

# PERAN RESILIENSI DENGAN STRESS PADA PEDAGANG DI SURABAYA DIMASA PANDEMI COVID—19

**Suroiyah Nuzulil Ramadhanti**

Fakultas Psikologi , Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

E-mail: [dhantinuzul@gmail.com](mailto:dhantinuzul@gmail.com)

## **Abstract**

This study aims to determine the relationship between resilience and stress on traders in Surabaya. The natural hypothesis of this research is that there is a negative relationship between resilience and stress on traders in Surabaya. The method in this research is correlational quantitative method. In this study, the samples to be taken were all street vendors, especially traders who were in the Culinary Tourism Center (SWK) Karah Surabaya, as many as 38 people. The data collection instrument in this study used a Likert scale. The results of this study are the higher the resilience, the lower the stress level experienced by traders, and vice versa the lower the resilience, the higher the stress level. This means that the stated research hypothesis is accepted.

**Keywords:** *Resilience, Stress, Street Vendors*

## **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan stress pada pedagang di Surabaya. Hipotesis alam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang negatif antara resiliensi dengan stress pada pedagang di Surabaya. Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional. Dalam penelitian ini sampel yang akan diambil adalah seluruh pedagang kaki lima khususnya para pedagang yang berada di Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah Surabaya yaitu sebanyak 38 orang. Instrumen pengumpulan data pada penelitian dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Hasil dari penelitian ini adalah semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah tingkat stress yang dialami oleh para pedagang, begitu juga sebaliknya semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi tingkat stress. Hal ini berarti hipotesis penelitian yang dinyatakan diterima.

**Kata Kunci:** *Resiliensi, Stress, Pedagang Kaki Lima*

## **Pendahuluan**

Negara Indonesia telah mengumumkan sejak 2 Maret 2020 sebagai bencana yang berdampak bagi seluruh warga Indonesia. Pandemi covid-19 membuat semua orang kehilangan mata pencahariannya, terutama para pedagang kaki lima. Para pedagang mengalami penurunan pendapatan semenjak pemerintah memberlakukan kebijakan sosial berskala besar (PSBB). Sayangnya hasil obesrvasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti di sentra wisata kuliner Karah Surabaya, para pedagang menunjukkan rendahnya resiliensi, Resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002) adalah kemampuan seseorang untuk beradaptasi dalam mengatasi dan kejadian yang berat

---

atau masalah yang terjadi dalam kehidupan para pedagang mengeluh disertai emosi saat di wawancarai oleh peneliti, para pedagang menyesalkan dengan adanya kebijakan psbb yang dibuat oleh pemerintah. Para pedagang kaki lima mengaku kesulitan mencukupi kebutuhan hidup mereka, seperti membeli makan, membayar listrik, membayar pendidikan anak dan kebutuhan hidup yang lainnya. Secara tidak langsung para pedagang menyebutkan dampak psikologis dengan adanya pandemi covid-19 dan kebijakan psbb yang di adakan oleh pemerintah, para pedagang menceritakan kepada peneliti, bahwa mereka mengalami susah tidur, tidur kurang nyenyak, nafsu makan berkurang, para pedagang juga bercerita kepada peneliti bahwa mereka sulit berkonsentrasi dan sering salah dengan pesanan yang dipesan oleh customer dan menurut hasil obesrvasi di sentra wisata kuliner Karah Surabaya peneliti menceritakan bahwa banyak pedagang yang murung, dari apa yang diceritakan oleh pedagang merupakan gejala dari stress. para pedagang mengatakan bahwa mereka takut tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup keluarga mereka sehingga timbulah gejala-gejala dari stress.

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara resiliensi dengan stress pada pedagang di sentra wisata kuliner (SWK) Karah di Surabaya saat pandemi covid-19. penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan seputar dunia psikologi terutama dalam bidang psikologi sosial tentang resiliensi. Selain itu juga bertujuan untuk mengetahui tingkat stress dengan resiliensi seseorang. Didalam penelitian kali ini, hipotesis yang diajukan peneliti ialah “ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stress pada pedagang pada saat pandemi Covid-19”. Sehingga semakin tinggi resiliensi yang dimiliki oleh para pedagang, maka tingkat stress akan semakin rendah. Begitu juga sebaliknya, jika semakin rendah resiliensi yang dimiliki oleh para pedagang, maka tingkat stress akan semakin tinggi.

Resiliensi didefinisikan sebagai kapasitas respon manusia dengan kondisi yang tidak menyenangkan, trauma, terutama dalam mengendalikan tekanan di kehidupan sehari-harinya. Teori ini didasari oleh definisi yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte (2002), dimana resiliensi tersebut dapat diukur melalui 7 aspek dan indikator yang terdiri dari : 1) mampu berperilaku tenang dalam menghadapi tekanan dan kondisi masalah saat ini, 2) mampu mengendalikan emosi, 3) berpikir positif dan tidak mudah menyerah, 4) mampu memberikan solusi terhadap masalah, 5) peka dan mudah menempatkan diri dalam situasi yang berbeda, 6) yakin untuk memiliki rasa percaya diri, 7) mampu meningkatkan pikiran positif.

Stress didefinisikan secara operasional sebagai dengan ditandai gejala fisik sakit kepala, cemas, perubahan metabolisme dalam tubuh, emosi dan tingkah laku sehari – hari. Didasari oleh definisi teoritis yang dikemukakan oleh Hardjana (2004) dimana stress dapat diukur melalui 3 aspek dan indikator yang terdiri dari : 1) tidak mampu mengendalikan emosi dengan baik, 2) kurangnya semangat dalam bekerja, 3) kurangnya rasa percaya diri, 4) sulit dalam berkonsentrasi, 5) susah dalam mengambil keputusan, 6) perubahan dalam berpikir atau lupa, 7) Berubahnya metabolisme dalam



tubuh, 8) peningkatan fungsi jantung, 9) meningkatnya pernafasan, 10) meningkatnya tekanan darah, 11) timbulnya sakit kepala.

## Metode

populasi dalam penelitian ini adalah pedagang kaki lima khususnya para pedagang di Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah Surabaya yang sedang menjalani Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) saat pandemi Covid-19 dengan data yang diperoleh dari bendahara di Sentra Wisata Kuliner (SWK), yang dapat diketahui dengan jumlah pedagang sebanyak 38 orang. Teknik pengambilan sampel peneliti menggunakan metode sampel jenuh. Yang dimana metode sampel jenuh merupakan teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan dengan metode kuantitatif kolerasional. Tipe penelitian korelasional ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Resiliensi (X) dengan Stress (Y). Penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan skala dengan menggunakan sebaran angket. Data dalam penelitian ini menggunakan analisis secara kuantitatif. Sesuai tujuan penelitian, hipotesa penelitian dan jenis data yang diperoleh kedua data ini berskala ordinal, maka analisa yang digunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dan teknik deskriptif dengan uji prasyarat analisis, dan uji linier hubungan. Proses untuk melakukan analisis data adalah melalui tahap uji prasyarat analisis dan kemudian teknik analisis data untuk menguji hipotesis.

## Hasil

Hasil uji korelasi antara variabel resiliensi (*independent*) dengan variabel stress (*dependent*) menunjukkan  $r_{xy} = -0,764$  dengan  $p = 0,000$  signifikan dan  $H_0$  ditolak ( $H_a$  diterima) oleh karena  $p < 0,01$  maka terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara resiliensi dengan stress pada para pedagang di Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya. Jadi, semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah tingkat stress yang dialami oleh para pedagang, begitu juga sebaliknya semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi tingkat stress. Hal ini berarti hipotesis penelitian yang dinyatakan diterima.

**Tabel Hasil Uji Korelasi**

Variabel	Correlation Coefficient	Sig.	Keterangan
Resiliensi – Stress	-0,764	0,000	Signifikan

---

## Pembahasan

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesa yang diajukan, bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara aspek-aspek resiliensi yang mencakup regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, kemampuan untuk menganalisis penyebab dari masalah, empati, keyakinan diri dan berpikir positif dengan aspek-aspek stress yaitu aspek emosional, fisiologis, dan intelektual. Arah hubungan antara tiap aspek dari masing-masing variabel menunjukkan negatif, yang berarti ketika resiliensi para pedagang kaki lima Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya rendah maka tingkat stress yang dirasakannya tinggi. Begitu sebaliknya semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi tingkat stress yang dialami oleh para pedagang kaki lima Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya.

Seseorang yang memiliki kualitas untuk bertahan dalam suatu situasi yang menekan atau menyulitkan akan membuat individu beranggapan biasa terhadap situasi yang menyulitkannya, sehingga membuat individu tersebut tidak rentan untuk bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi yang dapat membuatnya menjadi stress. Oleh karena itu resiliensi merupakan salah satu faktor penting bagi individu yang mengalami stress. Menurut Hardy dan Gill (Lamind dkk. 2009, dalam Shen & Zeng, 2004) resiliensi dianggap sebagai komponen penting dalam pemulihan dari penyakit dan stres. Pendapat tersebut juga diperkuat oleh Major yang mengungkapkan bahwa resiliensi dapat mengurangi tekanan setelah mengalami beberapa peristiwa yang membuat stres (dalam Zur & Gilbar, 2011).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tria Septiani & Nurindah Fitria, (2016) yang berjudul “Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stress Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan” hasil tersebut menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi rendah maka cenderung memiliki rasa stress yang tinggi yang sangat berpengaruh pada kehidupan individu karena masing-masing individu memiliki cara yang berbeda untuk menanggapi stress yang ada.

Penelitian tersebut sama halnya dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Abdul Basith, IGAA Noviekayati, Dyan Evita Santi, (2020) yang diolah dengan teknik korelasi rank spearman dengan hasil yang menyatakan bahwa adanya hubungan signifikan negatif antara pola pikir yang positif dan resiliensi dengan stress pada petugas kesehatan bahwa semakin tinggi stress yang dialami maka semakin rendah pola pikir yang positif dan resiliensi. Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Marlyn Triyana, Tuti Hardjajani & Nugraha Arif Karyanta, (2010) dengan subjek yang berbeda dan berjudul “Hubungan Antara Resiliensi Dengan Stress Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret” yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stress dalam menyusun skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. Artinya, semakin rendah resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa yang menyusun skripsi maka semakin tinggi pula rasa stress yang dialami.



Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semakin rendah resiliensi pada pedagang kaki lima, maka akan semakin tinggi tingkat stress dalam dirinya, begitu pula sebaliknya apabila semakin tinggi resiliensi para pedagang kaki lima, maka akan semakin rendah tingkat stress pada pedagang kaki lima.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui antara resiliensi dengan *stress* pada pedagang kaki lima di Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya. Peneliti melakukan penelitian ini, karena didasari oleh fakta yang saat ini terjadi perasaan *stress* yang dirasakan oleh para pedagang kaki lima di Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya, sehingga muncul terjadinya perilaku yang berupa menjadi cemas, gelisah dan putus asa. Sehingga berdampak merugikan diri sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk diteliti dan tujuannya adalah untuk mengetahui bagaimanakah hubungan antara resiliensi dengan *stress* pada para pedagang kaki lima Sentra Wisata Kuliner (SWK) Karah di Surabaya.

Bagi para pedagang lebih meningkatkan sikap resiliensi dengan cara tidak menyalahkan pemerintah terus-menerus dengan adanya kebijakan psbb yang dibuat oleh pemerintah, banyak masyarakat yang terdampak pekerjaannya akibat pandemi covid-19. Selanjutnya para pedagang bisa mencoba berjualan dengan cara lain, misalkan berjualan secara keliling dirumah-rumah warga atau dizaman modern sekarang ini bisa bejualan dirumah secara online. Para pedagang juga bisa memberi diskon atau potongan harga terhadap barang dagangannya agar menarik minat pembeli di zaman pandemi covid-19. Banyak cara yang bisa dilakukan oleh pedagang agar pendapatannya dapat membaik seperti sebelum pandemi covid-19. Para pedagang kaki lima juga bisa mencegah terjadinya *stress* terhadap dirinya dengan cara selalu befikir positif dengan semua hal yang terjadi dengan nasib dagangannya dimasa yang akan datang, percaya bahwa pandemi ini segera berlalu dan nasib dagangan akan kembali seperti sedia kala. Para pedagang diharapkan lebih meningkatkan ibadah mereka kepada tuhan yang maha pencipta, dan berharap dimasa pandemi ini nasib mereka akan baik-baik saja. Meningkatkan ibadah kepada tuhan yang maha pencipta juga penting, agar suasana hati individu bisa lebih tenang dan damai dikala adanya dampak dari pandemi covid-19, para pedagang harus lebih mengontrol sifat dan perilaku agar selalu berfikir positif dan berperilaku positif supaya tidak terjadi hal-hal buruk yang tidak diinginkan. Saran diatas supaya ketika terjadi suatu kondisi permasalahan yang sama, para pedagang bisa menyiapkan diri mereka dengan baik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian sejenis dengan memperluas populasi penelitian, serta lebih menyempurnakan penelitian selanjutnya dengan menambahkan variabel lain seperti optimisme, dll agar dapat dikembangkan dengan metode lain sehingga mendapatkan hasil yang jauh lebih baik dan tidak membuat kesalahan yang sama.

---

Bagi pihak pengelola diharapkan dapat memperbaiki atau menyusun sistem pengelolaan yang lebih efisien dan modern agar para pedagang dapat meningkatkan pendapatan. Misalnya adalah memberikan keringanan pembayaran sewa serta mendukung para pedagang seperti memberikan arahan secara menyeluruh pada mereka agar melek pasar digital, sehingga mereka dapat memasarkan makanan serta minuman diberbagai aplikasi-aplikasi online lainnya agar mereka dapat kembali melakukan aktivitas secara maksimal selama masa pandemi.

Bagi Pemerintah Jikalau terjadi kondisi masalah yang sama supaya pemerintah menyiapkan kebijakan yang tidak menimbulkan masalah yang berdampak besar terhadap masyarakat agar perekonomian dan kondisi psikologis masyarakat tetap normal dan berjalan dengan baik. Pemerintah juga bisa menyiapkan perekonomian yang lebih kreatif, lebih bijak dan adil, supaya tidak merugikan banyak orang atau tidak memberikan keuntungan yang besar terhadap golongan tertentu.

## Referensi

- A. Setyowati, S. Hartati. (2012). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi pada Siswa Penghuni Rumah Damai. Semarang. Jurnal Psikologi
- Agus M. Hardjana, (1994). Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres. Yogyakarta. Kanisius.
- Amacon. Reivich, K., & Shatte, A. 2002. The Resilience Factor : 7 Keys to Finding Your Inner Strength And Overcome Life's Hurdles. New York. Broadway Books
- Amin, S.M. & Al-Fandi, H. (2007). Kenapa Harus Stres Terapi Stres Ala Islam. Jakarta : Amzah
- Basith, Abdul (2020) Hubungan Antara Berpikir Positif Dan Resiliensi Dengan Stres Pada Petugas Kesehatan Dalam Menghadapi Virus Corona (COVID 19). Surabaya. Masters thesis, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., dan Weintraub, J. K. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. New York. Journal of Personality and Social Psychology.
- Desmita. (2012). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. Surabaya. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Everall, R.D. (2007). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescent. Canada. Journal of Counseling and Development.
- Gadzella, Berandette & Masten, William. (2005). An Analysis of The Categories in the Student-Life Stress Inventory. American. Journal Of Psychological Research
- Giordano, F.J., (2005). Oxygen, oxidative stress, hypoxia, and heart failure. J. Clin. Invest. American. Journal of American
- Kupriyanov, R., & Zhdanov, R. (2014). The Eustress Concept: Problems and Outlooks. American. World Journal of Medical Sciences



- Lazarus, R.S, & Cohen, J. (1977). Environmental stress in J. Wohwill & I. Altman (Eds), Human Behaviour and Environment. New York. Plenum.
- Lovibond S. H. and Lovibond P. F. (1995). Manual for the Depression Anxiety Stress Scales 2nded. Sydney. Psychology Foundation.
- Moh. Muslim. (2020). Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19. Jakarta Jurnal Manajemen Bisnis 2020
- Mufidah Alaiya C. (2017). Hubungan Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan Locus of Control sebagai Moderator pada Mahasiswa Bidikmisi. Malang. Magister Sains Universitas Muhammadiyah Malang.
- Nasution, S. (2000). Berbagai Pendekatan Dalam Proses Belajar Mengajar. Jakarta. Bumi Aksara.
- Palmer, S. & Cooper, C. (2007). How to Deal with Stress. London & Philadelphia. Kogan Page
- Robbins, Stephen P. (2001). Perilaku Organisasi: Konsep, Kontroversi, Aplikasi. Jakarta. Prenhallindo.
- Santrock, J.W. (2003). Adolescent- Perkembangan Remaja. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc
- Sarafino. E. P. (1998). Health Psychology : Biopsychosocial Interaction. USA. John Willey and sons.
- Septiani, Tria. Fitria, Nurindah. (2016). “Hubungan antara Resiliensi dengan Stress pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan”. Jakarta. Uin Surabaya.
- Setyowati, dkk. (2013). Hubungan Peran Ayah di Keluarga dengan Keikutsertaan Balita Usia 2-24 Bulan dalam Pelaksanaan Imunisasi DPT di Desa Pace Kecamatan Silo Kabupaten Jember. Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2013.
- Syafrizal, dkk. (2020). Pedoman Umum Menghadapi Pandemi COVID-19 Bagi Pemerintah Daerah, Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis dan Manajemen. Semarang. Journal Universitas Diponegoro.
- Taufik., & Ayuningtyas, Eka Avianti. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Bisnis dan Eksistensi Platform Online (The Impact of Covid-19 Pandemic on Business and Online Platform Existance). Jakarta. Jurnal Pengembangan
- Triyana, Marlyn. Hardjajani, Tuti. Nugraha Arif. (2010). “Hubungan antara Resiliensi dan Stress dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Kedokteran Universitas Sebelas Maret”. Surakarta. Universitas Sebelas Maret.
- Ungar, M. (2008). Resilience Across Cultures. New York, Britih Journal of Social Work
- Utami, C.T. & Helmi, A.F. (2017). Self Efficacy dan Resiliensi : Sebuah Tinjauan Meta- Analisis. Jogjakarta. Buletin Psikologi UGM Jogja
- Wahjono, Senot Imam. (2010). Perilaku Organisasi. Jogjakarta. Graha Ilmu.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi Dan resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama. Jogjakarta. Jurnal Humanitas

---

Wilkinson, M. Judith. (2002). Buku Saku Diagnosa Keperawatan dengan Intervensi NIC dan Kriteria Hasil NOC. Jakarta. ECG Jakarta.