

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini, pandemi covid 19 sudah menjadi perhatian khusus Pemerintah Republik Indonesia dan menetapkan statusnya sebagai bencana dengan skala nasional. Sejak kasus pertamanya pada bulan maret 2020 hingga saat ini November 2021 kasus covid-19 kembali mengalami peningkatan yang drastis pasca isu vaksinasi dan virus covid varian baru. Presiden Republik Indonesia Ir. Joko Widodo melakukan kebijakan secara nasional sebagai upaya pemutusan rantai covid 19 dengan system Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Darurat (PPKM Darurat) ini telah diberlakukan sejak tanggal 3 Juli dan berkembang menjadi PPKM Level 1-4 hingga saat ini di seluruh Indonesia.

Berbeda dengan grafik kasus covid yang mengalami peningkatan sejak isu vaksinasi dan virus covid varian baru, dalam bidang ekonomi berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 bulan Januari hingga Maret mencatat terjadi penurunan angka ekonomi di berbagai wilayah di Indonesia mencapai 9.08% (Pertumbuhan ekonomi Indonesia triwulan I 2021, BPS No. 36/5/th. XXIV, 5 Mei 2021). Pada masa pandemi Covid-19, terdapat banyak bantuan yang berangsur menghampiri masyarakat, di antaranya bantuan berupa non-tunai dan tunai. Pemerintah melalui Kementerian Sosial (Kemensos) telah menerapkan berbagai program bantuan sosial seperti adanya peningkatan jumlah penerima bantuan pada program keluarga harapan, program, bantuan non-tunai atau program penyaluran sembako dengan perluasan jumlah penerima. Pemerintah berupaya dan andil besar dalam membantu menyejahterakan masyarakat, akan tetapi dampak dari Pandemi Covid-19 mengakar kuat hingga dampaknya dirasakan oleh para pengusaha mikro kecil hingga menengah.

The Organisation for Economic Co Operation and Development OECD (2020) telah menyebutkan bahwa Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) saat ini berada dalam posisi kritis akibat dari pandemi covid 19, parahnya lagi kondisi ini lebih terpuruk dibandingkan dengan kondisi waktu krisis ekonomi yang terjadi pada

tahun 2008. Krisis yang disebabkan oleh pandemi covid 19 ini sangat berdampak terhadap pelaku UMKM dengan risiko di mana lebih dari 50% UMKM di perkirakan tidak berjalan lancar untuk beberapa bulan kedepannya. Melemahnya UMKM secara luas dapat berdampak kuat baik itu pada ekonomi nasional serta prospek pertumbuhan global. Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Koperasi dan Usaha Kecil Menengah (Komenkop UKM) menunjukkan bahwa pada tahun 2018 terdapat 64.194.057 UMKM yang ada di Indonesia atau sama dengan sekitar 99% dari jumlah unit usaha dan telah mempekerjakan 116.978.631 tenaga kerja atau sama dengan 97% dari total tenaga kerja di bidang ekonomi.

Pedagang adalah orang yang melakukan proses memperjual belikan barang yang tidak diproduksi sendiri untuk menghasilkan uang atau penghasilan. Berdasarkan tujuan tersebut merupakan hasil akhir yang ingin dicapai oleh seorang pedagang. Adapun pedagang dapat dikategorikan menjadi lima yaitu yang pertama pedagang besar, distributor atau agen tunggal distributor adalah pedagang yang membeli atau mendapatkan produk barang dagangan dari tangan pertama atau produsen secara langsung. Pedagang besar biasanya diberikan hak wewenang wilayah atau daerah tertentu dari produsen. Contoh dari agen tunggal adalah seperti ATPM atau singkatan dari agen tunggal pemegang merek untuk produk mobil. Kedua adalah pedagang menengah, agen atau grosir agen adalah pedagang yang membeli atau mendapatkan barang dagangannya dari distributor atau agen tunggal yang biasanya akan diberi daerah kekuasaan penjual atau pedagang tertentu yang lebih kecil dari daerah kekuasaan penjualan atau perdagangan tertentu yang lebih kecil dari daerah kekuasaan distributor. Contoh seperti pedagang grosir beras di pasar induk kramat jati. Ketiga yaitu Pedagang eceran, pengecer atau peritel

Pengecer adalah pedagang yang menjual barang yang dijualnya langsung ketangan pemakai akhir atau konsumen dengan jumlah satuan atau eceran. Contoh pedagang eceran seperti Alfa mini market dan indomaret (Albara 2016). Selanjutnya adalah importir, pengimpor adalah perusahaan yang memiliki fungsi menyalurkan barang dari luar negeri ke negaranya. Contoh seperti import jeruk lokal dari cina ke Indonesia. Terakhir adalah eksportir atau pengeksportir adalah perusahaan yang memiliki fungsi menyalurkan barang dari dalam negeri ke

negara lain. Contoh seperti ekspor produk kerajinan ukiran dan pasir ke luar negeri (Muhammad Djakfar, 2009).

Pandemi ini juga berdampak pada kesejahteraan pedagang yang ada di kawasan Suramadu, sehingga menimbulkan lapak para pedagang di Suramadu sepi pengunjung dan mengalami kerugian yang lumayan besar. Hal tersebut bisa saja menimbulkan stres pada pedagang. Menurut Richard (2010) stres adalah suatu proses yang menilai peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Peristiwa yang memunculkan stres dapat saja positif (misalnya merencanakan perkawinan) atau negatif (contoh : kematian keluarga). Sesuatu didefinisikan sebagai peristiwa yang menekan (*stressful event*) atau tidak, bergantung pada respon yang diberikan oleh individu terhadapnya. Dengan segala yang dialami oleh pedagang di kawasan suramadu mereka harus bisa menghadapi semua itu

Persoalan finansial yang dialami oleh pedagang di sekitar suramadu tentu saja berkaitan dengan aspek status ekonomi yang akan berdampak pada kesejahteraan pedagang, dalam penelitian ini status ekonomi dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Sebagaimana hasil penelitian dari Howell Ryan (2008), hasilnya sangat signifikan, dapat menunjukkan bahwa rata-rata status ekonomi kuat kaitannya dengan aspek-aspek kesejahteraan subjektif.

Kesejahteraan subjektif (*Subjective well-being*) sangat penting dimiliki setiap orang termasuk oleh pedagang di sekitar Suramadu, hal ini dikarenakan kesejahteraan subjektif secara signifikan dapat meningkatkan empat area kehidupan. Keempat area kehidupan ini. Menurut Oktakarianda (2015) adalah kesehatan dan panjang umur, pekerjaan dan pendapatan, hubungan sosial serta memberikan manfaat bagi lingkungan masyarakat. Seseorang yang dikatakan kesejahteraan subjektif tinggi bila memenuhi kriteria, yaitu memiliki perasaan sangat bahagia, sangat puas dengan hidupnya, dan memiliki tingkat neurotisme yang rendah (Nayana, 2013). Berbeda dengan individu yang memiliki kesejahteraan subjektif rendah memiliki karakteristik memandang hidupnya rendah dan menganggap peristiwa yang terjadi berbeda dengan individu yang memiliki

kesejahteraan subjektif rendah memiliki karakteristik memandang hidupnya rendah dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan, oleh sebab itu timbul emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan (Myers & Diener dalam Rohmad, 2014)

Kesejahteraan subjektif merupakan keseluruhan penilaian hidup individu dengan berbagai macam standar atau kriteria. Kesejahteraan subjektif yang positif diartikan sebagai kondisi yang terjadi ketika perasaan yang menyenangkan lebih besar daripada yang tidak menyenangkan. Ketiga penjelasan tersebut menekankan pengalaman emosional individu. Kesejahteraan subjektif menurut Compton (Mujamiasih dkk., 2013) terdiri dari dua variabel utama yaitu *happiness* dan *life satisfaction*. *Happiness* berkaitan dengan emosi individu dan bagaimana ia merasakan dirinya dan lingkungannya. Sedangkan *life satisfaction* merupakan penilaian keseluruhan tentang penerimaan hidup individu itu sendiri. Snyder & Lopez (sebagaimana dikutip dalam Christina 2016) Kesejahteraan subjektif yaitu keadaan yang terdiri dari fungsi kognitif dan afektif.

Fungsi kognitif merupakan evaluasi yang dilakukan oleh individu termasuk dalam hal membuat suatu keputusan yang berhubungan dengan kepuasan dan keutuhan hidupnya. Sedangkan fungsi afektif merupakan reaksi emosi positif ataupun negatif. Campbell, dkk (Diener, 2009) menjelaskan kesejahteraan subjektif sebagai pengukuran positif yang terdapat pada pengalaman individu dan penilaian individu terhadap segala sesuatu dalam kehidupannya. Seseorang yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi akan mampu mengendalikan emosi dan menghadapi masalah dengan baik. Sebaliknya orang yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang rendah cenderung merasa hidupnya tidak bahagia, penuh perasaan pikiran dan perasaan negatif sehingga menimbulkan kecemasan, kemarahan, bahkan berisiko mengalami depresi (Diener dkk., 2015). Kesejahteraan subjektif memiliki hubungan positif pada mahasiswa, misalnya ada korelasi positif antara kebutuhan kognitif dengan kepuasan hidup pada mahasiswa, kebutuhan kognisi juga berhubungan secara positif dengan performansi dan peringkat akademis (Anderson dkk., 2020). Namun penelitian lain menunjukkan

bahwa tingkat kepuasan hidup mahasiswa lebih rendah dibanding orang dewasa pada populasi secara umum.

Dimensi Kesejahteraan subjektif melibatkan evaluasi atau penilaian individu pada dua komponen, yakni komponen kognitif dan afektif. Tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi ditandai dengan adanya evaluasi positif pada komponen kognitif, yaitu berupa tingginya kepuasan hidup serta evaluasi afektif berupa tingginya afek positif dan rendahnya afek negatif. Komponen kognitif Pertama *life satisfaction* merupakan evaluasi atau penilaian tentang kepuasan hidup individu. *Life satisfaction*, yaitu evaluasi individu terhadap kehidupannya dengan menyeluruh. Evaluasi terhadap kepuasan hidup ini melibatkan persepsi antara hidupnya dengan kriteria yang mereka miliki kedua domain *satisfaction* yaitu evaluasi domain dalam kehidupan yang dibuat oleh individu misalnya kesehatan fisik maupun mental, hiburan, pekerjaan, dan hubungan sosial. Selanjutnya komponen afektif pertama yaitu afek positif ini mempresentasikan suasana hati dan emosi positif terhadap peristiwa dalam hidup yang menunjukkan bahwa hidupnya berjalan sesuai dengan keinginannya. Emosi-emosi seperti ketertarikan akan sesuatu, kegembiraan, berhati-hati, antusias dan semangat, memiliki tekad yang besar, penuh perhatian, kasih sayang, dan aktif dalam melakukan sesuatu. Kedua afek negatif suasana hati atau emosi negatif yang ada dalam kehidupannya seperti peristiwa yang dialami, kesehatan, dan keadaanya. Emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan, kesusahan, frustrasi, adanya kekecewaan dan rasa bersalah, ketakutan, bertengkar, cepat marah, adanya rasa malu, gugup, gelisah, khawatir, dan iri hati.

Mengatasi beberapa emosi yang tidak menyenangkan diperlukan respon atau usaha guna menetralkan keadaan mental seseorang tersebut. Tindakan untuk mengurangi stres yang dialami seseorang disebut mengatasi stres. Maramis (Musradinur, 2016) mengatasi stres adalah tindakan atau usaha yang dilakukan untuk mengatasi stres, yang dapat dilakukan baik secara sadar maupun tidak sadar. Strategi inilah yang harus ditemukan oleh para pedagang guna menghadapi pandemi ini dengan segala hal yang mereka alami. Dalam jenisnya metode *coping* terbagi menjadi 2 dalam Bell (2020) yakni Metode *Coping* jangka panjang dan

metode *coping* dalam jangka pendek. Metode *coping* jangka panjang dan metode *coping* jangka pendek. Perbedaan *coping* jangka pendek dan jangka panjang adalah terletak pada perlakuan yang diberikan dengan urgensinya.

Menurut Rasmun (2004), *coping stress* atau cara mengatasi stres adalah dimana seseorang yang mengalami stres atau ketegangan psikologis dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan, agar dapat mengurangi stres yang dihadapinya. Dengan kata lain, mengatasi stres adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stresful. *Coping* tersebut adalah merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologis. Dalam perilaku mengatasi stres seseorang cenderung memakai sebuah perilaku langsung untuk menghadapi atau mencoba mengalihkan stres yang disebut dengan strategi untuk mengalihkan stres atau strategi mengatasi stres. Sebuah strategi yang digunakan untuk mengelola dan cara dalam mengalihkan stres.

Strategi *coping* yang berorientasi pada *problem focused coping* ini terdiri atas pertama yaitu *problem solving* memikirkan suatu rencana tindakan untuk mengubah dan memecahkan situasi. Individu membentuk suatu strategi dan perencanaan menghilangkan dan mengatasi stres, dengan melibatkan tindakan yang teliti, berhati-hati, bertahap dan analitis dalam menghadapi stresnya. Kedua adalah *confrontatif coping* mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil risiko. Dalam hal ini individu menggunakan cara yang dapat menghilangkan dengan paksa hal yang menjadi sumber stresnya. Ketiga adalah *Seeking social support* usaha yang dilakukan seseorang untuk meminta bantuan pada orang lain dengan komunikasi untuk mendapatkan sebuah informasi, nasihat, perlakuan dan dukungan agar dapat menyelesaikan masalah-masalah, baik masalah tentang psikologis maupun pelayanan kesehatan. Bantuan ini dapat diperoleh dan dicari berupa dukungan informasi atau dukungan sosial dari orang lain seperti keluarga, teman dokter, psikolog, atau dosen. Kedua adalah *emotion focused coping*. *Emotion focus coping* adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan akibat stres, *coping* ini digunakan untuk mengatur respon

emosional terhadap stres. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh dengan stres, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya.

Strategi *coping* yang berorientasi pada *emotion focused coping*, yaitu pertama *distancing* mengeluarkan upaya *kognitif* untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat harapan positif. ini adalah suatu bentuk *coping* yang sering kita temui, yaitu usaha untuk menghindari dari permasalahan dan menutupinya dengan pandangan yang positif, dan seperti menganggap remeh/lelucon suatu masalah. Kedua adalah *self control* mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah. *Self control* merupakan suatu bentuk dalam penyelesaian masalah stres dengan cara menahan diri, mengatur perasaan, maksudnya selalu teliti dan tidak tergesa dalam mengambil tindakan. Terakhir adalah *accepting responsibility* menerima untuk menjalani masalah yang dihadapi sementara mencoba untuk memikirkan jalan individu dalam hal ini adalah dengan berserah diri, individu menerima apa yang terjadi padanya atau pasrah, karena dia sudah beranggapan tiada hal yang bisa dilakukannya lagi untuk memecahkan masalahnya.

Menurut Farid Mashudi (2012), jenis mengatasi stres dibagi menjadi dua yaitu *coping* positif dan *coping* negatif. Pertama adalah *coping* Negatif Menurut Lloyd (Ningrum, 2011), *coping* negatif meliputi *giving up* atau melarikan diri dari kenyataan atau situasi stres, agresif, memanjakan diri sendiri dengan berperilaku konsumerisme yang berlebihan, mencela diri sendiri, dan menolak kenyataan dengan melindungi diri dari suatu kenyataan yang tidak menyenangkan. Kedua *coping Positif* diartikan sebagai upaya untuk menghadapi situasi stres secara sehat dan menurut beberapa ahli psikologi memperkirakan bahwa humor merupakan *coping* yang positif. *Coping* positif memiliki beberapa ciri yaitu, menghadapi masalah secara langsung, mempersepsi situasi stres dengan rasional, mengendalikan diri dalam mengatasi masalah. Tindakan *coping* positif meliputi pertama meditasi, merelaksasi diri, dan mengamalkan ajaran agama sebagai wujud keimanan kepada Tuhan.

Mengatasi stres adalah suatu proses atau respon yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi atau mengurangi sumber *stress* yang sedang dihadapi oleh

pedagang di masa pandemi covid 19. Pandemi ini juga sangat mempengaruhi rasa syukur pada pedagang di kawasan Suramadu, dengan adanya pandemi ini semua yang dialami oleh pedagang sangat berdampak terhadap penghasilannya, jika dilihat dari sebelum adanya pandemi ini mereka sangat merasakan manfaat dari adanya Suramadu, tidak banyak juga dari mereka yang menggantungkan nasibnya dengan berdagang di kawasan Suramadu.

Menurut (Lazarus dan Folkman 1984), terdapat dua aspek yang mempengaruhi mengatasi stres yang diantaranya *problem-focused coping* atau *coping* yang berfokus pada masalah, yaitu suatu strategi yang digunakan untuk menangani stres atau *coping* yang fokus pada sumber masalah, maka individu akan berusaha langsung untuk mencari sumber masalah, menghadapi sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan terjadinya masalah dan berusaha menyelesaikan masalah sehingga pada akhirnya stres berkurang atau hilang. *Emotion-focused coping* atau *coping* yang berfokus pada emosi yaitu suatu strategi digunakan untuk menangani stres yang mana individu memberi respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, yang digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres, dengan melalui perilaku individu untuk meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang menekan individu akan cenderung untuk mengatur emosinya dalam rangka penyesuaian diri terhadap dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dia merasa tidak bisa dan sulit untuk mengontrol masalah yang ada.

Mengacu pada kajian secara teoritis sebelumnya, dapat dilihat keterkaitan antara kedua variabel penelitian. Mengatasi stres adalah usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk menoleransi ancaman yang menimbulkan stres (Feldman, 2012). Mengatasi stres merupakan salah satu cara yang digunakan untuk mengatasi segala bentuk stres. Penyebab stres biasanya bersumber dari masalah kehidupan sehari-hari. Beberapa orang ada yang bisa menyesuaikan diri dengan stres ada juga yang tidak mampu menyesuaikan diri terhadap stres yang dialaminya. Biasanya, seseorang yang memiliki strategi *coping* dengan baik, akan dengan mudah menerima dan mengatasi persoalan yang ada dilingkungan sekitar yang

berpengaruh terhadap kepuasan hidup (evaluasi kognitif), suasana hati dan emosi (sisi afektif) seseorang. Evaluasi kognitif dan sisi afektif seseorang merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif. Menurut Diener (2009) kesejahteraan subjektif didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang dari hidupnya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional terhadap kejadian serta penilaian kognitif kepuasan dan pemenuhan. Setiap orang memiliki cara tersendiri dalam mengatasi stres yang sedang dihadapi,

Lukaningsih & Bandiyah (2011) membagi mengatasi stres menjadi dua yakni *problem focused coping* dan *emosional focused coping*. *Problem focused coping* yakni individu mengetahui tindakan yang harus dilakukan untuk mengubah permasalahan antara individu dengan lingkungannya. Individu akan mengurangi stresor dengan mempelajari cara atau keterampilan baru. Sedangkan *emotional focused coping* yaitu pengaturan emosi diri pada saat menghadapi stres. Luthans (2006) mengatasi stres dianggap menjadi salah satu faktor yang mampu meningkatkan kesejahteraan subjektif. *Emotional focused coping*, terdapat *distancing* yang digunakan untuk mencapai kesejahteraan subjektif dengan cara mengabaikan masalah yang sedang dihadapinya, berbeda dengan *self-Control*, dalam penggunaannya, individu cenderung mengatur perasaannya dengan cara menyimpan perasaan-perasaannya tersebut. Perilaku tersebut jarang berhasil karena hanya sekedar menyimpan perasaan dan bukan mengatasinya secara nyata (Feldman, 2012).

Accepting responsibility cenderung digunakan dengan cara pasrah dengan masalah yang dihadapi. Penggunaan *escape-avoidance*, individu akan berperilaku menghindari masalah yang ada. Perilaku menghindar biasanya menghasilkan penundaan sehingga seringkali membuat masalah menjadi lebih buruk (Roesch, dkk. dalam Feldman, 2012). Selanjutnya *positive reappraisal*, bahwa individu berusaha mencoba membuat suatu arti positif terhadap permasalahan yang dihadapi. *Problem focused coping* terdapat *confrontive coping* yang digunakan individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya dengan berperilaku agresif dan berani mengambil resiko demi mencapai kesejahteraan subjektif. Berbeda dengan penggunaan *planful problem-solving*, bahwa ke hati-hatian dan

perencanaan yang tepat merupakan salah satu cara untuk mencapai kesejahteraan subjektif. Penggunaan *seeking social support* cenderung mencari dukungan orang lain agar meringankan beban individu. Penelitian yang dilakukan oleh Nunes dkk. (2016) menunjukkan bahwa *problem focused coping* digunakan oleh seseorang untuk mencapai kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi dibandingkan dengan *emotion focused coping*.

Apabila individu memiliki rasa syukur yang tinggi maka religiusitasnya cenderung tinggi sehingga penerimaan dirinya juga tinggi sebaliknya apabila rasa syukur dan religiusitasnya rendah maka penerimaan dirinya juga rendah. Sejalan dengan penelitian Haryanto dan Kertamuda (2016) menyatakan bahwa konsep rasa syukur dibangun atas lima kategori salah satunya yaitu penerimaan diri (41,15%). Hal ini menunjukkan bahwa individu yang bersyukur, mengindikasikan mereka memiliki religiusitas yang baik sehingga akan mudah menerima keadaan dirinya walaupun dalam keterbatasan seperti halnya dengan pedagang suemadu yang terdamp pandemi covid 19 yang kondisi ekonominya kurang mampu atau bahkan sangat tidak beraturan. Keyakinan agama, pentingnya agama dan kepercayaan tradisional memiliki hubungan yang positif terhadap kesejahteraan subjektif (Diener, 2009).

Rasa syukur atau kebersyukuran (*Gratitude*) dapat dimunculkan melalui selalu mengucapkan berterima kasih atas kebaikan yang diterima. Dalam menjalani hidup sehari-hari, pedagang di kawasan Suramadu harus memunculkan rasa bersyukur dapat merasakan hal emosi positif dalam kepuasan hidup dan kesejahteraan para pedagang. Kebersyukuran merupakan suatu bentuk emosi positif dalam mengekspresikan kebahagiaan dan rasa terimakasih terhadap segala kebaikan yang diterima. Individu bersyukur karena menyadari bahwa dirinya banyak menerima kebaikan, penghargaan dan pemberian baik dari Tuhan, orang lain dan lingkungan sekitarnya sehingga terdorong untuk membalas, menghargai dan berterimakasih atas segala sesuatu yang diterimanya dalam bentuk perasaan, perkataan dan perbuatan (Prabowo, 2017). McCullough (Allen, 2018) mendefinisikan rasa syukur sebagai proses dua langkah yaitu yang pertama mengakui bahwa seseorang telah memperoleh hasil positif dan yang kedua mengakui bahwa ada sumber eksternal

untuk hasil positif ini. Sementara sebagian besar manfaat positif ini berasal dari orang lain, karenanya reputasi rasa syukur sebagai emosi berorientasi pada orang lain, namun orang juga dapat mengalami rasa syukur terhadap Tuhan, nasib, alam, dan lain sebagainya (Allen, 2018). Perbedaan dapat dibuat antara rasa syukur pribadi dan transpersonal. Rasa syukur pribadi adalah rasa syukur kepada orang lain yang khusus untuk manfaat yang telah diberikan orang tersebut (atau hanya untuk keberadaan mereka). Syukur transpersonal adalah rasa syukur kepada Tuhan, kepada kekuatan yang lebih tinggi, atau kepada system alam semesta yang tertaur dan harmonis (Peterson & Seligman). Prototipe rasa syukur transpersonal terlihat dalam pengalaman puncak momen rasa syukur yang luar biasa

Penelitian tentang sifat rasa syukur menunjukkan bahwa orang yang bersyukur cenderung menunjukkan keadaan dan hasil yang positif. McCullough (Froh dkk, 2009) menjelaskan bahwa dibandingkan dengan orang-orang yang kurang bersyukur, orang-orang yang bersyukur melaporkan mengalami lebih banyak kepuasan hidup, optimism, vitalitas, dan lebih sedikit depresi dan rasa iri. Orang-orang yang bersyukur juga mendukung tingkat persetujuan yang tinggi, keterbukaan, dan tingkat neurotisme yang rendah. Watkins (Froh dkk, 2019) mendukung hal ini, bahwa orang yang bersyukur cenderung mengalami emosi positif yang lebih besar, seperti kepuasan, kebahagiaan, dan harapan yang lebih sering, serta lebih sedikit emosi negative

Secara lebih luas, rasa syukur (kebersyukuran) bukan hanya mengenai kepentingan timbal balik antar manusia dalam sebuah agama tertentu, namun merupakan penguat moral yang mendorong individu agar berhubungan baik dengan individu lainnya dalam kehidupan bersosial. Kesejahteraan dapat didefinisikan melalui yang pertama psikopatologi, kedua fungsi emosi secara umum, ketiga fungsi *eksistensial*, atau yang terakhir adalah konsepsi *humanistic*, bersyukur yang sangat terkait dengan masing-masing konsepsi kesejahteraan (Wood, dkk. 2010)

Perasaan syukur setiap hari juga dikaitkan dengan unsur kesejahteraan. Thrash, dkk (Allen, 2018) menyebutkan dalam sebuah studi diari harian menemukan hubungan positif antara perasaan syukur harian dan perasaan hedonis (terkait

dengan kesenangan) dan kesejahteraan *eudaimonik* (terkait dengan makna dan realisasi diri)

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka masalah yang dapat diangkat dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara mengatasi stres dan kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pedagang di kawasan suramadu yang terdampak pandemi covid-19 ?

1.3 Tujuan Penelitian

Sehubungan dengan judul penelitian serta sejalan dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Mengatasi Stres dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Subjektif pada Pedagang di Kawasan Suramadu yang Terdampak Pandemi Covid -19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengetahuan terkait mengatasi stres dan kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada pedagang di kawasan suramadu yang terdampak pandemi covid-19 yang berkaitan dengan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi subjek penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai salah satu pengetahuan kepada pedagang di kawasan suramadu tentang mengatasi stres dan kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam pemecahan masalah terkait dengan Hubungan Mengatasi Stres dan Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Subjektif pada Pedagang di Kawasan

Suramadu yang Terdampak Pandemi Covid -19. dan dapat juga diharapkan bisa memperbaiki keterbatasan dan kekurangan penelitian sebelumnya.

3. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat khususnya bagi pedagang dikawasan suramadu dapat memiliki gambaran bagaimana hubungan antara mengatasi stres dan kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif.

