

STRESS PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI PANDEMIC COVID-19 MASA NEW
NORMAL DI JAKARTA

Vania Carolina Hapsari
Rilla Sovitriana
Agus Djoko Santosa

Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Persada Indonesia Y.A.I
rilla.sovitriana@gmail.com

Abstract

Online motorcycle taxis in recent years have developed into new jobs for many people. By joining as an online motorcycle taxi driver, people can earn additional income without being tied to work time. During the Covid-19 pandemic, online motorcycle taxi drivers were significantly affected by the reduction in online motorcycle taxi users, which caused many online motorcycle taxi drivers to have economic difficulties and have an impact on the welfare of life and cause stress. The purpose of this study was to determine the relationship between coping strategies and stress on online motorcycle taxi drivers in the new normal Covid-19 pandemic in Jakarta. This study uses the DASS scale instrument and the Ways of Coping Questionnaire (WCQ) scale. The hypotheses were tested using bivariate correlations of Kendall's tau-b. From the correlation test between coping strategies and stress, it was found that the correlation coefficient $r = 0.215$ with $p = 0.000$ $p < 0.05$. Thus it can be concluded that there is a positive (unidirectional) relationship between the Stress variable and the Coping Strategy with a low level of closeness.

Keywords: stres, strategi coping, covid-19, ojol

Abstrak

Ojek online pada beberapa tahun terakhir telah berkembang menjadi lapangan pekerjaan baru bagi banyak orang. Dengan bergabung menjadi driver ojek online, masyarakat dapat memperoleh penghasilan tambahan dengan tidak terikat waktu bekerja. Di masa pandemic covid-19, pengemudi ojek online terkena dampak yang cukup besar diakibatkan berkurangnya pengguna ojek online, yang menyebabkan banyak pengemudi ojek online kesulitan ekonomi dan berdampak pada kesejahteraan hidup dan menimbulkan stress. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara strategi coping terhadap stress pada pengemudi ojek online di pandemic covid-19 masa new normal di Jakarta. Penelitian ini menggunakan instrumen skala DASS dan skala The Ways of Coping Questionnaire (WCQ). Hipotesis diuji menggunakan bivariate correlations Kendall's tau-b. Dari uji korelasi antara strategi coping dengan stress diperoleh hasil koefisien korelasi $r = 0,215$ dengan $p = 0,000$ $p < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif (searah) antara variabel Strategi Coping dengan Stres

Kata kunci: stres, strategi coping, covid-19, ojol

PENDAHULUAN

Di kota-kota besar di Indonesia yang rentan menghadapi masalah kemacetan, ojek sepeda motor berkembang pesat sebagai alternatif mudah transportasi. Masyarakat sebagai penumpang memanfaatkan ojek untuk dapat tiba lebih awal di tempat tujuan. Pengemudi ojek menunggu penumpang di lokasi tertentu sebagai pangkalannya, menegosiasikan harga, lalu membawa penumpang sampai ke tujuan. Tetapi di masa modern ini, ojek lebih mudah didapatkan melalui aplikasi yang terpasang di *smartphone*. Aplikasi yang menghubungkan *driver* dan pengguna dengan teknologi *smartphone* secara *online* menjadi keunggulan dari transportasi *online*. Masyarakat mengenalnya dengan sebutan ojek *online*. Pengguna ojek *online* dapat secara langsung melihat profil serta *rating* (peringkat) *driver* sebelum melakukan transaksi. Pengguna juga dapat melihat biaya perjalanan dan memilih metode pembayaran secara tunai maupun non tunai. Pengguna menyukai kemudahan dan kenyamanan ini untuk menyelesaikan berbagai aktivitas mereka.

Situasi ini menjadi peluang tersendiri bagi masyarakat yang masih berjuang untuk meningkatkan taraf kehidupannya. Ojek

online pada beberapa tahun terakhir telah berkembang menjadi lapangan pekerjaan baru bagi banyak orang. Dengan bergabungnya menjadi *driver* ojek *online*, masyarakat dapat memperoleh penghasilan tambahan dengan tidak terikat waktu bekerja. Namun, pada Desember 2019 dunia dikejutkan dengan terdeteksinya virus COVID-19 di kota Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok, yang kemudian ditetapkan sebagai pandemik global oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 11 Maret 2020. Pada awal bulan Maret 2020, Indonesia mulai mengalami masa pandemi covid-19 dengan terkonfirmasi kasus pertama. Pandemi covid-19 telah mempengaruhi banyak sektor, termasuk sektor perekonomian. Terjadi kelesuan aktivitas perdagangan dan penurunan aktivitas masyarakat yang tadinya memanfaatkan transportasi ojek *online*.

Salah satu fenomena yang terjadi pada salah satu *driver* ojek *online* di Bandung, Jawa Barat, bernama Rahadian Anton (45), kini sebagian besar orderannya beralih ke pengantaran makanan dikarenakan minimnya penumpang ojek *online* disaat masa Pandemi COVID-19. “Sejak pemberlakuan kebijakan meliburkan anak sekolah pesanan lebih sepi. Saya kemarin tetap ngebid dan kebanyakan

mengambil pesanan makanan,” kata Anton dalam rilis yang diterima Kompas.com, Jumat (27/3/2020).

Hasil penelitian Lembaga Demografi, (FEB Universitas Indonesia) tentang Survei Pengalaman Mitra *Driver* Gojek Selama Pandemi Covid-19¹⁾ dengan responden sebanyak 41.393 orang di 15 Provinsi di Indonesia mengungkapkan bahwa 63% mitra *driver* Gojek menyatakan hampir tidak ada penghasilan selama bulan Maret-April 2020, 36% menyatakan penghasilan berkurang, dan sisanya 1% menyatakan penghasilan sama saja atau meningkat. Hal ini menggambarkan kondisi tekanan yang dialami para *driver* ojek *online* dalam upaya memenuhi kebutuhan hidupnya.

Stres adalah suatu kondisi yang mengganggu individu baik secara mental dan fisik, hasil dari interaksi individu dengan lingkungan dianggap sebagai ancaman terhadap kesejahteraan individu. Stres ini dapat dialami baik dalam kehidupan sosial, akademik, maupun pekerjaan. Meskipun stres ini dapat menjadi suatu sumber motivasi, namun stres yang berlebih justru dapat melemahkan individu. (Rossadea Atziza, 2015)

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami stres. Di Indonesia

tercatat sekitar 10 % dari total penduduk Indonesia mengalami stres. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan bahwa sekitar 1,33 juta penduduk DKI Jakarta mengalami stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut mencapai 1-3% dan stres berat mencapai 7-10%.

Stres juga dapat dialami oleh orang yang berprofesi sebagai *driver* ojek *online*, dimana masa Pandemic COVID-19 seperti ini banyak pengguna ojek *online* yang biasanya menggunakan transportasi ojek *online* menjadi tidak menggunakannya dikarenakan takut akan tertularnya COVID-19 yang sebenarnya belum tentu *driver* tersebut terinfeksi virus. Dimana dalam kondisi yang tidak memungkinkan untuk menarik penumpang berpengaruh pada pemasukan ekonomi keluarganya.

Coping adalah perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stres. Menurut Sarafino (2002), *coping* adalah usaha untuk menetralkan atau mengurangi stres yang terjadi. Dalam pandangan Haber dan Runyon (1984), *coping* adalah semua bentuk perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang dapat

mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stres.

Strategi *coping* sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lain sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

Kesimpulannya adalah *coping* merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

State of art

Strategi *coping* banyak digunakan dalam menghadapi stress. Menurut Sarafino (2002), *coping* adalah usaha untuk menetralisasi atau mengurangi stress yang terjadi. Dalam pandangan Haber dan Runyon (1984), *coping* adalah semua bentuk perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stres. Masalah yang dihadapi dapat menimbulkan stres, bila dirasa membebani atau menekan, sebagaimana

dinyatakan oleh Haber dan Runyon (1984), bahwa stres adalah konflik, tekanan eksternal (tuntutan yang datang dari lingkungan fisik dan sosial) dan tekanan internal (tuntutan yang datang dari dalam diri), serta kondisi bermasalah lainnya dalam kehidupan (Maryam, 2017)

Salah satu faktor dalam strategi *coping* terhadap stress adalah status sosial ekonomi. Seseorang dengan status sosial ekonomi rendah akan menampilkan *coping* yang kurang aktif, kurang realistis, dan lebih fatal atau menampilkan respon menolak, dibandingkan dengan seseorang yang status ekonominya lebih tinggi (Prayascitta, 2010)

Menurut hasil penelitian Djamilah uji Hipotesa pada penelitian ini membuktikan bahwa *coping* fokus masalah menjelaskan proporsi yang lebih besar atas varians *strain* psikis melebihi yang dijelaskan oleh *coping* fokus emosi, dukungan *supervisor*, dukungan rekan kerja dan ketaatan beragama. Hasil penelitian ini mendukung pernyataan Beehr, Johnson dan Nieva (1995) dan pernyataan Hurrell, Jr. (1995) yang mengungkapkan bahwa *coping* fokus masalah dipertimbangkan sebagai pendekatan yang lebih baik.

Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian kepustakaan yang telah diuraikan di atas, secara umum dapat disimpulkan bahwa stress merupakan variabel bebas dan strategi coping merupakan variabel terikat. Hipotesis yang akan di uji dalam penelitian ini adalah :

Ha : terdapat hubungan antara strategi coping terhadap stres yang dialami pengemudi ojek online di pandemic covid-19 masa new normal di Jakarta.

METODOLOGI PENELITIAN

Identifikasi Variabel Penelitian

Berdasarkan hipotesis yang diajukan, maka dibuat rancangan dengan variabel penelitian sebagai berikut:

- a. *Independent Variable* (IV) : Stres
- b. *Dependent Variable* (DV) : Strategi Coping

Populasi dan Sampel

Populasi yang di pilih dalam penelitian ini adalah pengemudi ojek *online*.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017:81). Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah incidental sampling. Teknik incidental sampling adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan/ incidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel,

bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2017 : 85). Pengambilan sampel dilaksanakan dengan mendatangi wilayah tertentu yang diasumsikan menjadi tempat pengemudi ojek *online* berkumpul sambil menunggu orderan masuk.

Metode Analisis Data

Berdasarkan latar belakang masalah dan tujuan penelitian, analisis data dan pengujian hipotesis dilaksanakan dengan langkah-langkah dan teknik statistik menggunakan program *IBM SPSS versi 22*

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Strategi Coping terhadap Stres pada driver ojek online di Pandemi COVID-19 masa New Normal di Jakarta. Berdasarkan hasil analisis korelasi menggunakan metode analisis Bivariate Correlation Kendall's tau-b dengan menggunakan IBM SPSS versi 22.0 diperoleh hasil yaitu: terdapat hubungan antara Strategi Coping terhadap Stress pada driver ojek online di Pandemi COVID-19 masa New Normal di Jakarta, yang dibuktikan dengan nilai signifikansi $p = 0,008$ ($p < 0,05$). Ada hubungan Stres

dengan Strategi Coping bersifat positif (searah)

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa data yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara strategi coping terhadap stress pada pengemudi ojek online di pandemic covid-19 masa new normal di Jakarta. Hubungan yang terdapat di dalam hasil uji tersebut adalah hubungan yang positif dimana kedua variabel searah, namun tingkat hubungannya rendah.

Saran-saran

Berdasarkan landasan teori, hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan antara strategi coping terhadap stress pada pengemudi ojek online di pandemic covid-19 masa new normal di Jakarta, maka dapat di ajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Saran Teoritis
 - a) Penelitian selanjutnya diharapkan mampu memperhatikan penyebab lain dari stres yang masih berada

dalam ruang lingkup psikologi seperti *self control* dan lingkungan hidup pengemudi. Menggunakan lebih dari satu *independent variabel* diharapkan mampu membuat hasil yang lebih baik dibanding hasil pada penelitian ini.

- b) Diharapkan untuk mencari subjek lain yang lebih mudah dan mencakup ruang lingkup psikologi dalam meneliti stres dan strategi coping pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Saran Praktis

Diharapkan pada pengemudi ojek online untuk dapat menggunakan strategi coping seperti *problem focused coping* atau *emotion focus coping* agar lebih mudah dalam mengurangi tingkat stress.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, D. (2017). Hubungan Antara Spiritualitas Dan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi

American Psychological Association (2017). *Stress in America: the state of our nation*. diunduh pada tanggal 28 Juli 2020 stressinamerica.org dari <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2017/state-nation.pdf>

Azwar, S. (2019). *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar)

Budianto, C. A., Anggraeni, S., Kusuma, A. T., Wasiska, S. (2018). Studi Pengaruh Warna Interior Ruang Rawat Inap Terhadap Tingkat *Stress* Pasien (Studi Kasus RSIA di Surabaya). *Jurnal Desain Interior* Vol. 3, No. 2

Damanik, E. D. (2006) The Measurement of Reliability, Validity, Items Analysis and Normative Data of *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS). DASS Indonesian translation

Damayanti, S. A. S. (2017) Transportasi Berbasis Aplikasi Online GO-JEK Sebagai Sarana Transportasi Masyarakat Kota Surabaya

Dhania, D. R. (2010). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja

(STUDI PADA MEDICAL REPRESENTATIF DI KOTA KUDUS). Volume I, No 1. Universitas Muria Kudus

FE UNISMA, MA Kolmogorov Smirnov

FEB UI, (2020). Laporan Penelitian Survei Pengalaman Mitra Driver GO-JEK Selama Pandemi COVID-19

Hidayat, A. (2012). Penjelasan Uji Reliabilitas Instrumen Lengkap. diunduh dari <https://www.statistikian.com/2012/10/uji-reliabilitas-instrumen.html> pada 24 agustus 2020

Lazarus, R. S. Folkman, S. Schetter, C. DeLongis, A. Gruen, R. (1986). Dynamics of a Stressful Encounters; Cognitiver Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*; Univeristy of California, B. Volume 50, No 5

Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H. (1995). The Structure of Negative Emotional States; Comparison of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. School of Psychology, University of New

South Wales, Sydney, N.S.W. 2052,
Australia Vol. 33, No. 3

Maryam, S. (2017). Strategi *Coping*: Teori Dan Sumberdayanya. Jurnal Konseling Andi Matappa Volume 1 Nomor 2. Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

Matondang, Z. (2009). Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *JURNAL TABULARASA PPS UNIMED Vol.6 No.1*

Miranda, D. (2013). Strategi Coping Dan Kelelahan Emosional (*EMOTIONAL EXHAUSTION*) Pada Ibu Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Vol 1, No 2*

Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi Vol 2, Nomor 2. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry,*

Prayascitta, P. (2010). Hubungan Antara Coping Stress Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai Other thesis, Universitas Sebelas Maret Surakarta

Raharjo, S. (2015) Uji Linearitas Data dengan Program SPSS. <https://www.konsistensi.com/2013/04/uji-linearitas-data-dengan-programspss.html> diakses 25 Agustus 2020

Redyawati, A. (2019). Analisis Pengaruh Motivasi Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT. Bank Perkreditan Rakyat BinalanggengMulia dan PT. Bank Central Asia, TBK (BCA) KCU Solo, Slamet Riyadi

Riskiyanto, I. (2010). Persepsi Driver Transportasi Online Gojek Terhadap Penumpang Tunanetra. *Jurnal Pendidikan Khusus*

Simamora, B. (2017). Uji Homoskedastisitas

Sinaga, J. (2012). Hubungan Antara Strategi Coping Dan Psychological Well Being Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Tuna Ganda Usia 6-12 Tahun. Depok, FPSI UI

Siregar, T. T. (2019) Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pengendara Go-Jek Community Medan Tahun 2018. Universitas Sumatera Utara

Soleh, A. Khumaedi, M. Pramono, S. E. (2017). Pengembangan Instrumen Penilaian Mata Pelajaran PKn Standar Kompetensi Memahami Kedaulatan Rakyat Dalam Sistem Pemerintahan di Indonesia. *Journal of Educational Research and Evaluation*

Sugiarto, E. (2016). Analisis Emosional, Kebijakan Pembelian Dan Perhatian Setelah Transaksi Terhadap Pembentukan Disonansi Kognitif Konsumen Pemilik Sepeda Motor Honda Pada UD. Dika Jaya Motor Lamongan. *Jurnal Penelitian Ilmu Manajemen Volume I No.01*

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfa & Beta

Wong, W. (2014). Stress and Coping Stress <https://wilyleo.wordpress.com/2014/11/07/stress-and-coping-stress/ss>