

"Stres dan Strategi Koping Pengangguran Terdidik Selama Pandemi Covid-19" (Studi Kasus: Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Indonesia Lulusan 2019-2021) = "Stress and Coping Strategies of Educated Unemployment During Covid-19 Pandemic" (Case Study: Alumni of the Faculty of Social and Political Sciences University of Indonesia, Graduates of 2019-2021)

Sekar Ayu Nugraha, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920523167&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Karya akhir ini mendeskripsikan stres yang dialami serta penerapan strategi koping yang dilakukan oleh lulusan universitas ternama di Indonesia dengan akreditasi A yang menganggur selama masa Pandemi Covid-19. Informan pada penelitian ini adalah penganggur terdidik yang merupakan alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Indonesia lulusan 2019-2021 dan orang terdekat dari penganggur terdidik dengan jumlah keseluruhan adalah 10 orang. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh peningkatan jumlah pengangguran terdidik akibat adanya perubahan struktur ekonomi sejak kemunculan Pandemi pada tahun 2019. Pengangguran dapat menjadi suatu peristiwa traumatis dan menjadi sumber stres psikologis (tekanan mental) seorang individu. Dalam menghadapi tekanan tersebut, secara alamiah penganggur terdidik akan melakukan serangkaian aksi atau metode untuk meredakan stres bagi para penganggur yang disebut sebagai Strategi Koping. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan stres yang dialami penganggur terdidik serta penerapan strategi koping yang terdiri dari tiga aspek yakni terkait jenis strategi koping yang digunakan, sumber daya yang dimiliki oleh penganggur terdidik, serta proses koping yang dijalani olehnya. Pendekatan dan jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi deskriptif. Pemilihan informan menggunakan teknik Nonprobability sampling, dengan jenis purposive sampling yang memilih informan dengan kriteria tertentu. Penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam dan studi literatur. Untuk meningkatkan kualitas data, peneliti melakukan triangulasi dengan jenis triangulasi sumber. Selanjutnya, data yang didapatkan kemudian dianalisis menggunakan teknik kondensasi data, pemaparan data, dan penarikan kesimpulan. Riset ini dilakukan dalam rentang tahun 2021-2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan mengalami stres kronik akibat menganggur selama masa Pandemi Covid-19. Dalam hal ini, jenis dan jumlah penerapan strategi koping dapat menentukan kemampuan pengangguran terdidik dalam mengatasi tekanan mental mereka. Sumber daya koping yang dimiliki informan sangat mempengaruhi jenis strategi koping yang digunakan serta menentukan kemampuan informan dalam meredakan stres. Dalam prosesnya, sebagian besar informan berhasil meredakan stres dengan secara langsung fokus pada emosi kemudian fokus pada masalah sehingga secara utuh menghilangkan sumber stres untuk jangka panjang. Namun, sebagian kecil yang menggunakan satu jenis strategi koping hanya berhasil menghilangkan sumber stres untuk jangka pendek.

.....This study describes the stress experienced and the implementation of coping strategies carried out by graduates of well-known universities in Indonesia with A accreditation who were unemployed during the Covid-19 Pandemic. The informants in this study were the educated unemployed who were alumni of the Faculty of Social and Political Sciences, University of Indonesia, graduates of 2019-2021 and the significant others to the educated unemployed, with a total of 10 people. The background of this research is the increase

in the number of educated unemployed due to changes in the economic structure since the emergence of the Pandemic in 2019. Unemployment can be a traumatic event and a source of psychological stress (mental pressure) for an individual. In dealing with this pressure, naturally educated unemployed will carry out a series of actions or methods to relieve stress for the unemployed which is referred to as Coping Strategies. This study aims to describe the stress experienced by the educated unemployed and the implementation of coping strategies which consist of three aspects, that includes: the type of coping strategy used, the resources owned by the educated unemployed, and the coping process undertaken by them. The approach and type of research used is a qualitative approach with a descriptive research study. Selection of informants using nonprobability sampling technique, which is purposive sampling that selects informants with certain criteria. This research was conducted through in-depth interviews and literature studies. To improve the quality of the data, researchers conducted triangulation with the type of source triangulation. Furthermore, the data obtained was then analyzed using data condensation techniques, data exposure, and drawing conclusions. This research was conducted in the span of 2021-2023. The results of the study showed that all informants experienced chronic stress due to being unemployed during the Covid-19 Pandemic. In this case, the type and amount of the application of coping strategies can activate the responsiveness of students in overcoming their mental stress. The coping resources owned by the informant greatly influence the type of coping strategy used and determine the informant's ability to relieve stress. In the process, most of the informants managed to relieve stress by directly focusing on emotions and then focusing on the problem so that it completely eliminates the source of stress for the long term. However, the minority who use one type of coping strategy are only successful in eliminating the source of stress in the short term.