional: Ibadah malam seperti tahajud dapat menjadi waktu refleksi dan meditasi yang mendalam, membantu individu mengembangkan ketahanan mental dan emosional yang lebih baik. Ini membuat mereka lebih

siap menghadapi stres dan tekanan dengan cara yang lebih positif dan konstruktif.

e) Menciptakan rasa tenang dan damai: Pengalaman religius yang mendalam dapat membawa rasa tenang dan damai, yang sangat penting dalam mengelola stres. Ketika seseorang merasa damai dalam hubungannya dengan Tuhan, mereka cenderung lebih mampu menghadapi tantangan hidup tanpa merasa terbebani secara berlebihan.

Dengan demikian, pengalaman religius yang positif dan rutin beribadah dapat menjadi faktor penting dalam pemanfaatan coping religius, membantu individu mengatasi tekanan dan stres dengan cara yang lebih efektif dan bermakna<sup>57</sup>.

3) Kebudayaan setempat

Kebudayaan yang dianut oleh masyarakat setempat memang dapat menjadi salah satu faktor yang signifikan dalam mempengaruhi penerapan coping religius. Hal ini terjadi karena budaya sering kali mencerminkan nilai-nilai, keyakinan, dan praktik keagamaan yang dipegang teguh oleh masyarakat. Berikut adalah beberapa cara bagaimana kebudayaan dapat mempengaruhi penerapan coping religius:

a) Norma sosial dan kolektif: Dalam masyarakat di mana norma sosial sangat mendukung aktivitas keagamaan, individu

---

<sup>57</sup> *Ibid.*, 133.

cenderung mengikuti praktik-praktik tersebut sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Hal ini menciptakan lingkungan yang mendukung penggunaan coping religius sebagai cara utama untuk mengatasi masalah.

- b) Ritual dan tradisi keagamaan: Budaya yang kaya akan ritual dan tradisi keagamaan memberikan banyak kesempatan bagi individu untuk terlibat dalam aktivitas spiritual. Misalnya, upacara keagamaan, doa bersama, dan perayaan hari besar agama sering kali menjadi momen penting yang memperkuat penggunaan coping religius.
- c) Keyakinan kolektif tentang manfaat keagamaan: Ketika masyarakat setempat memiliki keyakinan kuat bahwa masalah dapat diselesaikan lebih baik dengan pendekatan agama, individu dalam masyarakat tersebut lebih cenderung mengadopsi coping religius. Keyakinan ini diperkuat oleh pengalaman bersama yang menunjukkan manfaat nyata dari praktik keagamaan dalam mengatasi kesulitan.
- d) Dukungan sosial dari komunitas keagamaan: Masyarakat yang memiliki komunitas keagamaan yang solid memberikan dukungan sosial yang sangat penting. Dukungan ini bisa datang dalam bentuk nasihat, doa bersama, atau bantuan praktis, yang semuanya mendorong penggunaan coping religius.

- e) Pengajaran dan pendidikan keagamaan: Kebudayaan yang menekankan pentingnya pendidikan keagamaan sejak usia dini membantu membentuk pola pikir dan perilaku religius. Pendidikan ini mencakup pengetahuan tentang cara-cara menggunakan coping religius untuk mengatasi masalah, yang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- f) Pemimpin agama sebagai panutan: Pemimpin agama sering kali memainkan peran penting dalam membentuk praktik keagamaan dalam masyarakat. Mereka memberikan bimbingan tentang bagaimana menghadapi stres dan masalah dengan cara yang sesuai dengan ajaran agama, yang kemudian diikuti oleh anggota komunitas.
- g) Pengalaman kolektif: Budaya yang memiliki pengalaman kolektif dalam menghadapi krisis melalui praktik keagamaan akan cenderung memperkuat penggunaan coping religius. Misalnya, masyarakat yang telah melalui bencana alam dengan mengandalkan doa dan ritual keagamaan mungkin lebih percaya pada efektivitas pendekatan ini.

Dengan demikian, kebudayaan memiliki pengaruh besar dalam membentuk cara masyarakat menerapkan coping religius. Keyakinan, praktik, dan dukungan yang terjalin dalam budaya

setempat memberikan landasan kuat bagi individu untuk mengatasi masalah dan stres melalui pendekatan agama<sup>58</sup>.

#### 4) Kematangan berpikir

Kematangan berpikir atau rasionalitas memang sering dihubungkan dengan sikap keagamaan. Dalam konteks ini, individu yang matang secara berpikir cenderung memiliki kemampuan untuk merenungkan, mengevaluasi, dan menentukan pilihan berdasarkan pemikiran kritis dan logis. Berikut adalah penjelasan lebih lanjut tentang bagaimana kematangan berpikir mempengaruhi sikap keagamaan:

- a) Sikap berpikir kritis: Individu dengan kematangan berpikir tinggi cenderung menggunakan pendekatan kritis dalam memahami dan mengevaluasi keyakinan keagamaan. Mereka tidak menerima dogma begitu saja, melainkan mempertimbangkan berbagai perspektif dan bukti sebelum mengadopsi atau menolak suatu keyakinan.
- b) Penentuan pilihan yang bijaksana: Kematangan berpikir memungkinkan individu membuat keputusan yang bijaksana dalam hal keyakinan dan praktik keagamaan. Mereka mampu menimbang pro dan kontra dari suatu ajaran atau praktik, serta

---

<sup>58</sup> Erlina Anggraini, "Strategi Regulasi Emosi Dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang", (*Jurnal Theologia*, 26.2 2015) .

mempertimbangkan dampaknya terhadap diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar.

- c) Toleransi terhadap keyakinan lain: Individu yang matang dalam berpikir biasanya memiliki sikap toleran terhadap keyakinan lain. Mereka memahami bahwa keyakinan adalah hal yang sangat pribadi dan dapat bervariasi antar individu. Sikap ini mendorong harmoni dan pengertian dalam masyarakat yang pluralistik.
- d) Kemampuan menghadapi keraguan: Kematangan berpikir juga mencakup kemampuan untuk menghadapi keraguan dan ambiguitas dalam keyakinan keagamaan. Individu yang rasional dapat menerima bahwa ketidakpastian adalah bagian dari pengalaman manusia dan dapat menjalani perjalanan spiritual mereka tanpa merasa terancam oleh keraguan.
- e) Integrasi keyakinan dan ilmu pengetahuan: Orang yang berpikir rasional sering kali mampu mengintegrasikan keyakinan keagamaan dengan pengetahuan ilmiah. Mereka tidak melihat keduanya sebagai hal yang bertentangan, melainkan mencari cara untuk memahami bagaimana keduanya dapat saling melengkapi.
- f) Refleksi diri: Kematangan berpikir memungkinkan refleksi diri yang mendalam, di mana individu mempertanyakan dan memahami motivasi, nilai, dan keyakinan mereka sendiri. Proses ini membantu dalam membentuk keyakinan yang lebih autentik dan bermakna.

g) Keputusan berdasarkan prinsip: Individu yang matang secara berpikir biasanya membuat keputusan berdasarkan prinsip dan nilai yang jelas. Mereka menolak keyakinan yang tidak sejalan dengan logika dan moralitas mereka, dan sebaliknya, mendukung keyakinan yang mereka anggap benar dan adil.

Dengan demikian, kematangan berpikir atau rasionalitas sangat berperan dalam mengembangkan sikap keagamaan yang kuat dan autentik. Hal ini melibatkan kemampuan untuk berpikir kritis, membuat keputusan yang bijaksana, serta menoleransi dan memahami keyakinan lain, yang semuanya menyumbang pada perkembangan keyakinan dalam beragama<sup>59</sup>.

## F. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Penelitian kualitatif sering disebut naturalistik, karena dilakukan pada kondisi yang alamiah<sup>60</sup>. Pemilihan metode kualitatif menurut Poerwandari dalam penelitian ini dimulai dari sudut pandang mendasar, yang meliputi: *Pertama*, kebenaran keberadaan manusia adalah sesuatu yang subyektif, bukan sesuatu yang ada di luar manusia. *Kedua*, manusia tidak hanya sekedar mematuhi peraturan rutin di luar diri mereka, namun justru membuat kemajuan yang berdampak pada kelangsungan hidup

---

<sup>59</sup> *Ibid.*

<sup>60</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 8.

mereka. *Ketiga*, ilmu pengetahuan bergantung pada informasi pengetahuan sehari-hari yang bersifat induktif, idiografis, dan tidak bebas nilai. *Keempat*, penelitian artinya bertujuan mencari tahu mengenai kehidupan manusia<sup>61</sup>.

Jenis penelitian kualitatif yang digunakan adalah fenomenologi. Penelitian ini menekankan pada pengalaman serta interpretasi manusia terhadap fenomena yang mereka alami<sup>62</sup>. Peneliti memilih metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, karena ingin mendeskripsikan dan memberi makna yang mendalam terhadap fenomena yang dirasakan oleh para informan, yaitu pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan.

## 2. Latar dan Subjek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Peneliti memiliki alasan-alasan tertentu untuk memilih lokasi ini sebagai tempat penelitian. seperti;

a. Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai adalah sebuah komunitas atau wadah bagi para perantau Jawa di Sidrap, Sulawesi Selatan, yang memiliki berbagai kegiatan sosial dan keagamaan Islam.

b. Di dalam Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai terdapat para perantau yang berprofesi sebagai pedagang kaki lima,

<sup>61</sup> Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif Dalam Penelitian Psikologi*, (Jakarta: LPSP3 UI, 1998), 62.

<sup>62</sup> L Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosdakarya, 2014), 15.

yang sering mengalami tekanan atau stres dalam upaya mencari keuntungan dan meningkatkan kondisi ekonomi mereka.

Subjek penelitian ini adalah para pedagang kaki lima yang berjualan di Sidrap, Sulawesi Selatan, dengan jumlah 10 informan. Kriteria informan terdiri dari 5 pedagang yang sudah berkeluarga dan 5 pedagang yang bujang (belum menikah)<sup>63</sup>. Tujuan dari pemilihan kriteria ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat stres yang dialami pedagang kaki lima berdasarkan dari status mereka. Semua informan dipilih yang masih aktif dalam organisasi KKJ (Kerukunan Keluarga Jawa) Cinta Damai. Berikut data informan yang akan diteliti;

Tabel 2. Data informan yang akan diteliti

No.	Insial Informan	Umur	Agama	Status	Profesi
1.	KN	48 tahun	Islam	Berkeluarga	Pedagang Aneka Gorengan
2.	SI	44 tahun	Islam	Berkeluarga	Pedagang Aneka Gorengan
3.	NJ	50 tahun	Islam	Berkeluarga	Pedagang Bakso
4.	KH	48 tahun	Islam	Berkeluarga	Pedagang Martabak
5.	YD	33 tahun	Islam	Berkeluarga	Pedagang Crepes Leker
6.	JB	43 tahun	Islam	Belum Berkeluarga	Pedagang Cilok
7.	KR	35 tahun	Islam	Belum Berkeluarga	Pedagang Martabak
8.	FZ	19 tahun	Islam	Belum Berkeluarga	Pedagang Cilok
9.	MA	28 tahun	Islam	Belum Berkeluarga	Pedagang Somay Prasmanan

<sup>63</sup> Bujang atau bujangan merupakan sebutan bagi laki-laki yang belum atau tidak menikah. Dalam <https://kbji.kemdikbud.go.id/entri/bujang>, diakses 10 Januari 2024.

10.	FS	26 tahun	Islam	Belum Berkeluarga	Pedagang Nasi Goreng
-----	----	----------	-------	----------------------	-------------------------

Dalam penelitian kualitatif terdapat populasi, yang dapat diartikan sebagai wilayah generalisasi informan dengan memperhitungkan karakteristik dan kualitas tertentu. Dalam hal ini menurut Sugiono, informan merupakan bagian dari pada populasi<sup>64</sup>. Pada penelitian ini menggunakan teknik *sampel purposive sampling*, yang dapat diartikan sebagai kebebasan bagi peneliti untuk memilih subjek penelitian dengan tujuan untuk memperoleh gagasan mengenai subyek berdasarkan analisis yang dilakukan secara mendalam<sup>65</sup>.

### 3. Dimensi Penelitian

Menurut Aziz Muslim dalam Tiyas Yasinta, dimensi penelitian merupakan operasionalisasi unsur-unsur yang akan dipusatkan dalam penelitian yang digunakan untuk memberikan arahan dalam penilaian pengukurannya<sup>66</sup>. Dimensi penelitian ini merupakan variabel yang akan menjadi topik dalam penelitian. Oleh karena itu, variabel yang akan diperoleh di lapangan adalah bentuk stresor yang dialami serta strategi coping, termasuk coping religius, yang dilakukan oleh pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan. Berikut ini gambaran pemeriksannya;

#### a. Stres dan coping

<sup>64</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*, 216.

<sup>65</sup> Indrawan , R., & Yuniati, *Motodologi Penelitian*, (Bandung: Rafika Aditama, 2014), 216.

<sup>66</sup> Tiyas Yasinta, *Koping Religius Pada Individu Yang Mengalami Konversi Agama*.

Stres dan coping adalah kodua konsep yang saling berterkaitan. Orang yang memanfaatkan coping pada umumnya dilatarbelakangi adannya tekanan/stres, sehingga keduanya merupakan kedua aspek yang secara umum akan sulit untuk pisahkan. Peneliti memfokuskan pada stresor (sumber stres) yang dialami pedagang kaki lima. Hal demikiaan berpatokan pada pernyataan Kuntjojo yang menyatakan bahwa, tekanan/stres yang dirasakan dan dialami oleh individu berkaitan dengan sumber stres (stresor) yang ada<sup>67</sup>. Maka informasi di lapangan yang dianalisis oleh peneliti diantaranya;

- 1) Bentuk stresor (sumber stres) yang dialami para pedagang kaki lima yang berdagang di Sidrap, Sulawesi Selatan.
- 2) Koping yang digunakan para pedagang kaki lima perantauan yang berdagang di Sidrap, Sulawesi Selatan.

b. Koping religius

Pargament, Feullie, dan Burdzy dalam Octarina mendefinisikan koping religius sebagai upaya untuk memahami dan mengatasi tekanan atau ancaman dengan cara yang sakral atau suci<sup>68</sup>.

Sementara itu, McDonald dan Gorsuch dalam Utami mendefinisikan koping religius sebagai cara di mana individu memanfaatkan keyakinan mereka untuk menghadapi masalah atau stres yang

---

<sup>67</sup> Kuntjojo, *Diklat Psikologi Abnormal*, 45-46.

<sup>68</sup> Octarina and Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", 95-110.

mereka alami<sup>69</sup>. Beberapa informasi yang diperoleh dari analisis yang dilakukan peneliti antara lain;

- 1) Koping religius yang dilakukan para pedagang kaki lima perantauan yang berdagang di Sidrap, Sulawesi Selatan.
- 2) Menganalisis faktor yang mempengaruhi para pedagang kaki lima perantauan yang berdagang di Sidrap, Sulawesi Selatan menggunakan koping dengan pendekatan agama.

#### 4. Data dan Sumber Data

Data dan sumber data merupakan suatu konsep mendasar yang dimanfaatkan sebagai sudut pandang topik penelitian. Berikut ini merupakan perencanaan perolehan data;

##### a. Data primer

Sumber data primer adalah data utama yang diperoleh secara langsung dari informan. Dalam penelitian ini, informan merupakan para pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Data primer yang dikumpulkan peneliti dalam penelitian ini meliputi hasil wawancara langsung dengan para informan, serta hasil observasi dan dokumentasi. Berikut adalah data dan sumber data yang diperoleh oleh peneliti:

Tabel 3. Data dan sumber data

---

<sup>69</sup> Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, Dan Kesejahteraan Subjektif", 46–66.

NO.	Permasalahan yang akan diteliti	Data yang diperlukan	Metode pengambilan data	Sumber data
1.	Stresor (sumber stres) yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan..	Bentuk stresor (sumber stres) yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan serta strategi coping yang mereka lakukan.	Observasi, wawancara dan dokumentasi	Pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan.
2.	koping religius saat mengalami tekanan/stres.	Bentuk koping religius serta faktor yang mempengaruhinya.	Observasi, wawancara dan dokumentasi	Pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan.

#### b. Data sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang diperoleh dari perantara atau pihak yang telah mengumpulkan data sebelumnya. Dalam penelitian ini, sumber data sekunder meliputi buku-buku, skripsi, tesis, serta penelitian-penelitian sebelumnya yang relevan dengan judul penelitian ini. Selain itu, sumber data sekunder juga dapat berupa artikel jurnal, baik dari jurnal internasional maupun jurnal nasional.

### 5. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan jenis kualitatif yang bersifat terbuka, dimana teknik pengumpulan data dilakukan dengan melibatkan wawancara secara mendalam, observasi dan dokumentasi.

#### a. Wawancara

Wawancara merupakan suatu pembicaraan atau diskusi karena suatu alasan tertentu. Menurut Meleong, percakapan ini dilakukan

oleh dua pihak, yaitu pemeriksa/penanya (Questioner) yang mengajukan pertanyaan tentang beberapa hal, dan orang yang diwawancara (interviewee), yaitu orang yang memberikan jawaban atas pertanyaan tersebut. Wawancara mendalam dengan para informan yang terlibat menggunakan wawancara semi-terstruktur untuk mendapatkan data terperinci yang valid dan jelas. Wawancara semi-terstruktur termasuk kedalam kategori wawancara mendalam (*in-depth interview*) untuk menemukan pokok permasalahan dengan lebih transparan<sup>70</sup>.

Wawancara ini dilakukan kepada para pedagang kaki lima perantauan yang tergabung dalam organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai di Sidrap, Sulawesi Selatan. Fokus wawancara ini adalah pada dinamika permasalahan yang dihadapi oleh para pedagang kaki lima yang dapat menyebabkan stres, serta respons coping yang digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan stres tersebut. Selain itu, peneliti juga memfokuskan wawancara pada coping religius dan faktor-faktor yang mempengaruhi para informan dalam menggunakan coping religius.

#### b. Observasi

Menurut Nasution, observasi adalah suatu cara mengumpulkan data dengan cara melihat atau mengidentifikasi secara langsung apa yang terjadi dan dilakukan. Dengan

---

<sup>70</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*, 320.

memperhatikan maka dapat diperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai permasalahan yang diteliti. Dengan observasi sebagai alat untuk mengumpulkan informasi, maka observasi harus diselesaikan secara efisien sehingga observasi diusahakan terfokus pada keadaan normal dan nyata tanpa adanya upaya sadar untuk mempengaruhi, mengarahkan, memanipulasi atau mengendalikan<sup>71</sup>.

Observasi yang dilakukan adalah observasi non partisipan, dimana peneliti hanya sekedar pengamat terhadap keanehan atau permasalahan yang terjadi pada subjek yang diteliti. Dalam observasi seperti ini peneliti hanya melihat atau memusatkan perhatian pada keadaan sosial tertentu tanpa bersikap aktif di dalamnya<sup>72</sup>.

### c. Dokumentasi

Menurut Basrowi dan Suwandi, dokumentasi adalah salah satu metode pengumpulan data yang menghasilkan catatan penting mengenai suatu permasalahan penyidikan. Metode ini memungkinkan diperolehnya informasi yang menyeluruh secara substansial dan data yang dikumpulkan tidak bergantung pada pandangan evaluasi. Pengumpulan informasi melalui dokumentasi bertujuan untuk memeriksa informasi mana yang dianggap penting dan mana yang tidak digunakan<sup>73</sup>.

---

<sup>71</sup> Nasution, *Metode Research*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 106.

<sup>72</sup> Emzir, *Metode Penelitian Kualitatif Analisa Data*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), 40.

<sup>73</sup> Suwandi & Basrowi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008),

Dokumentasi dalam penelitian ini berupa hasil foto yang diambil dengan para informan, yang disertakan dalam lampiran. Foto-foto tersebut tidak mencantumkan nama maupun identitas para informan demi menjaga keamanan dan kerahasiaan identitas mereka.

## 6. Teknik Analisi Data

Secara spesifik, penelitian kualitatif yang dilakukan oleh peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi dengan berbagai prosedur analisis data. Adapun tahapannya, yaitu<sup>74</sup>;

- a. Ada proses penjabaran data ketika pemeriksaan dilakukan dan tahap berikut dipilih berdasarkan kebutuhan yang kemudian dideskripsikan.
- b. Informasi yang didapat disajikan selama waktu penyusunan data untuk mengatur informasi sehingga tidak sulit untuk membacanya dengan teliti.
- c. menarik kesimpulannya secara naratif dalam bentuk grafik, bagan atau dalam bentuk matriks.
- d. Proses kesimpulan yang diambil dari hasil penelitian harus terus diperiksa kembali selama penelitian agar informasi/data tersebut valid.

---

<sup>74</sup> Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Praktik*, (Bumi Aksara, 2022), 211.

## 7. Validitas Data

Validitas data adalah untuk mengetahui kebenaran dan kevalidan data dalam penelitian. Triangulasi merupakan jenis validitas data yang digunakan dalam penelitian kualitatif. Triangulasi adalah metode yang dimanfaatkan untuk mengkaji kebenaran data. Metode yang digunakan dalam triangulasi penelitian kualitatif adalah dengan memverifikasi temuan sepanjang penelitian, selanjutnya data dianalisis dan laporan secara tertulis. Triangulasi adalah proses yang terlibat dalam menemukan dan memunculkan makna sesungguhnya dari suatu penelitian “meaningfull”<sup>75</sup>.

## G. Sistematika Pembahasan

Guna memfokuskan hasil pembahasan dalam penelitian ini, maka diperlukan sistematika pembahasan yang tersusun secara sistematis agar mempermudah pemahaman isi dengan baik. Selanjutnya, penulis telah menyusun tesis ini dalam lima bagian bab yaitu:

Bab pertama berisi pendahuluan sebagai pembuka yang mencakup hal-hal pokok mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, serta sistematika pembahasan yang terkait dengan judul penelitian, yaitu “Koping Religius Pedagang Kaki Lima Perantauan: Studi pada Organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap, Sulawesi Selatan”.

---

<sup>75</sup> Mukhtar, *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*, ( Jakarta: GP Press Group, 2013), 137.

Bab kedua berisi pembahasan untuk menjawab rumusan masalah yang pertama dengan memuat dua sub bab, yaitu:

1. Gambaran umum organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap, Sulawesi Selatan.
2. Tindakan preventif organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai dalam mengatasi tekanan/stres.

Bab ketiga berisi pembahasan untuk menjawab rumusan masalah yang kedua dengan memuat tiga sub bab, yaitu:

1. Stresor yang dialami pedagang kaki lima perantauan.
2. Koping yang dilakukan pedagang kaki lima perantauan.
3. Diskusi tentang stresor dan koping pedagang kaki lima perantauan.

Bab keempat berisi pembahasan untuk menjawab rumusan masalah yang ketiga dan keempat dengan memuat tiga sub bab, yaitu:

1. Koping religius yang dilakukan pedagang kaki lima perantauan.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pedagang kaki lima perantauan menggunakan koping religius.
3. Diskusi tentang koping religius pedagang kaki lima perantauan dan implikasi hasil penelitian terhadap Bimbingan dan Konseling Islam.

Bab kelima berisi penutup yang mencakup kesimpulan dan saran dari hasil penelitian.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tindakan preventif yang dilakukan oleh organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai Sidrap, Sulawesi Selatan sebagai upaya penyelesaian atau respons terhadap tekanan/stres yang dialami informan adalah dengan melibatkan para informan yakni pedagang kaki lima perantauan, dalam kegiatan-kegiatannya. Salah satu contohnya adalah kegiatan Mauidhoh Hasanah, yang berfungsi sebagai bentuk tindakan nyata preventif. Dalam kegiatan Mauidhoh Hasanah, terdapat himbauan, nasihat, serta pengarahan tentang pelajaran hidup yang bertujuan untuk membantu para informan menghadapi masalah seperti stres.
2. Stres yang disebabkan oleh faktor internal meliputi dilema jodoh yang dialami oleh informan JB, KR, FZ, MA, dan FS, serta kurangnya kemampuan multitasking yang dialami oleh MA. Sementara itu, stres yang disebabkan oleh faktor eksternal mencakup pasang surutnya konsumen yang dialami oleh semua informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS), tindakan anarkis masyarakat lokal yang dialami oleh informan (KN, SI, KH, YD, JB, KR), hubungan keluarga yang tidak harmonis yang dialami

oleh informan (KN, NJ, FZ), masalah dengan karyawan yang dialami oleh informan (KN, SI, NJ), fluktuasi harga bahan pokok yang dialami oleh informan (SI, NJ, JB, FZ, FS), tuduhan dari tetangga dan istri yang meninggal dialami oleh KH, kerugian modal dagangan yang dialami oleh YD, prasangka buruk konsumen yang dialami oleh FZ, cibiran sesama pedagang yang dialami oleh MA, serta menjadi korban penggusuran yang dialami oleh FS.

3. Koping yang dilakukan para informan cenderung berfokus pada masalah. Artinya, para informan dalam merespons stres mereka cenderung melakukan kegiatan langsung untuk mencari informasi yang berkaitan dengan solusi dan penanganan masalah. Kegiatan tersebut meliputi memahami situasi dan kondisi, memberikan teguran, pengarahan serta pengawasan karyawan, melawan tindakan anarkis, melakukan evaluasi, bangkit dan semangat, mengambil tindakan atas prasangka buruk, dan belajar manajemen waktu. Sedangkan identifikasi koping yang berfokus pada emosi relatif sedikit. Koping yang berfokus pada emosi lebih menekankan pada usaha-usaha untuk menurunkan atau mengurangi emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah, seperti sadar diri/sadar posisi, mengabaikan hubungan keluarga yang tidak harmonis, pasrah dengan keadaan, serta menyemangati diri sendiri. Mengenai jenis koping yang digunakan oleh para informan, cenderung positif. Hal ini menandakan bahwa para informan

merespons stressor mereka dengan cara yang baik atau dengan tindakan yang tidak merugikan.

4. Terdapat 9 bentuk coping religius yang dilakukan oleh 10 informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS) ketika mengalami tekanan atau stres. Terlebih lagi, terdapat kesamaan antar informan dalam menggunakan coping religius. Bentuk-bentuk coping religius yang paling sering dilakukan oleh informan antara lain adalah sabar, tawakkal, doa, dzikir, dan rasa syukur. Hal ini membuktikan bahwa para informan memiliki respon berbentuk coping religius yang bervariasi untuk menyelesaikan atau menghilangkan tekanan/stres yang mereka alami. Semua informan cenderung memanfaatkan strategi *self-directing* untuk coping religius, dengan menganggap diri mereka memiliki kemampuan dan sumber daya untuk menangani permasalahan, yang bersumber dari Allah SWT. Sedangkan jenis coping religius yang dilakukan oleh 10 informan ini semuanya positif, yang menandakan bahwa semua informan mencerminkan hubungan yang baik dan dilindungi oleh Tuhan.
5. Terdapat 11 faktor yang mempengaruhi semua informan dalam menggunakan coping religius. Meskipun tidak semua informan menggunakan semua faktor tersebut, ada banyak kesamaan yang diambil. Contoh faktor-faktor tersebut meliputi kegiatan organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai, pengalaman agama, doa,

dan nasihat keluarga. Terlebih, kegiatan organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai menjadi faktor terbesar yang mempengaruhi para informan (KN, SI, NJ, KH, YD, JB, KR, FZ, MA, FS) dalam menggunakan coping religius. Hal ini dikarenakan semua informan adalah anggota dari organisasi Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai, sehingga mereka mengikuti kegiatan-kegiatannya. Partisipasi dalam kegiatan ini berdampak signifikan pada diri seluruh informan, yang kemudian menjadikan kegiatan Kerukunan Keluarga Jawa Cinta Damai sebagai faktor utama yang mempengaruhi mereka dalam menggunakan coping religius.

6. Dari hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, peneliti tertarik mengimplikasikan hasil penelitian ini ke dalam kegiatan Bimbingan dan Konseling, yakni layanan Konseling Kelompok yang bernuansa religius. Untuk konselor di masa mendatang, dalam menghadapi klien yang bermasalah, disarankan untuk menggunakan layanan konseling kelompok yang bernuansa religius dalam penyelesaiannya. Hal ini karena konseling kelompok seperti halnya konseling perorangan, yang berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan, dan penyelesaian masalah, seperti yang dialami oleh para informan pedagang kaki lima perantauan dalam penelitian ini yang mengalami tekanan atau stres.

## B. Saran

Berdasarkan runtutan hasil penelitian di atas, maka saran yang dapat penulis berikan ialah:

1. Kepada para pelaku di sektor informal, khususnya para pedagang kaki lima perantauan yang ada di Sidrap, Sulawesi Selatan, diharapkan bisa kuat dan terus bersabar dalam menghadapi lika-liku perjalanan mencari rezeki. Diharapkan pula para pedagang kaki lima perantauan di Sidrap, Sulawesi Selatan, bisa merespons lika-liku kehidupan mereka dengan aktivitas yang positif. Hal yang terpenting, mereka harus terus melibatkan Sang Pencipta, Allah SWT, dalam setiap kegiatan agar diberikan kelancaran dalam segala urusannya.
2. Kepada para peneliti selanjutnya atau pun para konselor, diharapkan dapat mengembangkan dan menyelidiki lebih mendalam tentang stres yang dialami oleh para pedagang kaki lima perantauan, terutama mengenai layanan konseling kelompok yang bernuansa religius sebagai pengembangan individu, pencegahan, dan penyelesaian masalah.

## DAFTAR PUSTAKA

### BUKU

- A. S. Munandar, *Psikologi Industri Dan Organisasi* (Jakarta: UI press, 2008).
- Armansyah, Sukamdi, and Agus Joko Pitoyo, *Pemberdayaan Sektor Informal Perkotaan Sebuah Jalan Mewujudkan Pekerjaan Layak Dan Kesetaraan Untuk Semua (SDGs 2030)*, (Solok: PT Insan Cendekia Mandiri, 2021).
- Buchari Alma, *Manajemen Pemasaran Dan Pemasaran Jasa*, (Bandung: Alfabeta, 2018).
- Bart Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: Grasindo, 1994).
- Emzir, *Metode Penelitian Kualitatif Analisa Data*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2011).
- F. Mashudi, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: Ircisod, 2012).
- Gerald C. Davision, *Psikologi Abnormal* (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2010).
- H Jalaluddin, *Psikologi Agama Memahami Perilaku Keagamaan Dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Rajagrafindo Persada. Jakarta, 2008).
- H. Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2009).
- Indrawan , R., & Yuniati, *Motodologi Penelitian*, (Bandung: Rafika Aditama, 2014).
- Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Praktik*, (Bumi Aksara, 2022).
- K. L. Rochman, *Kesehatan Mental* (Yogyakarta: Fajar Media Press, 2010).
- Kuntjojo, *Diklat Psikologi Abnormal* (Kediri: Universitas Nusantara PGRI, 2009).
- L Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosdakarya, 2014).
- Muhamamad Yusuf Saleh and Miah Said, *Konsep Dan Strategi Pemasaran*, (Makassar: CV SAH MEDIA, 2019).
- Mukhtar, *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*, ( Jakarta: GP Press Group, 2013).
- Mustiqowati Ummul Fithriyyah, *Dasar-Dasar Teori Organisasi*, (Riau: Irdev, 2021).
- Nasution, *Metode Research*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2011).
- Poerwandari, *Pendekatan Kualitatif Dalam Penelitian Psikologi*, (Jakarta: LPSP3 UI, 1998).
- Sutrisno Iwantono, *Kiat Sukses Berwirausaha : Strategi Baru Mengelola Usaha Kecil Dan Menengah* (Jakarta: Grasindo, 2006).
- Siswanto, *Kesehatan Mental Konsep, Cakupan Dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: Andi, 2007), 59.
- Samsul Munir Amin and Haryanto Al-Fandi, *Kenapa Harus Stres: Terapi Stres Ala Islam* (Jakarta: Amzah, 2007).
- S. Jerrold, *Comprehensive Stress Management* (New York: McGraw-Hill, 2006).
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014).
- Suwandi & Basrowi, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008).

Terry Looker and Olga Gregson, *Managing Stress: Mengatasi Stres Secara Mandiri*, (Yogyakarta: Baca, 2005).

W. Sutardjo A., *Pengantar Psikologi Abnormal* (Bandung: Rafika Aditama, 2005).

Walia, *Hidup Tanpa Stres* (Jakarta: Bina Ilmu Populer, 2005).

Zahedy Darwin Saleh, *Potret Dhuafa Perekonomian Indonesia*, (Jakarta: Expose, 2013).

## KARYA TULIS ILMIAH

Amanda Biggs, Paula Brough, and Suzie Drummond, "Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory", *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*, 2017, 349–64.

Amalia Juniarly, "Peran Koping Religius Dan Kesejahteraan Subjektif Terhadap Stres Pada Anggota Bintara Polisi Di Polres Kebumen", (*Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 17.1 2012), 5–18.

Djoko Pratikto, "Pengaruh Pertumbuhan Dan Perkembangan Tempat Usaha Pedagang Kaki Lima (PKL) Terhadap Citra Wajah Arsitektur Kota Surakarta", *Jurnal Teknik Sipil Dan Arsitektur*, 16.20 (2015).

Dhini Rama Dhania, "Copying Stress Pedagang Pasar Kliwon Kabupaten Kudus Pasca Kebakaran", (*Jurnal Sosial Budaya*, 5.2 2012), 27–35.

Erlina Anggraini, "Strategi Regulasi Emosi Dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita Dalam Masa Pembinaan Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Klas II A Bulu Semarang", (*Jurnal Theologia*, 26.2 2015) .

Husnur Rosyidah, "Koping Religius pada Lansia Terlantar studi pada Warga Binaan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia/Lks Lu Madania Yogyakarta" (*Tesis: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, 2021).

Ibnu Sauri DWI, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima Di Sekitaran Pasar Tanjung Kabupaten Jember" (*Skripsi: Universitas Jember Fakultas Ekonomi dan Bisnis*, 2018), 1.

J. Nelson, *Phychology, Religion, and Spirituality* (New York: Springer Science Media, 2009), 322-323.

Mita Octarina and Tina Afiatin, "Efektivitas Pelatihan Koping Religius Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Perempuan Penyintas Erupsi Merapi", *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 5.1 (2013), 95–110.

Muhana Sofiati Utami, "Religiusitas, Koping Religius, Dan Kesejahteraan Subjektif", (*Jurnal Psikologi*, 39.1, 2012), 46–66.

Nasib Tua Lumban Gaol, "Teori Stres: Stimulus, Respons, Dan Transaksional", *Buletin Psikologi*, 24.1 (2016), 1–11.

Neti Hernawati, "Tingkat Stres Dan Strategi Koping Menghadapi Stres Pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik 2005/2006", *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 11.2 (2006), 43–49.

Risky Martiana Br Simbolon and Yusmar Yusuf, PROFIL PENJUAL JAGUNG BAKAR (Studi Sektor Informal Pada Malam Hari Di Jalan Air Hitam Kota Pekanbaru), (*Jurnal JOM FISIP Riau University*, 3,2 2016).

- Ratna Supradewi, "Stres Mahasiswa Ditinjau Dari Koping Religius", (*Psycho Idea*, 17.1 2019), 9–22.
- Surya Aryanto, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Pasar Setelah Kebakaran Di Pasar Kliwon Temanggung", (*Skripsi: Jurusan Ekonomi Pembangunan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Semarang*, 2011).
- Syarifah Nadia, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima Di Pasar Peunayong Banda Aceh", (*Skripsi: UIN Ar-Raniry Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam*, 2022), 2-3.
- Siti Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya", *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1.2 (2017), 101–7.
- Susan Folkman and Judith Tedlie Moskowitz, "Coping: Pitfalls and Promise", *Annu. Rev. Psychol.*, 55 (2004), 745–74.
- Tiyas Yasinta, "Koping Religius pada Individu yang Mengalami Konversi Agama", (*Tesis: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*, 2017).
- Yandhi Fernando, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pendapatan Pedagang Kaki Lima (Studi Kasus Di Pasar Besar Kota Malang)", *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB*, 4.2 (2016).
- Wendio Angganantyo, "Coping Religius Pada Karyawan Muslim Ditinjau Dari Tipe Kepribadian", (*Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2.1 2014), 50–61.

## WEB

- <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2016/08/26/70-usaha-di-indonesia-kategori-kaki-lima-dan-pedagang-keliling> diakses tanggal 21 Juni 2024.
- [https://www.academia.edu/11397299/Pedagang\\_Kaki\\_Lima](https://www.academia.edu/11397299/Pedagang_Kaki_Lima), diakses tanggal 1 November 2023.
- <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2016/08/26/70-usaha-di-indonesia-kategori-kaki-lima-dan-pedagang-keliling> diakses tanggal 21 Juni 2024.
- <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/bujang>, diakses 10 Januari 2024.
- <https://www.kompas.com/skola/read/2023/03/25/051500569/pengertian-preventif-dan-contohnya>, diakses tanggal 30 Juni 2024.
- [https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d\\_6819067/multitasking-adalah-arti-jenis-dan-contohnya-apakah-baik-untuk-kinerja](https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d_6819067/multitasking-adalah-arti-jenis-dan-contohnya-apakah-baik-untuk-kinerja), diakses tanggal 01 Juli 2024.