

STRATEGI KOPING PENCARI NAFAKAH BERPENDAPATAN RENDAH AKIBAT KRISIS MASA PANDEMI COVID-19

Bonar Hutapea¹ & Jose Widyazali²

¹Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: bonarh@fpsi.untar.ac.id

²Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: jose.705180012@stu.untar.ac.id

Masuk : 22-07-2022, revisi: 31-03-2023, diterima untuk diterbitkan: 30-10-2023

ABSTRACT

About 70% of low-income individuals saw a sharp fall in their income during the COVID-19 epidemic, especially those who reside in cities and dependents whose purchasing habits have changed and whose expenses for food, healthcare, and the internet have increased. significantly, but changing employment is very difficult because of job limits caused by the sluggishness of the corporate world. This descriptive-correlational study aimed to identify the psychological strain and coping mechanisms that young workers—particularly those with low incomes—experience. A psychological scale, demographic inquiries, and one open-ended inquiry were among the online questionnaires used to gather data using the Google application. Based on the results of the data analysis, it is known that participants' subjective stress levels are generally quite high. with the preference for task-focused coping being the highest. The dominant responses to open questions revealed there are six ways to overcome financial difficulties during times of crisis. The results of this research and its limitations are discussed in terms of practical and theoretical implications, especially from the perspective of coping theories in the context of a financial crisis amidst the pandemic.

Keywords: Coping strategies, stress, pandemic, covid-19, theories of coping

ABSTRAK

Selama pandemi Covid-19, sekitar 70 persen orang berpendapatan rendah mengalami penurunan penghasilan yang sangat besar termasuk yang tinggal di perkotaan dan memiliki tanggungan dengan pola konsumsi yang berubah yakni biaya pembayaran produk makanan, kesehatan dan komunikasi (internet, pulsa, paket data) yang meningkat tajam sedangkan beralih pekerjaan sangat sulit dilakukan karena keterbatasan pekerjaan disebabkan kelesuan dunia usaha. Penelitian deskriptif-korelasional ini dimaksudkan untuk mengungkap tegangan psikologis dan strategi koping pekerja berusia muda khususnya pencari nafkah berpendapatan rendah yang memiliki tanggungan. Pengumpulan data menggunakan kuesioner daring via aplikasi Google berupa skala psikologis, pertanyaan-pertanyaan demografik dan satu pertanyaan terbuka. Dari hasil analisis data diketahui bahwa secara umum stres (*perceived stress*) pada partisipan tergolong tinggi, dengan preferensi koping *task-focused coping* merupakan yang tertinggi. Adapun respon dominan pada pertanyaan terbuka mengungkapkan setidaknya 6 cara mengatasi kesulitan keuangan selama masa krisis. Hasil penelitian ini dan keterbatasannya dibahas dalam kerangka implikasi praktis dan teoritis, khususnya dalam perspektif Teori Koping dalam konteks krisis finansial dalam situasi pandemik.

Kata Kunci: Strategi koping, stres, pandemi, covid-19, teori koping

1. PENDAHULUAN

Resesi ekonomi dunia tak dapat dihindari sebagai akibat pandemi Covid-19 (Bluedorn et al., 2020), tidak terkecuali Indonesia. Diperkirakan 1 dari 3 orang kelas menengah ke atas dan sekitar 70 persen orang berpendapatan rendah mengalami penurunan penghasilan (Putra, 2020; Sitinjak, 2020) bahkan kehilangan pendapatan (Shuster et al., 2023) selain angka kemiskinan juga meningkat (Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan UGM, 2020; Irawan, 2021) selama pandemi Covid-19. Masyarakat juga mengakui bahwa pendapatan menurun disebabkan Corona (Setiawan, 2020; Irawan, 2021). Lebih spesifik, tercatat sebesar 74.3 persen rumah tangga di Indonesia mengalami penurunan pendapatan (Putri, 2021; UNICEF et al., 2022) dan penelitian Smeru Institute menunjukkan hanya 15 persen rumah tangga yang melaporkan bahwa kebutuhan hidup mereka sudah terpenuhi (Izzati, 2021). Tidak berbeda halnya dengan individu yang tinggal di

perkotaan dan memiliki anak yakni mencapai 78,3 persen mengalami penurunan pendapatan (Putri, 2021).

Kebijakan restriktif yang diambil pemerintah meski sebagai keputusan yang sulit (Hutapea et al., 2023) sebagaimana juga pada berbagai negara di dunia (Aida & Hardiyanto, 2020) berdampak sangat serius dan nyata pada kesulitan keuangan yang dialami warga selama pandemi Covid-19 yang menyebabkan kemerosotan daya beli lalu menyebabkan masalah berat bagi dunia usaha (Hutapea et al., 2021) dan pada gilirannya berdampak pada para pekerja karena mengalami dirumahkan (*laid off*) bahkan pemutusan hubungan kerja lalu menjadi pengangguran (Hutapea, 2021a). Pola konsumsi masyarakat juga berubah karena krisis yang diakibatkan pandemi covid-19 terutama karena adanya pembatasan sosial berskala besar. Konsumsi bahan bakar dan transportasi menurun namun biaya pembayaran produk makanan, kesehatan dan komunikasi (internet, pulsa, paket data) meningkat tajam (Sitinjak, 2020).

Selain itu, penurunan pendapatan dan kesulitan keuangan yang dihadapi saat pandemi tidak mendorong sebagian besar pekerja, termasuk pekerja informal, untuk beralih pekerjaan. Hal ini disebabkan sulitnya mendapatkan pekerjaan dalam situasi berat yang dihadapi dunia usaha. Secara khusus, ditambah lagi dengan kompetensi yang dimiliki cenderung rendah dan persepsi bahwa tidak ada pekerjaan yang dapat menawarkan kondisi lebih baik. Menurut Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan UGM (2020), sebesar 23,4 persen pekerja informal cenderung beralih pada usaha bisnis *online*. Namun, kondisi pekerjaan yang buruk akibat pandemi tidak menimbulkan keinginan bagi 46,9 persen responden untuk berpindah pekerjaan. Penelitian LPEM FEB UI (2021) mendukung sejumlah temuan di atas yakni individu dengan tingkat sosial ekonomi yang lebih rendah dengan pekerjaan di sektor yang terdampak parah mengalami pengurangan pendapatan dan pengeluaran pada masa pandemi COVID-19.

Sejumlah kondisi yang diuraikan di atas menjadi penyebab tegangan psikologis yang tinggi pada pekerja khususnya pencari nafkah berpendapatan rendah dan keluarga dengan pendapatan rendah (Benton et al., 2021; Mousavi et al., 2020; Paul et al., 2021; UNICEF et al., 2022; Kayani et al., 2023) termasuk di negara berpendapatan rendah dan sedang (Kola et al., 2021). Secara khusus, stressor ekonomik menjadi pemicu masalah kesehatan mental pada para pekerja (Ali et al., 2021; Shammi et al., 2020; Polizzi et al., 2020; Park et al., 2020; Kayani et al., 2023). Perubahan ekonomi secara cepat, menurunnya pendapatan, kehilangan pekerjaan, dan melonjaknya harga barang kebutuhan merupakan sumber stres bagi orang-orang (Mousavi et al., 2020; Ismail et al., 2021; Shen et al., 2021; Borrescio-Higa et al., 2022) selama masa pandemi Covid-19 yang dianggap sebagai stres kehidupan (Jean-Baptiste et al., 2020).

Stres yang diartikan sebagai persepsi mengenai ancaman atau tuntutan yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan dalam diri individu seperti kecemasan, tekanan sosial, dan kesulitan dalam beradaptasi terhadap keadaan (Fink, 2016; Hutapea, 2021b) yang dapat menyebabkan gangguan obsesif kompulsif dan perilaku panik (Bhattacharjee & Ghosh, 2022) serta penyalahgunaan zat (Singh et al., 2021). Stress juga berdampak negatif secara biologis seperti menurunnya kualitas tidur (Duran & Erkin, 2021), penyakit jantung, hipertensi, kecanduan obat-obatan, obesitas, dan penyakit lainnya (Fink, 2016) bahkan dalam jangka panjang dapat menyebabkan kesedihan dan kecemasan yang meningkat sehingga cenderung mengarah ke depresi (Fink, 2016; Wu et al., 2020). Oleh karena itu, menarik untuk mengetahui strategi koping individu untuk mereduksi dampak negatif stress yang dialami selama masa pandemi Covid-19, memperkuat resiliensi

(Polizzi et al., 2020), kualitas hidup (Id et al., 2023), luaran-luaran psikososial (*psychosocial outcomes*) (Minahan et al., 2021), dan secara umum terhadap kesehatan mental (Budimir et al., 2021; Kar et al., 2021).

Koping (*coping*) didefinisikan Lazarus and Folkman (1984) sebagai pemikiran dan tindakan yang realistis dan fleksibel yang memecahkan masalah sehingga mengurangi *stress*. Adapun strategi koping (*coping strategy*) diartikan Stallman (2020) sebagai tindakan untuk mengurangi emosi-emosi tak menyenangkan dan tekanan (*distress*) pada individu. Koping digambarkan sebagai reaksi kognitif dan perilaku untuk mengurangi emosi yang tidak menyenangkan (misalnya kesedihan, ketakutan, kemarahan), dan agar terlepas dari intensitas emosional.

Setiap orang akan menggunakan strategi koping dalam menghadapi stresor. Menurut Stephenson dan DeLongis (2021), koping merupakan proses dinamis dengan melibatkan berbagai strategi di dalamnya dan diterapkan pada waktu atau fase stresor yang berbeda. Terdapat dua strategi koping menurut Lazarus and Folkman (1984) yaitu *problem-focused coping* yang tekniknya adalah secara langsung menghadapi masalah dan *emotion-focused coping* yang mengarah kepada mengurangi tekanan emosional terkait stres. Kemudian, oleh Endler dan Parker (1990), teori strategi koping milik Lazarus dan Folkman dikembangkan menjadi tiga strategi, yaitu *avoidant coping*, dengan cara menghindari masalah melalui pengalihan fokus, *task-focused coping* dengan konsep yang sama seperti *problem-focused coping*, yaitu berfokus pada penyelesaian masalah, dan *emotion-focused coping*, berfokus untuk mengurangi emosi-emosi negatif.

Penelitian mengenai stres dan koping atau strategi koping terkait pandemi Covid-19 umumnya berfokus pada pekerja sektor kesehatan (Chow et al., 2021; Alsolami et al., 2021), guru atau calon guru (Kwaah et al., 2022), mahasiswa (Rogowska et al., 2020; Shuster et al., 2023; et al., 2022; Thai et al., 2021; Awoke et al., 2021; Zurlo et al., 2022), dewasa akhir atau individu menjelang lanjut usia (Ahmadi et al., 2023) dan individu yang terkena *lockdown* (Gori et al., 2020; Budimir et al., 2021) serta pasien Covid-19 (Dehelean et al., 2021).

Meski kesulitan ekonomi atau kesulitan keuangan menjadi salah satu stressor yang sangat kuat sebagaimana ditemukan pada berbagai penelitian seperti disinggung di atas, namun koping, mekanisme koping, strategi koping atau perilaku koping pada subyek ini tampaknya belum menjadi fokus perhatian para peneliti. Penelitian terhadap pencari nafkah dengan pendapatan rendah sebagai akibat krisis masa pandemi Covid-19, sejauh dapat diakses secara terbuka, masih sangat sedikit ditemukan dan hanya terdapat beberapa penelitian yang relevan. Diantaranya, Wu et al. (2020) yang menemukan orang tua yang berasal dari keluarga dengan ekonomi rendah secara signifikan memiliki tingkatan stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan keluarga berstatus ekonomi yang tinggi. Temuan Galambos dan Silbereisen (1987) bahwa ayah menjadi lebih pesimis tentang hidupnya seiring dengan meningkatnya *income loss*. Penelitian Chesley (2017) menemukan bahwa ibu yang menjadi pencari nafkah juga mengalami stres karena menjadi sumber utama pendapatan di keluarganya, sama seperti tekanan pada ayah dalam penelitian Kaufman (2013). Penelitian Ahmed dan Sifat (2021) yang menunjukkan adanya gambaran yang jelas terkait stres akut pada pencari nafkah yang mengalami penurunan pendapatan terkait kemampuan untuk mengatur kemampuan mendapatkan makanan dan kebutuhan sehari-hari lainnya.

Dari sejumlah penelitian yang disinggung di atas, hanya dua saja yang terkait atau konteksnya merupakan pandemi Covid-19, tidak secara eksplisit mencakup atau melibatkan koping dan tak

satu pun di antaranya yang mencakup partisipan Indonesia. Karenanya, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui strategi koping pada pencari nafkah yang mengalami berkurangnya pendapatan lalu memiliki pendapatan rendah karena pandemi COVID-19. Dari penelitian ini diharapkan diperoleh pemahaman mengenai strategi koping atau koping stres dalam situasi kesulitan ekonomi akibat krisis.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain deskriptif-korelasional. Partisipan diperoleh dengan *non-probability sampling* yaitu teknik *criterion sampling* atau *purposive sampling*, mengacu pada Djamba dan Neuman (2002), dengan kriteria: a) berusia 18-40 tahun; (b) termasuk memiliki pendapatan rendah mengacu pada penggolongan Badan Pusat Statistik Indonesia; (c) mengalami penurunan pendapatan selama pandemi Covid-19; dan (d) memiliki tanggungan, anggota keluarga atau bukan keluarga, seperti istri, anak, orang tua, dan sebagainya. Partisipan dianggap sebagai pencari nafkah dan tulang punggung keluarga, dengan pendapatan rumah tangga di bawah Rp. 2.121.637,00 per bulan.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner daring via aplikasi Google terdiri dari dua instrumen yakni adalah *Perceived Stress Scale* (PSS) dari Cohen dan Williamson (1988) untuk mengukur stres dan *The Coping Inventory for Stressful Situations-21* (CISS-21) yang dikembangkan oleh Endler dan Parker (1990) dan telah dialihbahasakan ke dalam Bahasa Indonesia untuk mengukur strategi koping yang terdiri dari *Avoidant Coping*, *Task-Focused Coping*, dan *Emotion-Focused Coping*. Kuesioner ini juga dilengkapi pertanyaan-pertanyaan data demografik dan satu pertanyaan terbuka (*open-ended question*) mengenai pengalaman partisipan dalam situasi krisis akibat pandemi khususnya respon, langkah atau tindakan yang diambil subyek untuk menyiasati pemenuhan beban finansial dengan pendapatan yang rendah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Subyek penelitian yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 100 orang terdiri dari 70 laki-laki dan 21 perempuan, didominasi oleh kelompok usia 21-30 tahun (68%), lebih banyak yang berdomisili di Jakarta (69%) sedangkan sisanya tinggal di Bogor, Tangerang, Depok, Bekasi dan daerah lainnya. Adapun pendidikan terakhir lebih banyak tingkat sarjana (49%) diikuti lulusan SLTA/ sederajat (39%), diploma (10%) dan sisanya adalah lulusan SLTP/ sederajat. Mayoritas partisipan memiliki pendapatan tetap (82%) dengan jumlah tanggungan sebanyak 2 orang lebih dominan (55%).

Tabel 1

Gambaran Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Deviation
<i>Perceived Stress Scale</i>	100	01,43	4,00	3,4157	0,41269
<i>Avoidant Coping</i>	100	1,33	4,83	3,7917	0,89905
<i>Task-Focused Coping</i>	100	2,29	5,00	4,2157	0,64097
<i>Emotion-Focused Coping</i>	100	1,43	4,57	2,4486	0,75128

Data statistik deskriptif, sebagaimana pada tabel, menunjukkan bahwa nilai rata-rata *task-focused coping* merupakan yang tertinggi, diikuti *avoidant coping* dan *emotion-focused coping*. *Task-focused coping* dan *avoidant coping* berada pada kategori tinggi, sedangkan *emotion-focused*

coping dikategorikan rendah. Tingkat stres yang dipersepsikan (*perceived stress*) partisipan tergolong tinggi.

Dari hasil uji *Mann-Whitney U* ($U=698.5$, $z=-1.127$, $p=0.260$ ($p>0.05$)) sebagaimana ditunjukkan pada table 2, diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada penggunaan strategi *task-focused coping* antara laki-laki dan perempuan pencari nafkah berpendapatan rendah. Temuan penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian Voronin et al. (2020) di Rusia, Kyrgyzstan, dan Peru. Meski memiliki variasi antar negara, namun secara keseluruhan terdapat empat domain yang dominan pada masa pandemi Covid-19 yakni: *task-focused coping*, *socially supported coping*, *avoidant coping* dan *emotion-focused coping*. Hasil ini menyiratkan bahwa individu pencari nafkah berpendapatan rendah ketika dihadapkan dengan masalah akan melakukan tindakan adaptif, yaitu dengan cara restrukturisasi kognitif dan menerima kenyataan untuk selanjutnya menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Mekanisme koping semacam inilah yang patut diduga mendasari perilaku adaptif dan solutif dalam masa krisis pandemi Covid-19 sebagaimana diungkap media massa. Misalnya, sepasang suami istri muda berhasil bangkit setelah mengubah lingkup bisnisnya karena penghasilan dari usaha jasa fotografinya menurun sebesar 90 persen sebagai dampak pandemi COVID-19, dengan cara memulai bisnis sewa sepeda yang pada awalnya menggunakan sepeda pribadinya (Alawi & Belarminus, 2020). Demikian pula seorang pengusaha sepatu lokal asal Bogor yang berhasil menyelamatkan bisnisnya yang terguncang akibat pandemi dengan cara mengikuti informasi-informasi seputar fitur ekspor pada platform *e-commerce* (Hasibuan, 2021).

Berbeda halnya dengan penelitian Voronin et al. (2020, dalam penelitian ini strategi *avoidant coping* ditemukan tergolong tinggi dan merupakan preferensi kedua. Meski strategi ini tidak selalu buruk namun berpotensi untuk berdampak buruk. Selain terdapat literatur yang menganggap *avoidant coping* sebagai gaya koping yang maladaptif. Seseorang yang menerapkan strategi *avoidant coping* berusaha menghindari masalah itu sendiri, dan ketidaknyamanan emosional yang terkait dengan masalah atau peristiwa negatif tersebut. *Avoidant coping* membuat individu tetap menyangkal adanya masalah (Goldman & Bell, 2022), selain berkaitan erat dengan kecemasan yang tinggi (Quah et al., 2020). Bahkan dalam pengukuran koping menggunakan COPE scale, hasil analisis faktor eksploratif yang dilakukan Voronin et al. (2020), *avoidant coping* terdiri dari item *mental disengagement*, penyangkalan (*denial*), *behavioral disengagement*, dan penyalahgunaan zat (*substance use*).

Kejahatan semisal mencuri lazim terjadi karena dipicu tekanan ekonomi seperti pengangguran, pendapatan menurun, dan ketimpangan sosio-ekonomik (Bhorat et al., 2017). Dalam masa pandemi Covid-19 secara nyata terjadi di Indonesia, khususnya di Jakarta. Misalnya, dua penjahit yang tertangkap saat sedang melakukan pencurian motor di daerah Jelambar Raya untuk membiayai kebutuhan sehari-hari sejak pendapatan yang menurun drastis selama pandemi COVID-19 (Movanita, 2020; Adikara, 2020; Felisiani, 2020) dan pria berusia 30 tahun asal Bogor yang mencuri tabung gas untuk menghidupi diri sendiri dan keempat anaknya setelah menjadi korban PHK pandemi COVID-19 dari pabrik tempatnya bekerja (Fauziah, 2020). Fenomena ini sangat mungkin didasari oleh *avoidant coping* bahkan *maladaptive coping* yang tidak jarang menjadi mekanisme yang dipilih orang-orang dalam situasi krisis.

Tabel 2

Hasil Uji Beda Faktor Task Focused Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Mrank	U	z	p
Laki-laki	52,16	698,5	-1,127	0,260
Perempuan	44,26			

Hasil uji statistik dengan teknik analisis *Mann-Whitney U*. (($U=721,000$, $z=-0,155$, dengan $p=0,877$ ($p>0,05$)) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada penggunaan strategi *task-focused coping* individu pencari nafkah berpendapatan tetap dan tidak tetap. Dari hasil analisis data juga diketahui bahwa *mean rank* individu dengan pendapatan tidak tetap lebih tinggi jika dibandingkan dengan individu berpendapatan tetap. Temuan ini menarik dan sejauh ini belum pernah dihasilkan pada penelitian sebelumnya.

Di luar konteks pandemi dan sebelum pandemi Covid-19, terdapat sejumlah hasil penelitian sebelumnya yang memiliki kemiripan dengan temuan penelitian ini. Misalnya, Matud (2004) yang mengungkapkan bahwa perempuan memiliki skor yang lebih rendah dalam koping rasional dan menjaga jarak dengan sumber stress (*rational and detachment coping*) namun memiliki skor yang lebih tinggi *emotional coping* dan *avoidant coping*. Demikian pula, penelitian Chen dan Sun (2019) yang berfokus pada karyawan dewasa khususnya yang mengalami berbagai tekanan dan kesehatan mental bahwa tidak terdapat perbedaan frekuensi pemanfaatan *problem-focused coping yang signifikan* antara pegawai laki-laki dan perempuan; dan khusus pada pekerja yang mengalami depresi, penelitian ini menunjukkan bahwa *problem-focused coping* mempunyai pengaruh yang lebih kuat terhadap depresi pada karyawan laki-laki dibandingkan pada karyawan perempuan. Tidak berbeda dengan penelitian Endler dan Parker (1990) (dalam Howerton & Gundy, 2009) yang menguji perbedaan jenis kelamin dalam gaya koping individu yang mengalami ketegangan kronis (*chronic strain*) dan mood depresi yang menunjukkan tidak ada perbedaan jenis kelamin dalam penggunaan *problem-focused coping* termasuk ketika kontrol statistik untuk status sosial ekonomi diterapkan.

Namun, temuan berbeda diperoleh dari penelitian Baker dan Berenbaum (2007) bahwa perempuan lebih banyak melakukan koping dengan pendekatan emosional dibandingkan laki-laki, sedangkan laki-laki lebih banyak melakukan koping yang berfokus pada masalah dibandingkan perempuan. Adapun dalam konteks olahraga, khususnya sepakbola diketahui bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam preferensi mereka terhadap penggunaan strategi koping tertentu dan bahwa gender merupakan moderator dalam penilaian stres dan proses koping (Kaiseler et al., 2012). Dalam mencari dukungan sosial yang bersifat informasional, perempuan lebih banyak menggunakan strategi penanggulangan yang berfokus pada masalah dan strategi penanggulangan yang berfokus pada emosi dalam mencari dukungan sosial emosional.

Tabel 3

Hasil Uji Beda Task-Focused Coping Berdasarkan Jenis Pendapatan

Jenis Pendapatan	Mrank	U	Z	p
Tetap	50,29	721	-0,155	0,877
Tidak Tetap	51,44			

Temuan penelitian ini mendapat tampaknya berbeda dari penelitian LPEM FEB UI (2021) yakni cara bertahan (*coping mechanism*) antar kelompok individu pada masa pandemi COVID-19 berbeda, yakni orang dengan pekerjaan yang stabil dan kepemilikan aset yang lebih tinggi memiliki beberapa cara bertahan yang positif. Individu dengan jumlah anggota rumah tangga rentan yang lebih tinggi kemungkinan besar tidak memiliki mekanisme bertahan hidup serupa pada masa pandemi COVID-19 dan cenderung memilih untuk menarik uang dan menggadaikan barang.

Hasil uji statistik *Mann-Whitney U* ($U=1067,5$, $z=-1,198$, dan $p=0,231$ ($p>0,05$)) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada penggunaan strategi *task-focused coping* individu pencari nafkah berpendapatan rendah dengan satu dan dua tanggungan. Tetapi, *mean rank* pada individu dengan dua tanggungan lebih banyak ditemukan lebih tinggi jika dibandingkan dengan satu tanggungan keluarga. Temuan ini juga menarik dan belum pernah dihasilkan pada penelitian terdahulu.

Tabel 4

Hasil Uji Beda Faktor Task Focused Berdasarkan Jumlah Tanggungan

Jumlah Tanggungan	Mrank	U	z	P
1-2 orang	46,72	1067,5	-1,198	0,231
>2 orang	53,59			

Selain itu, dari uji statistik ditemukan pula tidak ada perbedaan yang signifikan dalam penggunaan strategi *task-focused coping* ditinjau dari kelompok usia. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Mullis dan Chapman (2000) yang menyebutkan bahwa tidak ada perbedaan usia dalam pemilihan strategi koping. Penelitian terkini juga menemukan hal yang sama bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dan strategi koping individu (Chen et al., 2018) meski LPEM FEB UI (2021) menemukan bahwa usia lebih tua cenderung memiliki pendapatan dan pengeluaran yang relatif stabil atau meningkat pada masa pandemi COVID-19.

Dari pertanyaan terbuka untuk menggali pengalaman partisipan dalam situasi krisis ekonomi dan upaya menyalasi beban finansial dengan pendapatan yang rendah termasuk strategi koping yang dijalankan, diketahui bahwa mayoritas partisipan memilih strategi koping *task-focused coping* atau koping yang berfokus pada masalah (93%) dibandingkan dengan strategi *avoidant coping* (3%) dan *emotion-focused coping*. berada pada kategori *task focused*, 3 orang (3%) kategori *avoidant*, dan tidak ada di antaranya yang termasuk dalam strategi *emotion-focused coping*. Sebanyak 4 data lainnya dari jawaban subyek tidak dapat diinterpretasikan atau tidak valid karena tidak lengkap.

Hasil temuan lainnya pada pertanyaan terbuka, terkait cara para pencari nafkah dengan pendapatan rendah dalam mengatasi keadaan sulit yang dialami selama masa pandemi COVID-19, diperoleh antara lain: (a) partisipan menyatakan memutuskan menjadi lebih hemat dalam menggunakan uang; (b) mengurangi jatah makan dari tiga kali menjadi dua kali sehari; (c) mengurangi merokok; (d) menahan diri untuk tidak berkumpul bersama teman-teman; (e) beralih dari penggunaan kendaraan pribadi dan kendaraan umum menjadi pesepeda (*biker*); dan (f) lebih mengontrol diri dengan hanya berbelanja kebutuhan, bukan keinginan. Temuan ini dalam beberapa hal berbeda dengan hasil penelitian Smeru Institute bahwa cara yang paling umum dilakukan rumah tangga untuk mencukupi kebutuhan sehari-hari antara lain dengan menjual atau menggadaikan barang, mengurangi pengeluaran non-makanan, meminjam uang dari kerabat, mengurangi pengeluaran

makanan, dan mekanisme lainnya (Izzati, 2021) dan sampai tingkat tertentu mengupayakan kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan terlepas dari situasi sulit yang dihadapi (Hutapea et al., 2019).

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Di antaranya, belum mempertimbangkan bidang pekerjaan, status pekerjaan, tingkat pendidikan partisipan dalam strategi bertahan hidup dalam masa pandemi Covid-19. Misalnya, dibandingkan orang-orang yang bekerja pada sektor primer, yakni sektor pertanian dan pertambangan, mereka yang bekerja di sektor manufaktur dan jasa cenderung memilih jam kerja yang lebih panjang dan menggadaikan barangnya sebagai mekanisme bertahan hidup. Tiga sektor yang terdampak pandemi COVID-19 adalah sektor perdagangan, hotel dan restoran, serta transportasi dan komunikasi sehingga pekerja pada sektor tersebut cenderung memiliki pendapatan yang lebih rendah (LPEM FEB UI, 2021). Demikian pula status pekerjaan atau kepegawaian. Misalnya, pekerja upahan mengalami peningkatan pengeluaran untuk makanan pokok, listrik, biaya kesehatan, dan pembayaran kredit pada masa pandemi COVID-19, sedangkan pekerja lepas pertanian hanya mengalami peningkatan pengeluaran untuk listrik. Adapun individu berpendidikan tinggi cenderung memilih untuk menarik uang, bekerja lebih lama, atau melakukan klaim asuransi dan/atau mencairkan tabungan (deposito) sebagai mekanisme bertahan hidup pada masa pandemi COVID-19 (Izzati, 2021). Karenanya layak diduga terdapat perbedaan dalam tingkat stres dan strategi koping ditinjau dari bidang pekerjaan, status pekerjaan, dan tingkat pendidikan.

Sejumlah variabel lain patut dipertimbangkan perannya terhadap strategi koping dalam masa kritis mengacu pada penelitian terdahulu baik terkait atau tidak terkait dengan pandemi Covid-19. Di antaranya adalah sifat-kepribadian (Jonason et al., 2020), peran jenis kelamin dan usia (Blanchard-Fields et al., 1991), tingkat stress dan stressor (Kaiseler et al., 2012).

Secara khusus, peran agama atau religiusitas juga belum dilibatkan dalam penelitian ini. Dikenal sebagai masyarakat yang religius, patut diduga bahwa *religious coping* merupakan salah satu domain yang penting di Indonesia, tidak terkecuali dalam menghadapi situasi sulit semacam pandemi Covid-19. Sebagai perbandingan, penelitian Voronin et al. (2020) di Rusia, Kyrgyzstan, dan Peru juga menemukan peran domain ini dan mental disengagement selain domain yang dominan yakni *task-focused coping*, *socially supported coping*, *avoidant coping* dan *emotion-focused coping*. Religious coping ini pula yang membedakan sistem respon koping terhadap peristiwa yang menimbulkan stres. Temuan yang kurang lebih sama didapatkan dari sampel petugas kesehatan di Malaysia. Domain coping ini dikaitkan dengan perbedaan karakteristik budaya dan sosio-ekonomi, serta perbedaan tindakan yang diambil oleh pemerintah dalam menanggapi COVID-19.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa stress (*perceived stress*) pada pencari nafkah yang berpendapatan rendah di masa pandemi COVID-19 berada pada kategori tinggi dan strategi *task-focused coping* atau *problem-focused coping* adalah strategi yang paling sering digunakan. Artinya meskipun dihadapkan dengan situasi yang sulit, partisipan tetap berusaha untuk mengatasi masalah-masalah tersebut dengan berbagai cara. Hal ini didukung oleh temuan dari pertanyaan terbuka yang mengungkap berbagai cara yang dilakukan dalam menyiasati situasi sulit karena penurunan pendapatan. Dari temuan ini diharapkan implikasi praktis berupa dorongan untuk

menerapkan strategi koping yang efektif dan cara-cara menyiasati situasi dan kondisi sulit sebagai tindakan nyata.

Selain itu, sebagai implikasi teoritis, terlepas dari keterbatasannya, penelitian lanjutan diharapkan untuk melibatkan sejumlah variabel yang relevan dan kontekstual agar didapatkan pemahaman yang lebih terperinci dan komprehensif, terutama dalam kondisi yang sama atau mirip pada mengingat sangat mungkin situasi krisis dapat terjadi waktu mendatang. Selain itu, partisipan penelitian ini tergolong sedikit dan tidak dapat mewakili populasi penelitian yang belum diketahui jumlah yang pasti namun patut diduga berjumlah besar disebabkan krisis sebagai dampak pandemi Covid-19 tergolong berat. Karenanya, dibutuhkan jumlah partisipan yang lebih besar dan cakupan yang lebih luas.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Tarumanagara atas dukungan yang diberikan dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Adikara, B. (2020, Oktober 12). Sepi order di masa pandemi, dua penjahit nekad jadi penjahat. *Jawapos.Com*. <https://www.jawapos.com/jabodetabek/01293015/sepi-order-di-masa-pandemi-dua-penjahit-nekad-jadi-penjahat>.
- Ahmadi, A., Allahverdipour, H., Valiee, S., Pashazadeh, F., & Ghassab-abdollahi, N. (2023). COVID-19 stress and coping strategies among older adults: a systematic review of qualitative evidences. *BMC Psychology*, 11(333), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01382-1>.
- Ahmed, F., & Sifat, R. I. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on the mental health of the Rickshaw-Puller in Bangladesh. *Journal of Loss and Trauma*, 26(8), 782–789. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1852823>.
- Aida, N. R., & Hardiyanto, S. (2020, March 22). Update, Berikut 15 Negara yang Berlakukan Lockdown akibat Virus Corona. *Kompas.Com*. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/03/22/183000465/update-berikut-15-negara-yang-berlakukan-lockdown-akibat-virus-corona?page=all>
- Alawi, M. Al, & Belarminus, R. (2020, September 1). Cerita Pasutri Sukses Usaha Sewa Sepeda Saat Pandemi Covid-19, Untung Rp 5 Juta Per Bulan. *Kompas.Com*. <https://regional.kompas.com/read/2020/09/01/11003921/cerita-pasutri-sukses-usaha-sewa-sepeda-saat-pandemi-covid-19-untung-rp-5?page=all>
- Ali, M., Uddin, Z., & Hossain, A. (2021). Economic stressors and mental health symptoms among Bangladeshi rehabilitation professionals: A cross-sectional study amid COVID-19 pandemic. *Heliyon*, 7(4), e06715. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06715>
- Alsolami, F. J., Ramaiah, P., Tayyib, N. A., Alshmemri, M. S., Alsulami, S. A., Lindsay, G., & Asfour, H. I. (2021). Healthcare Professionals (Nurses ') Perceived Stress and Coping: Amid COVID-19. *Journal of Pharmaceutical Research International*, 33(18), 37–45. <https://doi.org/10.9734/JPRI/2021/v33i1831314>
- Awoke, M., Mamo, G., Abdu, S., Terefe, B., Lucia, V., & Rosa, L. (2021). Perceived stress and coping strategies among undergraduate health science students of Jimma University amid the COVID-19 outbreak: Online cross-sectional survey. *Frontiers in Psychology*, <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v7i3.28153>

- 12(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.639955>
- Baker, J. P., & Berenbaum, H. (2007). Emotional approach and problem-focused coping: A comparison of potentially adaptive strategies. *Cognition and Emotion*, 21(1), 95–118. <https://doi.org/10.1080/02699930600562276>
- Benton, A., Meade, E., & Vandenberg, A. (2021). The Impact of the first year of the COVID-19 Pandemic and recession on families with low incomes. *Office of the Assistant Secretary for Planning and Evaluation*, September, 1–12. <https://aspe.hhs.gov/reports/covid-19-impact-low-income-families>
- Bhattacharjee, A., & Ghosh, T. (2022). COVID-19 Pandemic and stress: Coping with the new normal. *Journal of Prevention and Health Promotion*, 3(1), 30–52. <https://doi.org/10.1177/26320770211050058>
- Blanchard-Fields, F., Sulsky, L., & Robinson-Whelen, S. (1991). Moderating effects of age and context on the relationship between gender, sex role differences, and coping. *Sex Roles*, 25(11/12), 645–660.
- Bluedorn, J., Gopinath, G., & Sandri, D. (2020, April 6). An early view of the economic impact of the pandemic in 5 charts. *IMFBlog*. <https://www.imf.org/en/Blogs/Articles/2020/04/06/blog-an-early-view-of-the-economic-impact-of-the-pandemic-in-5-charts>
- Borrescio-Higa, F., Droller, F., & Valenzuela, P. (2022). Financial distress and psychological well-being during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Public Health*, 67(August), 1–11. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604591>
- Budimir, S., Probst, T., & Pieh, C. (2021). Coping strategies and mental health during COVID-19 lockdown. *Journal of Mental Health*, 0(0), 1–8. <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1875412>
- Chen, S.-M., & Sun, P.-Z. (2019). Gender differences in the interaction effect of cumulative risk and problem-focused coping on depression among adult employees. *PLoS ONE*, 14(12), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226036>
- Chen, Y., Peng, Y., Xu, H., & O'Brien, W. H. (2018). Age differences in stress and coping: Problem-focused strategies mediate the relationship between age and positive affect. *International Journal of Aging and Human Development*, 86(4), 347–363. <https://doi.org/10.1177/0091415017720890>
- Chesley, N. (2017). What does it mean to be a “breadwinner” mother? *Journal of Family Issues*, 38(18), 2594–2619. <https://doi.org/10.1177/0192513X16676857>
- Chow, S. K., Francis, B., Ng, Y. H., Naim, N., Beh, H. C., Aizuddin, M., Ariffin, A., Yusuf, M. H., Lee, J. W., & Sulaiman, A. H. (2021). Religious coping, depression and anxiety among healthcare workers during the COVID-19 Pandemic: A Malaysian Perspective. *Healthcare*, 9(79), 1–15.
- Cohen, S., & Williamson, G. M. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology* (pp. 31–67). Sage.
- Dehelean, L., Papava, I., Musat, M. I., Bondrescu, M., Bratosin, F., Bucatos, B. O., Bortun, A. C., Mager, D. V., Romosan, R. S., Romosan, A., Paczeyka, R., Cut, T. G., Pescariu, S. A., & Laza, R. (2021). Coping strategies and stress related disorders in patients with COVID-19. *Brain Sciences*, 11(1287), 1–14.
- Djamba, Y. K., & Neuman, W. L. (2002). Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. In *Teaching Sociology* (Vol. 30, Issue 3). <https://doi.org/10.2307/3211488>

- Duran, S., & Erkin, Ö. (2021). Psychologic distress and sleep quality among adults in Turkey during the COVID-19 pandemic. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 107. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110254>
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844–854. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.58.5.844>
- Fauziah, A. (2020, April 23). POPULER Deretan Kisah Kemiskinan Terdampak Corona, Terpaksa Mencuri Hingga Hanya Minum Air Galon. *TribunMataram.Com*. <https://mataram.tribunnews.com/2020/04/23/populer-deretan-kisah-kemiskinan-terdampak-corona-terpaksa-mencuri-hingga-hanya-minum-air-galon>
- Felisiani, T. (2020, October 13). Sepi Orderan saat Pandemi, 2 Tukang Jahit di Tanjung Duren Banting Stir Jadi Maling, Ditembak Polisi. *Tribunnews.Com*. <https://www.tribunnews.com/metropolitan/2020/10/13/sepi-orderan-saat-pandemi-2-tukang-jahit-di-tanjung-duren-banting-stir-jadi-maling-ditembak-polisi>
- Fink, G. (2016). Stress, definitions, mechanisms, and effects outlined: Lessons from anxiety. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00001-7>
- Galambos, N. L., & Silbereisen, R. K. (1987). Income change, parental life outlook, and adolescent expectations for job success. *Journal of Marriage and the Family*, 49(1), 141. <https://doi.org/10.2307/352678>
- Goldman, J., & Bell, S. (2022). Student and faculty coping and impacts on academic success in response to COVID-19. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education*, 11(1), 74–91.
- Gori, A., Topino, E., & Fabio, A. Di. (2020). The protective role of life satisfaction, coping strategies and defense mechanisms on perceived stress due to COVID-19 emergency: A chained mediation model. *PLoS ONE*, 15(11), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0242402>
- Hasibuan, L. (2021, July 13). Saat Pandemi Pengusaha Ini Sukses Jual Sepatu ke Luar Negeri. *CNBC Indonesia*. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20210713195253-4-260592/saat-pandemi-pengusaha-ini-sukses-jual-sepatu-ke-luar-negeri>
- Howerton, A., & Gundy, K. Van. (2009). Sex Differences in coping styles and implications for depressed mood. *International Journal of Stress Management*, 16(4), 333–350. <https://doi.org/10.1037/a0016843>
- Hutapea, B. (2021a). Kiat dan Kuat Mencari Kerja di Tengah Pandemi. *Kompas.Com*. <https://money.kompas.com/read/2021/03/15/111100226/kiat-dan-kuat-mencari-kerja-di-tengah-pandemi?page=all>
- Hutapea, B. (2021b). Tertawalah lebih sering sebelum pandemi ini berakhir. *Kompas.Com*. <https://lifestyle.kompas.com/read/2021/01/12/114752420/tertawalah-lebih-sering-sebelum-pandemi-ini-berakhir?page=all>
- Hutapea, B., Ayun, T. Q., Cherika, C., Natashya, R., Noviana, R., & Soedaryo, S. (2019). Penghayatan hidup bahagia dan kesejahteraan pada kaum pemulung. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v2i2.975>
- Hutapea, B., Nainggolan, T., & Dewi, F. I. R. (2023). Kepatuhan Warga selama situasi krisis dalam menjaga kondisi kesejahteraan sosial: Refleksi Atas kebijakan restriktif pandemi Covid-19. *Sosio Informa*, 9(1), 51–67.
- Hutapea, B., Tiatri, S., & Mirabella, M. (2021). Pendampingan dalam pengenalan dan pengembangan diri pelaku usaha mikro dan kecil Di Jambi. *Jurnal Bakti Masyarakat*

- Indonesia*, 4(3), 657–665. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v4i3.13243>
- Id, F. W., Hannah, J., & Gorfinkel, L. (2023). Stress, coping, and quality of life in the United States during the COVID-19 pandemic. *PLoS ONE*, 18(5), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0277741>
- Irawan, K. I. (2021). PDB Per Kapita Merosot akibat Pandemi Covid-19. *Ekonomi*. <https://www.kompas.id/baca/ekonomi/2021/02/08/bank-dunia-covid-19-menghapus-pendapatan-per-kapita-dalam-10-tahun>
- Ismail, R. N. H. R., Hussin, N. Y. C., & Bakar, A. Y. A. (2021). Depression, anxiety and stress level among low-income family during covid-19 pandemic in Malaysia. *Journal of Legal, Ethical and Regulatory Issues*, 24(Special Issue 1), 1–5.
- Izzati, R. Al. (2021). Situasi Kemiskinan Selama Pandemi. *Insight*. <https://smeru.or.id/id/article-id/situasi-kemiskinan-selama-pandemi>
- Jean-Baptiste, C. O., Herring, R. P., Beeson, W. L., Dos Santos, H., & Banta, J. E. (2020). Stressful life events and social capital during the early phase of COVID-19 in the U.S. *Social Sciences & Humanities Open*, 2(1), 100057. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2020.100057>
- Jonason, P. K., Talbot, D., Cunningham, M. L., & Chonody, J. (2020). Personality and individual differences higher-order coping strategies: Who uses them and what outcomes are linked to them. *Personality and Individual Differences*, 155(109755), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109755>
- Kaiseler, M., Polman, R. C. J., & Nicholls, A. R. (2012). Gender differences in appraisal and coping: An examination of the situational and dispositional hypothesis. *Int. J. Sport Psychol.*, 43, 1–14.
- Kar, N., Kar, B., & Kar, S. (2021). Stress and coping during COVID-19 pandemic: Result of an online survey. *Psychiatry Research*, 295(113598), 1–5.
- Kaufman, G. (2013). *Superdads: How Fathers Balance Work and Family in the 21st Century*. NYU Press.
- Kayani, U. N., Naveed, K., Aysan, A. F., Khan, S., & Said, A. (2023). Adjustments to unemployment amid COVID-19: Implementation of ABCX model of family stress on Chinese tourism industry. *Cogent Social Sciences*, 9(1). <https://doi.org/10.1080/23311886.2023.2234147>
- Kola, L., Kohrt, B. A., Hanlon, C., Naslund, J. A., Sikander, S., Balaji, M., Benjet, C., Cheung, E. Y. L., Eaton, J., Gonsalves, P., Hailemariam, M., Luite, N. P., Machado, D. B., Misganaw, E., Omigbodun, O., Roberts, T., Salisbury, T. T., Shidhaye, R., Sunkel, C., ... Patel, V. (2021). COVID-19 mental health impact and responses in low-income and middle-income countries: Reimagining global mental health. *Lancet Psychiatry*, 8, 535–550.
- Kwaah, C. Y., Adu-yeboah, C., Amuah, E., Essilfie, G., & Somuah, B. A. (2022). Exploring preservice teachers' digital skills, stress, and coping strategies during online lessons amid covid-19 pandemic in Ghana. *Cogent Education*, 9(1), 1–21. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2022.2107292>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- LPEM FEB UI. (2021, September 3). *LPEM FEB UI: Pandemi Berdampak Negatif Bagi Masyarakat Berstatus Ekonomi Rendah*. <https://uiupdate.ui.ac.id/article/lpem-feb-ui-pandemi-berdampak-negatif-bagi-masyarakat-berstatus-ekonomi-rendah>
- Matud, M. P. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*, 37, 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>

- Minahan, J., Falzarano, F., Yazdani, N., & Siedlecki, K. L. (2021). *The COVID-19 Pandemic and Psychosocial Outcomes Across Age Through the Stress and Coping Framework*. 61(2), 228–239. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa205>
- Mousavi, S. A. M., Hooshyari, Z., & Ahmadi, A. (2020). The most stressful events during the COVID-19 epidemic. *Iranian Journal of Psychiatry*, 15(3), 220–227. <https://doi.org/10.18502/ijps.v15i3.3814>
- Movanita, A. N. K. (2020, October 12). Dua Penjahit Curi Motor karena Sepi Pesanan di Jakarta Barat. *Kompas.Com*. <https://megapolitan.kompas.com/read/2020/10/12/17305861/dua-penjahit-curi-motor-karena-sepi-pesanan-di-jakarta-barat>
- Mullis, R. L., & Chapman, P. (2000). Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles. *Journal of Social Psychology*, 140(4), 539–541. <https://doi.org/10.1080/00224540009600494>
- Park, C. L., Russell, B. S., Fendrich, M., Finkelstein-fox, L., Hutchison, M., & Becker, J. (2020). Americans' COVID-19 stress, coping, and adherence to CDC Guidelines. *J Gen Intern Med*, 35(8), 2296–2303. <https://doi.org/10.1007/s11606-020-05898-9>
- Paul, A., Nath, T. K., Mahanta, J., Sultana, N. N., Kayes, A. S. M. I., Noon, S. J., Javed, M. A., Podder, S., & Paul, S. (2021). Psychological and livelihood impacts of COVID-19 on Bangladeshi lower income people. *Asia-Pacific Journal of Public Health*, 33(1), 100–108. <https://doi.org/10.1177/1010539520977304>
- Polizzi, C., Lynn, S. J., Perry, A., Lynn, S. J., & Ph, D. (2020). Stress and coping in the time of Covid-19: Pathways to resilience and recovery. *Clinical Neuropsychiatry*, 17(2), 59–62.
- Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan UGM. (2020). Kelompok rentan dan COVID-19 di Indonesia: Sektor informal, disabilitas, dan perempuan. *Berita PSKK*. <https://cpps.ugm.ac.id/kelompok-rentan-dan-covid-19-di-indonesia-sektor-informal-disabilitas-dan-perempuan/>
- Putra, D. A. (2020). Pendapatan Masyarakat Turun Selama Pandemi Corona, Kelompok Ini yang Terparah. *Liputan6.Com*. <https://www.liputan6.com/bisnis/read/4285725/pendapatan-masyarakat-turun-selama-pandemi-corona-kelompok-ini-yang-terparah?page=2>
- Putri, C. A. (2021). Survei: Hampir 75% Pendapatan Keluarga RI Drop Selama Pandemi. *CNBC Indonesia*. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20210304190818-4-227950/survei-hampir-75-pendapatan-keluarga-ri-drop-selama-pandemi>
- Quah, S. K. L., Cockcroft, G. J., Mciver, L., Santangelo, A. M., & Roberts, A. C. (2020). Avoidant coping style to high imminence threat is linked to higher anxiety-like behavior. *Front. Behav. Neurosci*, 14(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2020.00034>
- Rogowska, A. M., Kuśnierz, C., & Bokszezanin, A. (2020). Examining anxiety, life satisfaction, general health, stress and coping styles during COVID-19 pandemic in Polish Sample of university students. *Psychology Research and Behavior Management* ISSN:, 13, 797–81. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S266511>
- Setiawan, S. R. D. (2020, June 26). Survei: 84 Persen Masyarakat Akui Pendapatan Turun karena Corona. *Kompas.Com*. <https://money.kompas.com/read/2020/06/26/122922726/survei-84-persen-masyarakat-akui-pendapatan-turun-karena-corona?page=all>
- Shammi, M., Bodrud-Doza, M., Towfiqul Islam, A. R. M., & Rahman, M. M. (2020). COVID-19 pandemic, socioeconomic crisis and human stress in resource-limited settings: A case from Bangladesh. *Heliyon*, 6(5). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04063>
- Shen, M., Xiao, Y., Yuan, Y., Chen, X., & Li, J. (2021). Perceived stress links income loss and urticaria activity during the coronavirus disease 2019 pandemic. *Annals of Allergy, Asthma*

- and Immunology*, 126(1), 89–90. <https://doi.org/10.1016/j.anai.2020.08.019>
- Shuster, C. L., Tate, M. C., Schulz, C. T., Reyes, C. T., Drohan, M. M., Astorini, A. G., Stamates, A. L., Yang, M., & Robbins, M. L. (2023). Perceived stress and coping among university students amidst covid-19 pandemic. *COVID*, 3, 1544–1553.
- Singh, S., Mani, N., Datta, M., & Batra, S. (2021). Stress, internet use, substance use and coping among adolescents, young-adults and middle-age adults amid the ‘new normal’ pandemic era. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 12(November), 100885. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2021.100885>
- Sitinjak, Y. (2020). BPS: Masyarakat Berpenghasilan Rendah Paling Terdampak Covid-19. *TheIconomics*. <https://www.theiconomics.com/accelerated-growth/bps-masyarakat-berpenghasilan-rendah-paling-terdampak-covid-19/>
- Stallman, H. M. (2020). Health Theory of Coping. *Aust Psychol*, March, 1–12. <https://doi.org/10.1111/ap.12465>
- Stephenson, E., & DeLongis, A. (2021). Coping strategies. In L. M. Cohen (Ed.), *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology* (pp. 55–60). Wiley Blackwell. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/9781119057840.ch50>
- Thai, T. T., Le, P. T. V., Pham, P. T. T., & Bui, H. T. H. (2021). Perceived stress and coping strategies during the covid-19 pandemic among public health and preventive medicine students in Vietnam. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 795–804. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S317059>
- UNICEF, UNDP, Prospera, & SMERU. (2022). The Social and economic impact of Covid-19 on households in Indonesia: a Second Round of Surveys in 2022. *United Nations Childrend’s Fund (UNICEF)*, 1–114.
- Voronin, I. A., Vasin, G. M., Millones-Rivalles, R. B., Manrique-Pino, O., Fernandez-Rios, N., Marakshina, Y. A., Lobaskova, M. M., Symanyuk, E. E., Pecherkina, A. A., Ageeva, I. A., Lysenkova, I. A., Ismatullina, V. I., Sitnikova, M. A., & Malykh, S. B. (2020). Coping responses during the COVID-19 pandemic: A Cross-cultural comparison of Russia, Kyrgyzstan, and Peru. *Psychology in Russia: State of the Art*, 13(4), 55–74.
- Wu, M., Xu, W., Yao, Y., Zhang, L., Guo, L., Fan, J., & Chen, J. (2020). Mental health status of students’ parents during COVID-19 pandemic and its influence factors. *General Psychiatry*, 33(4), 1–9. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100250>
- Zurlo, M. C., Vallone, F., & Volta, M. F. C. Della. (2022). Perceived Past and current COVID-19-stressors, coping strategies and psychological health among university students: A mediated-moderated model. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(10443), 1–19.