

**SKRIPSI**

**STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA DALAM  
MENGASUH ANAK USIA DINI DI MASA PANDEMI COVID-19  
MENUJU ENDEMI**



**OLEH**

**NURHABIBIE SAID**

**NIM: 17.3200.023**

**PAREPARE**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PAREPARE**

**2022**

**STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA DALAM  
MENGASUH ANAK USIA DINI DI MASA PANDEMI COVID-19  
MENUJU ENDEMI**



**OLEH**

**NURHABIBIE SAID  
NIM. 17.3200.023**

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Memeroleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri Parepare

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PAREPARE**

**2022**

## PESETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA  
DALAM MENGASUH ANAK USIA DINI DI  
MASA PANDEMI COVID-19 MENUJU ENDEMI

Nama Mahasiswa : Nurhabibie Said

Nomor Induk Mahasiswa : 17.3200.023

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
B-652/In.39.7/02/2022

Disetujui Oleh:

Pembimbing Utama : Prof. Dr. Ahmad Sultra Rustan, M.Si.

NIP : 19640427 198703 1 002

Pembimbing Pendamping : Dr. Ramli, S.Ag., M.Sos.I.

NIP : 19761231 200901 1 047

Mengetahui:

Dekan,

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.  
NIP.19641231 199203 1 045

## PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA  
DALAM MENGASUH ANAK USIA DINI DI  
MASA PANDEMI COVID-19 MENUJU ENDEMI

Nama Mahasiswa : Nurhabibie Said

Nomor Induk Mahasiswa : 17.3200.023

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dasar Penetapan Pembimbing : Surat Penetapan Pembimbing Skripsi  
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
B-652/In.39.7/02/2022

Tanggal Kelulusan : 12 Agustus 2022

Disahkan oleh Komisi Penguji:

Prof. Dr. Ahmad Sultra Rustan, M.Si. (Ketua)	(.....)
Dr. Ramli, S.Ag., M.Sos.I. (Sekretaris)	(.....)
Dr. H. Muhammad Saleh, M.Ag. (Anggota)	(.....)
Nurhakki, S.Sos., M.Si. (Anggota)	(.....)

Mengetahui:

Dekan,

Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. A. Nurkidam, M.Hum.  
NIP.19641231 199203 1 045

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ وَعَلَى آلِهِ  
وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah swt. berkat hidayah, taufik dan maunah-Nya, penulis dapat menyelesaikan tulisan ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare.

Penulis menghaturkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Ibunda dan Ayahanda tercinta dimana dengan pembinaan dan berkah doa tulusnya, penulis mendapatkan kemudahan dalam menyelesaikan tugas akademik pada waktunya.

Penulis telah menerima banyak bimbingan dan bantuan dari bapak Prof. Dr. Ahmad Sultra Rustan, M.Si. dan bapak Dr. Ramli, S.Ag., M.Sos.I. selaku Pembimbing I dan Pembimbing II, atas segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan, penulis ucapkan terima kasih.

Selanjutnya, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Hannani, M.Ag. sebagai Rektor IAIN Parepare yang telah bekerja keras mengelola pendidikan di IAIN Parepare
2. Bapak Dr. A. Nurkidam, M.Hum., sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah atas pengabdianya dalam menciptakan suasana pendidikan yang positif bagi mahasiswa.
3. Ibu Emilia Mustary, M.Psi., Psikolog., sebagai ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam yang telah banyak membimbing penulis selama berkuliah di kampus IAIN Parepare
4. Ibu Suhartina, M.Pd., sebagai Dosen Penasehat Akademik (PA) yang telah membimbing penulis dari awal perkuliahan sampai akhir perkuliahan

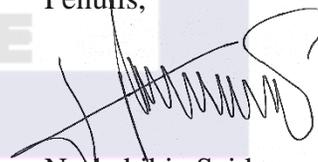
5. Bapak dan ibu dosen program studi Bimbingan Konseling Islam yang telah meluangkan waktu mereka dalam mendidik penulis selama studi di IAIN Parepare.
6. Kepala Perpustakaan IAIN Parepare beserta seluruh jajarannya yang telah memberikan pelayanan kepada penulis selama menjalani studi di IAIN Parepare.
7. Kakanda Dr. drg. Sinar Yani, M.Kes. yang memberi dukungan dan bantuan kepada penulis selama berkuliah di IAIN Parepare
8. Teman-teman seperjuangan di Prodi Bimbingan Konseling Islam, senior dan teman Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM) di Kecamatan Bacukiki Barat yang selama ini memberikan dukungan, tenaga maupun doa dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis tak lupa pula mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, baik moril maupun material hingga tulisan ini dapat diselesaikan. Semoga Allah swt. berkenan menilai segala kebajikan, amal jariyah dan memberikan rahmat dan pahala-Nya.

Akhirnya penulis menyampaikan kiranya pembaca berkenan memberikan saran konstruktif demi kesempurnaan skripsi ini.

Parepare, 17 Oktober 2022

Penulis,



Nuhabibie Said  
NIM.17.3200.023

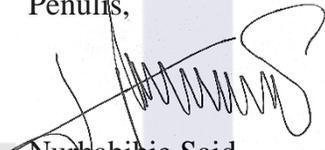
## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurhabibie Said  
NIM : 17.3200.023  
Tempat/Tgl Lahir : Parepare, 16 Maret 1999  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Judul Skripsi : STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA DALAM  
MENGASUH ANAK USIA DINI DI MASA PANDEMI  
COVID-19 MENUJU ENDEMI

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain, sebagian atau sepenuhnya, maka skripsi ini dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 17 Oktober 2022  
Penulis,

  
Nurhabibie Said  
NIM. 17.3200.023

## ABSTRAK

NURHABIBIE SAID, *Strategi Coping Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 Menuju Endemi* (dibimbing oleh Ahmad Sultra Rustan dan Ramli).

Penelitian ini membahas tentang bagaimana Strategi *Coping* Religius Orang Tua dalam Mengasuh Anak Usia Dini di masa Pandemi Covid-19 menuju Endemi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penyebab stres yang dialami oleh orangtua anak usia dini dalam mengasuh anak dan bagaimana strategi *coping* religius orang tua anak usia dalam mengasuh anak.

Jenis penelitian yang digunakan ialah penelitian deskriptif kualitatif, yaitu suatu pendekatan penelitian yang mengungkap situasi sosial tertentu dengan mendeskripsikan kenyataan secara benar, dibentuk oleh kata-kata berdasarkan teknik pengumpulan dan analisis data yang relevan yang diperoleh dari situasi yang alamiah. Teknik yang digunakan ialah teknik pengumpulan data yaitu melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ditemukan bahwa penyebab stress yang dihadapi oleh orang tua anak usia dini dalam mengasuh anak di masa andemi covid-19 menuju ndemi ada 3. Pertama bersumber dari individu anak atau sumber stres berasal dari individu anak, yang kedua keluarga, struktur keluarga yang rumit atau banyaknya jumlah anak menimbulkan stres pengasuhan, dan yang ketiga ialah lingkungan, dalam hal ini aspek lingkungan pekerjaan yang menjadi sumber terjadinya stres pengasuhan. Adapun strategi *coping* religius orang tua dalam mengasuh anak usia dini di masa pandemi covid-19 menuju endemi yaitu strategi *collaborativen*, dimana dalam strategi ini adanya sebuah usaha yang dilakukan oleh individu dalam memecahkan masalahnya dan dipadukan dengan harapan atau doa kepada Tuhan dalam memberikan tanda-tanda/jalan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.

Kata Kunci : Strategi, *Coping* Religius, Orang Tua Anak Usia Dini

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN KOMISI PENGUJI .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vi
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
A. Tinjauan Penelitian Relevan.....	8
B. Tinjauan Teori .....	10
1. <i>Coping</i> Religius.....	10

2. Stres Pengasuhan.....	26
C. Tinjauan Konseptual.....	31
D. Kerangka Pikir.....	37
BAB III METODE PENELITIAN .....	38
A. Jenis Penelitian .....	38
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	39
C. Fokus Penelitian .....	39
D. Jenis dan Sumber Data .....	39
E. Teknik Pengumpulan Data .....	40
F. Uji Keabsahan Data.....	42
G. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Penyebab stress yang dihadapi oleh Orang Tua Anak Usia Dini dalam Mengasuh Anak di Masa Pandemi Covid-19 menuju Endemik.....	45
B. Strategi <i>Coping</i> Religius Orang Tua dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Transisi Pandemi menuju Endemik Covid-19.....	51
BAB V PENUTUP .....	63
A. Simpulan.....	63
B. Saran .....	64
DAFTAR PUSTAKA .....	I
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	V
BIODATA PENULIS .....	XXVII

## DAFTAR TABEL

No. Tabel	Judul Tabel	Halaman
3.1	Daftar Informan Penelitian	25
4.1	Jumlah Kepala Keluarga Kompleks BTN Timurama	29



## DAFTAR GAMBAR

No. Gambar	Judul Gambar	Halaman
2.1	Bagan Kerangka Pikir	22



## DAFTAR LAMPIRAN

No. Lampiran	Judul Lampiran	Halaman
1	Izin Melaksanakan Penelitian dari IAIN Parepare	Terlampir
2	Izin Melaksanakan Penelitian dari Kota Parepare	Terlampir
3	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	Terlampir
4	Pedoman Wawancara	Terlampir
5	Surat Keterangan Wawancara	Terlampir
6	Dokumentasi	Terlampir
7	Biodata Penulis	Terlampir



## PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

### 1. Transliterasi

#### a. Konsonan

Fonem konsonen bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin:

Huruf	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	be
ث	Ta	T	te
ث	Tha	Th	te dan ha
ج	Jim	J	je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	kh	ka dan ha
د	Dal	D	de
ذ	Dhal	dh	de dan ha
ر	Ra	R	er
ز	Zai	Z	zet
س	Sin	S	es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	shad	ṣ	es (dengan titik di bawah)

ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	·	koma terbalik ke atas
غ	Gain	G	ge
ف	Fa	F	ef
ق	Qaf	Q	qi
ك	Kaf	K	ka
ل	Lam	L	el
م	Mim	M	em
ن	Nun	N	en
و	wau	W	we
هـ	Ha	H	Ha
ء	hamzah	·	apostrof
ي	Ya	Y	ye

Hamzah (ء) yang diawal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika terletak di tengah atau di akhir, ditulis dengan tanda (·).

b. Vokal

1) Vokal tunggal (*monoftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasi sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Fathah	A	a
ا	Kasrah	I	i

ا	Dammah	U	u
---	--------	---	---

- 2) Vokal rangkap (*diftong*) bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
اِيّ	fathah dan ya	Ai	a dan i
اُوّ	fathah dan wau	Au	a dan u

Contoh:

كَيْفَ : kaifa

حَوْلَ : haula

c. *Maddah*

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اِ / اِيّ	fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
اِيّ	kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas
اُوّ	dammah dan wau	ū	u dan garis di atas

Contoh:

مَاتَ : māta

رَمَى : ramā

قِيلَ : qīla

يَمُوتُ : yamūtu

d. *Ta Marbutah*

Transliterasi untuk *ta murbatah* ada dua:

- 1) *Ta marbutah* yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah dan dammah, transliterasinya adalah [t].

2) *Ta marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang terakhir dengan *ta marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta marbutah* itu ditransliterasikan dengan *ha (h)*.

Contoh:

رَوْضَةُ الْجَنَّةِ : *raudah al-jannah* atau *raudatul jannah*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madīnah al-fāḍilah* atau *al-madīnatul fāḍilah*

الْحِكْمَةُ : *al-hikmah*

e. *Syaddah (Tasydid)*

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda tasydid (ّ), dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda syaddah. Contoh:

رَبَّنَا : *Rabbanā*

نَجَّيْنَا : *Najjainā*

الْحَقُّ : *al-haqq*

الْحَجُّ : *al-hajj*

نُعَمَّ : *nu‘ima*

عُدُّوْ : *‘aduwwun*

Jika huruf ى bertasydid diakhiri sebuah kata dan didahului oleh huruf kasrah ( ِ ), maka ia litransliterasi seperti huruf *maddah (i)*. Contoh:

عَرَبِيٌّ : ‘Arabi (bukan ‘Arabiyy atau ‘Araby)

عَلِيٌّ : ‘Ali (bukan ‘Alyy atau ‘Aly)

f. *Kata Sandang*

Kata sandang dalam tulisan bahasa Arab dilambangkan dengan huruf ٱ (*alif lam ma‘arifah*). Dalam pedoman transliterasi ini kata sandang ditransliterasi seperti biasa, *al-*, baik ketika diikuti oleh huruf *syamsiah* maupun huruf *qamariah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang

mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan oleh garis mendatar (-), contoh:

الشَّمْسُ	: <i>al-syamsu</i> (bukan <i>asy-syamsu</i> )
الزَّلْزَلَةُ	: <i>al-zalزالah</i> (bukan <i>az-zalزالah</i> )
الفَلْسَفَةُ	: <i>al-falsafah</i>
الْبِلَادُ	: <i>al-bilādu</i>

g. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof ('), hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Namun bila hamzah terletak diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ	: <i>ta'murūna</i>
النَّوْءُ	: <i>al-nau'</i>
شَيْءٌ	: <i>syai'un</i>
أَمْرٌ	: <i>Umirtu</i>

h. Kata Arab yang lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang di transliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibukukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari pembendaharaan bahasa Indonesia, atau sudah sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi diatas. Misalnya kata *Al-Qur'an* (dar *Qur'an*), *sunnah*. Namun bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka mereka harus ditransliterasikan secara utuh. Contoh:

*Fī zilāl al-qur'an*

*Al-sunnah qabl al-tadwin*

*Al-ibārat bi 'umum al-lafz lā bi khusus al-sabab*

i. *Lafz al-Jalalah* ( الله )

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf jar dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudaf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah. Contoh:

دِينُ اللَّهِ      *Dīnullah*      بِاللَّهِ      *billah*

Adapun *ta marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafz al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t]. Contoh:

هُمُ فِي رَحْمَةِ اللَّهِ      Hum fī rahmatillāh

j. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital, alam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga berdasarkan pada pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila nama diri didahului oleh kata sandang (*al-*), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (*Al-*). Contoh:

*Wa mā Muhammadun illā rasūl*

*Inna awwala baitin wudi ‘a linnāsi lalladhī bi Bakkata mubārakan*

*Syahrū Ramadan al-ladhī unzila fih al-Qur’an Nasir al-Dīn al-Tusī*

*Abū Nasr al-Farabi*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata *Ibnu* (anak dari) dan *Abū* (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi.

Contoh:

*Abū al-Walid Muhammad ibnu Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abū al-Walīd Muhammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walid Muhammad Ibnu)*

*Naṣr Ḥamīd Abū Zaid, ditulis menjadi: Abū Zaid, Naṣr Ḥamīd (bukan: Zaid, Naṣr Ḥamīd Abū)*

## 2. Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

Swi.	=	<i>subhānahū wa ta'āla</i>
Saw.	=	<i>ṣallallāhu 'alaihi wa sallam</i>
a.s.	=	<i>'alaihi al- sallām</i>
H	=	Hijriah
M	=	Masehi
SM	=	Sebelum Masehi
QS .../...4	=	QS al-Baqarah/2:187 atau QS Ibrahim/ ..., ayat 4
HR	=	Hadis Riwayat

Beberapa singkatan dalam bahasa Arab:

ص	=	صفحة
دو	=	بدون مكان
صهى	=	صلى الله عليه وسلم
ط	=	طبعة
دن	=	بدون ناشر
الخ	=	إلى آخرها/ إلى آخره
خ	=	جزء

Beberapa singkatan yang digunakan secara khusus dalam teks referensi perlu dijelaskan kepanjangannya, diantaranya sebagai berikut:

- ed. : Editor (atau, eds [dari kata editors] jika lebih dari satu editor), karena dalam bahasa Indonesia kata “editor” berlaku baik untuk satu atau lebih editor, maka ia bisa saja tetap disingkat ed. (tanpa s).

Et al.: “Dan lain-lain” atau “dan kawan-kawan” (singkatan dari *et alia*). Ditulis dengan huruf miring. Alternatifnya, digunakan singkatan dkk. (“dan kawan-kawan”) yang ditulis dengan huruf biasa/tegak.

Vol. : Volume, Dipakai untuk menunjukkan jumlah jilid sebuah buku atau ensiklopedia dalam bahasa Inggris. Untuk buku-buku berbahasa Arab biasanya digunakan kata juz.

No. : Nomor. Digunakan untuk menunjukkan jumlah nomor karya ilmiah berkla seperti jurnal, majalah, dan sebagainya.



## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Covid-19 saat ini telah melanda dunia, demikian pula dengan negara Indonesia, dimana penyebaran penyakit tersebut sangat cepat. Bukan hanya di Indonesia, bahkan di penjuru dunia saat ini sedang mengalami krisis kesehatan. Sebagai upaya untuk mencegah penyebaran Covid-19, *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan untuk menghentikan sementara kegiatan-kegiatan yang akan berpotensi menimbulkan kerumunan massa.<sup>1</sup>

Pendidikan tingkat PAUD merupakan salah satu sektor yang terdampak dengan adanya wabah covid-19. Aktivitas anak usia dini di masa pandemi Covid-19 merubah seluruh kebiasaan dalam memenuhi hak-hak anak yang biasanya dilakukan dihari-hari normal. Walaupun saat ini kasus harian sudah melandai sehingga terdapat pelonggaran-pelonggaran peraturan dan sistem pembelajaran tatap muka telah di selenggarakan di segala jenjang pendidikan, namun krisis pendidikan dan pembelajaran juga masih dirasakan oleh anak usia dini.

Dampak pandemi Covid-19 juga sangat dirasakan oleh orang tua dalam mengasuh anak usia dini, mayoritas orang tua mengklaim bahwa sulit untuk mengasuh anak usia dini dengan cara yang sama seperti yang mereka lakukan sebelum pandemi Covid-19. Faktor paling umum yang mempengaruhi pola asuh ialah perubahan dalam struktur dan rutinitas harian anak, kekhawatiran dan kecemasan seputar Covid-19.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Oktafia Ika Handarini dan Siti Sri Wulandari, 'Pembelajaran Daring Sebagai Upaya *Study From Home* (SFH) Selama Pandemi Covid-19', *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran*, 8.3 (2020),h. 496.

<sup>2</sup>Asri Fernianti, 'Analisis Tingkat Stress Orang Tua Ketika Mengasuh Anak Selama Masa Pandemi', *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6.3 (2022), h. 2277.

Dimasa pandemi Covid-19 peran orangtua menjadi bertambah, terutama bagi orangtua yang juga bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Para orangtua terkhususnya ibu memiliki kesulitan-kesulitan dalam mengasuh anak selama pandemi Covid-19, membagi waktu luang untuk bekerja di rumah dan mengasuh anak, terlebih lagi jika memiliki anak 2 atau lebih yang mempunyai sifat yang berbeda-beda.

Dampak yang dirasakan oleh orangtua selama mengasuh anak dimasa pandemi Covid-19 dapat memicu terjadi stres. Stres yang dialami orangtua dalam mengasuh anak dapat menimbulkan berbagai komplikasi gangguan, baik pada fisik, sosial maupun psikologis pada anak.<sup>3</sup> Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat stres orangtua, yakni orangtua harus menyeimbangkan pekerjaannya dengan tanggung jawab pengasuhan anak, tingkat ekonomi yang tidak stabil, frustrasi akibat anak-anak tidak fokus dalam belajar dan kurangnya dukungan sosial.<sup>4</sup>

Stres pengasuhan didefinisikan sebagai kondisi dimana orangtua merasa tidak cukup menyediakan sumber daya baik pribadi maupun sosial untuk memenuhi kebutuhan dasar tuntutan peran pengasuhan. Defini lain dari stres pengasuhan ialah hilangnya kendali dan kebebasan akibat tanggung jawab finansial, energi dan waktu yang dihabiskan dalam proses pengasuhan anak yang menyebabkan perasaan negatif dalam diri orangtua.<sup>5</sup> Apabila stres dalam mengasuh tidak diatasi dengan segera,

---

<sup>3</sup>Rosyida Nurul Anwar, 'Mengelola Stres Mengasuh Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid-19 Perspektif Islam', (Seminar Nasional Kolaborasi PGSD, Magister Manajemen Pendidikan, PG PAUD, dan Magister PG PAUD Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, 4 Agustus 2020), h. 137.

<sup>4</sup>Asri Fernianti, 'Analisis Tingkat Stress Orang Tua Ketika Mengasuh Anak Selama Masa Pandemi', *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6.3 (2022), h. 2277.

<sup>5</sup>Putri Dyah Ayu Lestari dan Annastasia Ediaty, '*Self Compassion* Dan Stres Pengasuhan Orangtua Di Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Emapti*, 10.4 (2021), h. 271.

dapat menyebabkan terjadinya kekerasan terhadap anak dan mengganggu hubungan antara orangtua dan anak.<sup>6</sup>

Dalam menghadapi stres mengasuh anak dimasa pandemi Covid-19, orangtua terkhususnya ibu perlu mengambil langkah-langkah dalam meminimalisir atau menghilangkan stres. Salah satu cara dalam meminimalisir atau menghilangkan stres secara teori dapat menggunakan strategi *coping*, yaitu suatu proses pemulihan kembali dari pengaruh pengalaman stres atau reaksi fisik dan psikis yang berupa perasaan tidak enak, tidak nyaman atau tertekan yang sedang dihadapi individu yang meliputi strategi kognitif dan perilaku yang digunakan untuk mengelola situasi penuh stress dan emosi negatif yang tidak menguntungkan.

Bentuk lain dari *coping* dalam pengelolaan stres, yaitu *coping* yang bersifat religius. Menurut Wong-McDonald dan Gorsuch, *coping* religius adalah suatu cara individu menggunakan keyakinannya dalam mengelola stress dan masalah-masalah dalam kehidupan. Sedangkan menurut Pargament, *coping* religius adalah upaya memahami dan mengatasi sumber-sumber stress dalam hidup dengan melakukan berbagai cara untuk mempererat hubungan individu dengan Tuhan. *Coping* religius meliputi penggunaan kognitif atau strategi perilaku yang didasarkan pada kepercayaan dan praktek-praktek religi (misal: berdoa, mencari ketenangan atau kekuatan dari Tuhan).<sup>7</sup>

Pargament sebagai pelopor *coping* religius, menjabarkan ada tiga konsep pendekatan dalam proses *coping* religius yaitu *Self-Directing* (seorang individu percaya bahwa dirinya telah diberi kemampuan oleh Tuhan untuk memecahkan

---

<sup>6</sup>Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga* (Jakarta: Kencana, 2012), h. 44-45.

<sup>7</sup>Ratna Supradewi, 'Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius', *Jurnal Psycho Idea*, 17.1 (2019), h. 13.

masalah). *Deferring* (keyakinan bahwa solusi dari permasalahan pasti ada yang terbaik menurut Tuhan) dan *Collaborative* (keterpaduan usaha dengan takdir Tuhan).<sup>8</sup>

Islam sebagai agama memberikan penekanan tentang keyakinan akan agama dan praktek-praktek religi dapat digunakan dalam menghadapi kesulitan hidup. Islam mengajarkan untuk bersabar, berdoa, percaya dan kembali kepada Tuhan saat membutuhkan bimbingan dan pertolongan. Kepercayaan Islam juga memberi individu penafsiran yang bermakna dalam menghadapi situasi sulit. Al-Quran menekankan secara jelas bahwa kesulitan-kesulitan di dunia bertujuan untuk menguji orang-orang yang beriman dan meminta mereka untuk bersabar saat menghadapi permasalahan-permasalahan yang datang kepadanya.<sup>9</sup>

Al-Quran sebagai sumber religi Islam, memberikan sebuah penjelasan tentang masalah manusia, sebagaimana firman-Nya dalam QS. Al-Insyirah ayat 1-8:

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ ①  
وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ ②  
الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ③  
وَرَفَعْنَا لَكَ ④  
ذِكْرَكَ ⑤  
فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ⑥  
إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ⑦  
فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ⑧  
وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ ⑨

Terjemahnya :

Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Muhammad)?, dan Kami pun telah menurunkan bebanmu darimu, yang memberatkan punggungmu, dan Kami tinggikan sebutan (nama)mu bagimu. Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.<sup>10</sup>

<sup>8</sup>Siti Kotimah, "Religious Coping Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur", (Skripsi: UIN Raden fatah Palembang, 2017), h. 37.

<sup>9</sup>Ratna Supradewi, 'Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius', *Jurnal Psycho Idea*, 17.1 (2019), h. 14.

<sup>10</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya* (Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 596.

Ayat diatas menjeaskan bahwasanya setiap individu diberikan sebuah kekutan dalam menghadapi kesulitan atau permasalahan yang dialami dalam kehidupan agar menumakan kemudahan dalam kesulitan tersebut dengan melakukan upaya melalui pendekatan keagamaan.

Al-Qura'an juga memberikan sebuah solusi dalam mengatasi tekanan atau kesulitan dalam kehidupan dengan cara mengingat Allah Swt. atau berzikir. Sebagaimana yang di jelaskan dalam surah Al-Baqarah ayat 152 :

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

Terjemahnya :

“Maka ingatlah kepada-Ku, Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku”.<sup>11</sup>

Dapat dipahami dengan jelas bahwa ayat diatas memerintahkan kaum muslim agar selalu berzikir dan mengingat Allah Swt. sehingga Allah Swt. juga akan mengingat hamba-hambanya yang selalu berzikir kepadanya. Kalimat “Aku pun akan ingat kepadamu” dapat di maknai sebagai jalan yang akan diberikan oleh Allah Swt. dalam mengatasi kesulitan dan tekanan dalam kehidupan. Selain berzikir banyak praktik-praktik religi lainnya yang dapat dijadikan sebagai sumber daya untuk menghadapi kesulitan dan tekanan hidup, seperti salat, berdoa, berpuasa, dan membaca Al-Quran.

Di salah satu kompleks perumahan yang terletak di Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare terdapat 5 orangtua dalam hal ini ibu yang memiliki anak usia dini. Dari wawancara awal yang dilakukan dengan salah satu dari kelima orangtua anak usia dini tersebut, menyebutkan bahwa ada kesulitan-kesulitan

<sup>11</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya* (Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 23.

dalam mengasuh anak usia dini selama masa pandemi Covid-19, kesulitan-kesulitan inilah yang memicu terjadinya stres saat mengasuh anak.

Kelima orangtua anak usia dini ini akan dijadikan sasaran penelitian. Peneliti ingin mengetahui bagaimana penyebab terjadinya stres yang dihadapi oleh orang tua anak usia dini dalam mengasuh anak dan bagaimana strategi *coping* religius orangtua anak usia dini dalam mengasuh anak selama masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang telah digambarkan pada latar belakang, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yaitu “Strategi *Coping* Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 Menuju Endemi”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini, yaitu :

1. Bagaimana penyebab stress yang dialami orang tua anak usia dini dalam mengasuh anak di masa Pandemi Covid-19 menuju Endemi?
2. Bagaimana Strategi *Coping* Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19 menuju Endemi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang telah dirumuskan maka tujuan dari penelitian ini ialah :

1. Untuk mengetahui penyebab stress yang dialami orang tua anak usia dini dalam mengasuh anak di masa Pandemi Covid-19 menuju Endemi.
2. Untuk mengetahui Strategi *Coping* Religius Orang Tua dalam Mengasuh Anak Usia Dini di masa Pandemi Covid-19 menuju Endemi.

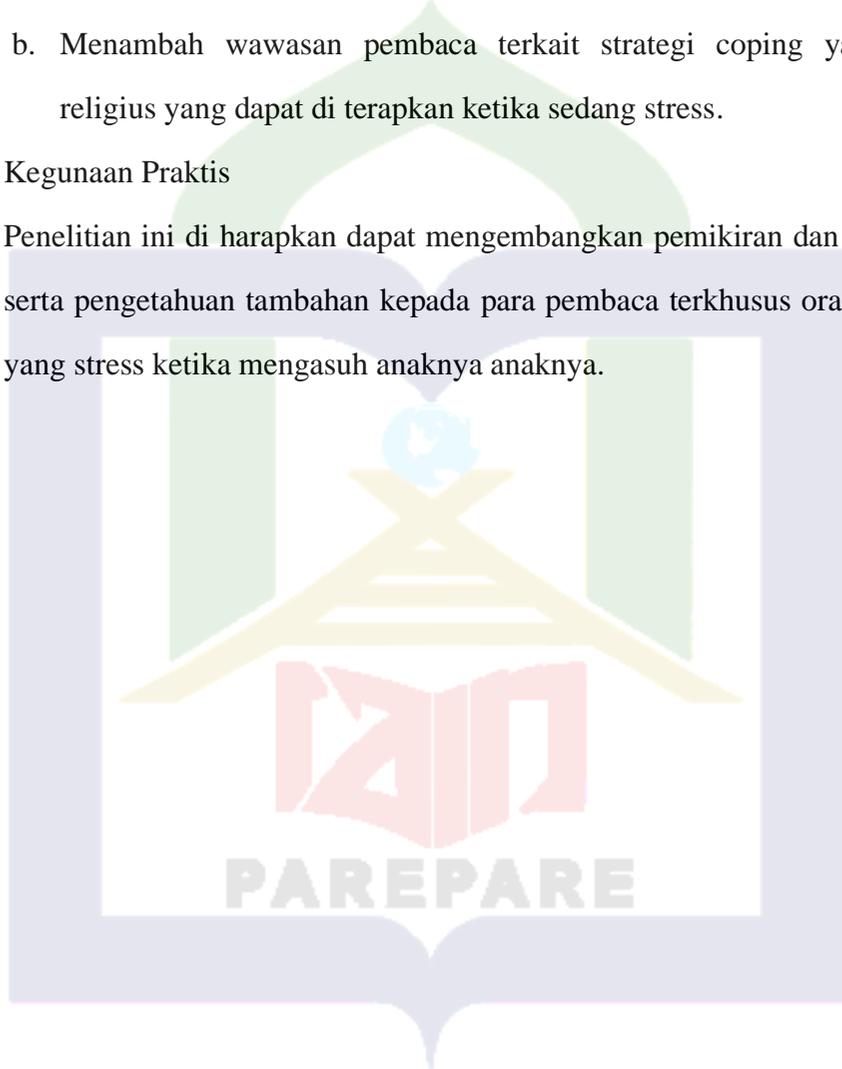
#### **D. Kegunaan Penelitian**

##### 1. Kegunaan teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi stress di situasi sulit dalam kehidupan.
- b. Menambah wawasan pembaca terkait strategi coping yang bersifat religius yang dapat di terapkan ketika sedang stress.

##### 2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini di harapkan dapat mengembangkan pemikiran dan pemahaman serta pengetahuan tambahan kepada para pembaca terkhusus orang tua siswa yang stress ketika mengasuh anaknya anaknya.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Tinjauan Penelitian Relevan

Pada bagian ini, peneliti mengambil beberapa penelitian terdahulu yang ada kaitannya dengan penelitian yang akan dilakukan. Adapun penelitian tersebut yaitu :

Pertama, Skripsi Fifin Dwi Rahmawati “Koping Religius Pada Santri Rehabilitas Pondok Narkoba”. Program Studi Psikologi 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran koping religius pada remaja pengguna narkoba. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara yang dilakukan kepada subjek dan didukung oleh *significant other* dan didukung oleh dokumentasi. Subjek penelitian ini yaitu 3 remaja yang sedang menjalani rehabilitas di Pondok Pesantren INABAH Surabaya. Dari hasil temuan data diperoleh kesimpulan bahwa semua subjek memiliki gambaran *coping* religius yang hampir sama, diantaranya adalah *Benevolent Religious Reappraisal, Collaborative Religious Coping, Seeking Spritual Support, Religious Purification, Spritual Connection, Seeking Support from Clergy or Members, Religious Helping, Religious Forgiving*.<sup>23</sup>

Persamaan dari penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan ialah sama-sama membahas tentang *Coping* Religius. Sedangkan perbedaannya, penelitian diatas berfokus pada remaja pengguna narkoba yang sedang melakukan rehabilitas di pondok narkoba, sedangkan penelitian yang akan dilakukan ialah berfokus pada orangtua dalam mengasuh anak di masa pandemi Covid-19.

---

<sup>23</sup>Fifin Dwi Rahmawati, “Koping Religius Pada Santri Rehabilitas Pondok Narkoba”, (Skripsi Sarjana : UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018), h. VI.

Kedua, Skripsi Siti Kotimah “*Religious Coping* Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi psikologi petani akibat fluktuasi harga karet, faktor apa yang memengaruhi *religious coping* petani, dan bagaimana *religious coping* petani karet dalam menghadapi tekanan psikologis akibat fluktuasi harga karet. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena berupa pendapat (pernyataan), kata-kata, atau tidak berupa angka. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara. Subjek penelitian ini melibatkan 5 orang petani karet terdiri dari 3 petani laki-laki dan 2 petani perempuan.

Kesimpulan dari penelitian ini ialah 1) para petani karet mengalami masalah psikologis berupa sulit tidur, tidak nafsu makan, sedih, mudah marah, gelisah, cemas, bingung dan mudah lupa; 2) faktor yang memengaruhi *religious coping* petani ialah kebudayaan hidup dalam kesederhanaan, kebersamaan dan “nerimo”, faktor lainnya ialah pengalaman hidup dalam menghadapi persoalan hidup; 3) *religious coping* yang dilakukan petani karet bersifat positif ditandai dengan perilaku petani yang merasakan ketenangan jiwa dan selalu berikhtiar.<sup>24</sup> Perbedaannya ialah penelitian ini berfokus pada strategi *coping* religius petani karet, sedangkan penelitian yang akan dilakukan berfokus pada *coping* religius orangtua anak usia dini.

Ketiga, Skripsi Ika Saputri Wahyuningsih “*Coping* Religius Pada Perawat Yang Menangani Pasien Gangguan Mental Di Yayasan Rehabilitas Mental Wisma Budi Makarti Boyolali”. Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimana gambaran *coping* religius yang dilakukan perawat dalam menaangani stres yang mereka hadapi

---

<sup>24</sup>Siti Kotimah, “*Religious Coping* Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur”, (Skripsi: UIN Raden Fatah Palembang, 2017), h. V.

ketika merawat pasien dengan gangguan mental. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Subjek dari penelitian ini adalah delapan perawat yang dipilih melalui purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan *coping* religius yang dilakukan oleh perawat dalam menangani pasien dengan gangguan mental, dengan melakukan istighfar, dan mengalihkan perhatian. Perawat juga menyelesaikan permasalahannya dengan teman-temannya, melakukan referesing (liburan), mengimbangi dengan beribadah saat menyelesaikan permasalahannya dengan menjalankan ibadah solat wajib, maupun sunah, dilanjutkan dengan puasa, zikir, mengikuti kegiatan pengajian atau rutinan dan membaca Al-Quran.<sup>25</sup> Persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan ialah mengkaji bagaimana gambaran strategi *coping* religius dalam mengatasi stres. Sedangkan perbedaannya ialah penelitian diatas berfokus pada stres perawat dan penelitian yang akan dilakukan ialah berfokus pada stres orangtua anak usia dini.

## **B. Tinjauan Teori**

### **1. *Coping* Religius**

#### **a. Definisi *Coping* Religius**

Menurut Lazarus & Folkam *coping* adalah segala bentuk usaha, pikiran, serta tindakan untuk mengatasi situasi aversif dan penuh tekanan. *Coping* digunakan pada saat seseorang mendapati situasi dan kondisi negatif pada dirinya. Situasi dan kondisi negatif tersebut berasal dari stimulus eksternal dan internal

---

<sup>25</sup>Ika Saputri Wahyuningsih, “Coping Religius Pada Perawat Yang Menangani Pasien Gangguan Mental Di Yayasan Rehabilitas Mental Wisma Budi Makarti Boyolali”, (Skripsi: IAIN Surakarta, 2020), h. vii.

seseorang yang biasa disebut dengan stressor. Stimulus tersebut dapat berasal dari lingkungan seseorang baik sosial, keluarga, atau alam (eksternal). Sedangkan stimulus internal berasal dari kognitif dan cara pandang seseorang akan suatu kejadian atau peristiwa.<sup>26</sup>

Pargament mendefinisikan *coping* sebagai suatu proses yang melibatkan hampir seluruh fungsi dan dimensi manusia, baik kognitif, fisiologis dan afektif serta tidak dibatasi pada yang terjadi dalam seorang individu namun juga yang terjadi dalam konteks hubungan-hubungan dan keadaan yang lebih luas. Proses tuntutan masalah tidak lepas dari sebuah strategi dalam menyelesaikan masalah tersebut. Strategi penanganan masalah dalam ilmu psikologi dikenal dengan istilah strategi *coping*.<sup>27</sup> Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa *coping* merupakan suatu bentuk usaha yang melibatkan seluruh fungsi dan dimensi yang dimiliki oleh manusia dalam mengatasi tuntutan-tuntutan yang dihadapi (bersifat internal maupun eksternal) yang penuh dengan tekanan yang dapat menyebabkan stres.

Kata religius berasal dari kata *religion* yang artinya agama. Sedangkan religiusitas berasal dari kata *religi* atau *relegere* yang berarti mengumpulkan dan membaca, dan *religare* yang berarti meningkat. Menurut English yang dikutip oleh Loewenthal, mendefinisikan agama sebagai sebuah sistem, sikap, praktik, upacara, ritual dan keyakinan dimana individu atau komunitas menempatkan diri dalam hubungan dengan Tuhan maupun ke dunia supranatural, dan sering kali menyatu dengan yang lainnya dalam mendapatkan suatu nilai melalui peristiwa-peristiwa

---

<sup>26</sup>Wendio Angganantyo, 'Coping Religius Pada Karyawan Muslim Ditinjau Dari Tipe Kepribadian', *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2.1 (2014), h. 53.

<sup>27</sup>Ervina Peralaiiko, "Peranan Koping Religius Terhadap Konflik Peran Ganda Mahasiswa UIN Malang yang telah Menikah", (Skripsi: UIN Malang, 2013), h. 10.

yang terjadi. Nilai religius merupakan agama yang nilainya bersumber dalam nilai ibadah, jihad, kedisiplinan dan keteladanan yang didasarkan pada ajaran Islam agar manusia dapat lebih dekat dengan Allah SWT.<sup>28</sup>

Koeing menyebutkan bahwa *coping* religius merupakan *coping* yang melibatkan penggunaan kognisi dan strategi perilaku dengan berdasarkan kepercayaan maupun praktik-praktik religius yang memiliki tujuan untuk mengelolah ketidaknyamanan fisik maupun psikis. Sedangkan menurut Pargament, *coping* religius merupakan bentuk penyelesaian masalah dengan menggunakan keyakinan agama dan perilaku untuk mengurangi atau mencegah adanya akibat dari emosi negatif dari kehidupan yang penuh dengan tekanan.<sup>29</sup> Berdasarkan definisi diatas dapat dipahami bahwa *coping* religius merupakan suatu bentuk usaha dan respon individu dalam mengahdapi suatu tekanan atau stres melalui pendekatan atau metode keagamaan yang dianut oleh setiap individu.

#### b. Strategi *Coping* Religius

Pargament sebagai pelopor *coping* religius, menjabarkan ada tiga konsep pendekatan dalam strategi *coping* religius yaitu:

##### 1) *Self-Directing*

Pada strategi *self-directing* individu dibantu tindakannya dalam memecahkan masalahnya. Individu yang menggunakan strategi ini memandang dirinya sebagai orang yang diberi Tuhan kemampuan dan sumber-sumber untuk memecahkan masalah.

---

<sup>28</sup>Imam Subqi, 'Nilai-Nilai Sosial-Religius dalam Tradisi Meron di Masyarakat Gunung Kendeng Kabupaten Pati', *Journal of Social Studies*, 1.2 (2020), h. 181.

<sup>29</sup>Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2015), h. 154.

## 2) *Deferring*

Pada strategi *deffering*, Tuhan mengatur strategi dalam memecahkan masalah individu secara aktual. Individu bergantung kepada Tuhan dalam memberikan tanda-tanda/isyarat untuk mengatakan kepada individu pendekatan pemecahan masalah yang akan digunakan.

## 3) *Collaborative*

Merupakan strategi  *coping*  yang paling umum, dalam hal ini individu dan Tuhan tidak memainkan peran yang pasif dalam proses pemecahan masalah, tetapi keduanya bersama-sama memecahkan masalah individu.<sup>30</sup>

Agama merupakan sebuah keyakinan yang terletak pada sikap penyerahan diri seorang hamba kepada kekuasaan Yang Maha Esa. Sikap pasrah dan penyerahan diri dapat memberikan sikap optimis pada diri sehingga dapat memunculkan perasaan positif seperti bahagia, senang, puas, merasa dicintai atau rasa aman. Sikap emosi tersebut merupakan bagian dari kebutuhan asasi manusia sebagai makhluk yang bertuhan.

### c. Bentuk *Coping* Religius

Selain ketiga konsep pendekatan diatas, dalam  *coping*  religius juga terdapat dua macam bentuk  *coping*  religius, yakni:

#### 1) *Coping* religius positif

Merupakan sebuah ekspresi spritualitas, hubungan yang aman dengan Tuhan, keyakinan bahwa ada makna yang dapat ditemukan dalam hidup, serta adanya hubungan spiritualitas dengan orang lain. *Coping* religius positif

---

<sup>30</sup>Ratna Supradewi, 'Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius, *Jurnal Psycho Idea*, 17.1 (2019), h. 13-14.

melibatkan *problem-focus-coping* dalam suatu masalah dengan konsep religius yang mencakup aspek-aspek yang bermanfaat bagi kesehatan mental. Aspek-aspek tersebut yaitu :

- a) *Benevolent Religious Reappraisal*; menggambarkan kembali stresor melalui agama secara baik dan menguntungkan.
- b) *Collaborative Religious Coping*; mencari kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam pemecahan masalah.
- c) *Seeking Spiritual Support*; mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta dan kasih sayang Allah.
- d) *Religious Purification*; mencari pembersihan spiritual melalui amalan religius.
- e) *Spiritual Connection*; mencari rasa keterhubungan dengan kekuatan transenden.
- f) *Seeking Support from Clergy or Members*; mencari keamanan dan kenyamanan melalui cinta dan kasih sayang saudara seiman dan alim ulama.
- g) *Religious Helping*; usaha untuk meningkatkan dukungan spiritual dan kenyamanan pada sesama.
- h) *Religious Forgiving*; mencari pertolongan agama dengan membiarkan pergi setiap kemarahan, rasa sakit dan ketakutan yang berkaitan dengan sakit hati.<sup>31</sup>

Aspek-aspek pada *coping* religius positif dapat membantu individu merespon segala permasalahan yang dihadapi dengan penguatan pendekatan

---

<sup>31</sup>Muhana Sofiati Utami, 'Religiusitas, Koping religius, dan Kesejahteraan Subjektif', *Jurnal Psikologi*, 39.1 (2012), h. 54.

agama sehingga menimbulkan rasa aman terhadap Tuhan dan melahirkan ketentraman hati.

## 2) *Coping* religius negatif

*Coping* religius negatif adalah tanggapan pada Tuhan tidak adil terhadap individu diberbagai masalah hidup, merespon secara negatif dan mengira bahwa Tuhan telah memberikan hukuman. *Coping* religius negatif merupakan ekspresi dari hubungan yang kurang aman dengan Tuhan, tidak adanya perjuangan religiusitas dalam pencarian makna hidup dan pandangan yang lemah serta kesenangan terhadap dunia.. Beberapa aspek *coping* religius negatif yaitu:

- a) *Punishing God Reappraisal*; menggambarkan kembali stresor sebagai sebuah hukuman dari Allah atas dosa-dosa yang telah dilakukan oleh individu.
- b) *Demonic Reappraisal*; menggambarkan kembali stresor sebagai sebuah tindakan yang dilakukan oleh kekuatan jahat/setan.
- c) *Reappraisal of God's Power*; menggambarkan kekuatan Allah untuk mempengaruhi situasi stres.
- d) *Self-directing Religious Coping*; mencari kontrol melalui inisiatif individu dibandingkan meminta bantuan kepada Tuhan.
- e) *Spiritual Discontent*; ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap Tuhan.
- f) *Interpersonal Religious Discontent*; ekspresi kecemasan dan ketidakpuasan terhadap alim ulama atau saudara seiman.<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup>Muhana Sofiaty Utami, 'Religiusitas, Koping religius, dan Kesejahteraan Subjektif', h. 54.

Aspek-aspek pada *coping* religius negatif mengekspresikan hubungan yang kurang baik antara individu dengan Tuhan. Individu menganggap Tuhan tidak adil terhadap dirinya diberbagai permasalahan hidup yang direspon secara negatif dan mengira bahwa Tuhan telah memberikan hukuman kepada dirinya.

d. Dampak *Coping* Religius

1) Dampak Positif

Orang yang bergama memiliki keyakinan kepada Zat Yang Maha Esa dan senantiasa bersikap pasrah (berserah diri) kepada-Nya, sikap pasarah itu memberi sikap optimis pada diri seseorang sehingga muncul perasaan positif seperti rasa bahagia, senang, tenang, nyaman dan aman. Oleh karena itu *coping* religius efektif dalam memulihkan penyakit mental seseorang, sebagai penyelesaian gangguan kecemasan dan depresi sehingga tekanan darah menjadi stabil.<sup>33</sup>

Pamela dan James dalam penelitiannya menunjukkan bahwa agama dapat dijadikan sebagai pelindung untuk memperoleh kesejahteraan pada orang dewasa, yang mana religiusitas memiliki pengaruh besar untuk menghasilkan sesuatu yang bermakna positif.<sup>34</sup> Manfaat dari *coping* religius dapat membangun kelekatan dengan orang lain, kontrol diri, mengurangi kecemasan, sebagai jalan mencari dan menemukan cara-cara untuk lebih dekat dengan Tuhan.

---

<sup>33</sup>Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan*, (Skripsi: UIN Walisongo, 2015), h. 36.

<sup>34</sup>Baiq Dwi Suci Anggraini, "Religious Coping dengan Stres pada Mahasiswa", *Jurnal Psikologi*, 2.1 (2014), h. 142.

Maka jelaslah bagaimana hubungan antar agama dengan kesehatan mental, sangat erat dan memberikan dampak positif apabila sikap keagamaan itu kuat. Agama dan ritual ibadahnya bisa memberkan makna hidup pada diri seseorang, sehingga menjadikan hidup manusia tidak hampa karena sejatinya manusia adalah *homo religious* (makhluk beragama)

## 2) Dampak Negatif

Dampak negatifnya ialah seperti merasa ditinggalkan oleh Tuhan dan ketidakadilan-Nya yang menyakitkan sehingga muncul kondisi menekan lainnya selain kondisi yang ditimbulkan oleh masalah sebelumnya. Hal demikian terjadi karena sikap keberagamaannya kurang kuat sehingga persepsi yang muncul adalah negatif terhadap Tuhan (*su'uzon*) dan berakibat buruk pada keadaan mental, fisik dan bisa jadi berefek buruk pada kehidupan sosial.<sup>35</sup>

Dampak negatif yang diterima dari *coping* relihius dapat dijadikan sebagai sebuah hikmah atau pelajaran dalam kehidupan, dalam hal ini perlunya penilaian kembali kepada masalah yang dihadapi, apakah masalah ini merupakan ujian yang diberikan Tuhan kepada seseorang untuk meningkatkan kepatuhan kepada Tuhannya atau masalah yang dihadapi ini merupakan ganjaran atau hukuman atas sifat-sifat negatif yang pernah diperbuat oleh seseorang dimasa lalunya.

## e. Faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* religius

### 1) Pendidikan

---

<sup>35</sup>Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan*, h. 37.

Pendidikan merupakan sesuatu yang sangat mempengaruhi dalam penggunaan *coping* religius dalam hidup seorang individu. Menurut Baginda Rasulullah SAW, peran orang tua salah satunya membentuk arahan keyakinan pada anak-anak. Potensi beragama sudah dimiliki setiap bayi yang telah lahir, akan tetapi bentuk dari keyakinan agama yang dianut pada anak merupakan sepenuhnya pengaruh dari bimbingan dan pemeliharaan kedua orang tua. Jika orang tua tidak memberikan contoh didikan keagamaan pada anak, maka anak tersebut tidak akan memiliki pengalaman keagamaan sehingga ketika dewasa akan cenderung bersikap negatif terhadap agama.<sup>36</sup>

Orang tua yang tidak memberikan didikan keagamaan pada anak berbeda dengan orang tua yang memberikan didikan keagamaan kepada anaknya sejak kecil. Anak yang telah dididik dengan didikan keagamaan da membiasakan anak mengikuti ritual keagamaan atau dalam hal ini ibadah, maka ketika beranjak dewasa sikap keagamaannya akan menjadi positif. Faktor pendidikan dalam lingkungan keluarga bukan satu-satunya penentu rasa keagamaan seseorang, melainkan juga adanya peran pendidik dalam lingkungan pendidikan formal. Seperti halnya seorang guru yang memiliki tugas dalam meluruskan pemahaman dan keyakinan anak didiknya.

## 2) Pengalaman

Pengalaman individu juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penggunaan *coping* religius pada individu tersebut. Sebagai contoh seorang individu yang sering melaksanakan shalat tahajud di setiap sepertiga malam hari dan mendapat keberkahan dari rutinitas ibadah, sehingga menjadi salah satu faktor penggunaan *coping* religius bagi individu tersebut.

---

<sup>36</sup>Jalaluddin, *Psikologi Agama*, h. 132-133.

### 3) Kebudayaan Setempat

Kebudayaan yang dianut oleh suatu kelompok masyarakat dapat menjadi faktor yang mempengaruhi penggunaan *coping* religius pada individu, hal ini dikarenakan masyarakat tersebut percaya jika aktivitas keagamaan selalu dilakukan selalu maka persoalan yang dihadapi akan dapat teratasi dengan pendekatan keagamaan tersebut.<sup>37</sup>

Sebagai contoh di suatu daerah yang dilanda musim kemarau dan membuat mata air di daerah tersebut menjadi kering, maka masyarakat di daerah tersebut melaksanakan shalat *istisqa* yaitu shalat yang memohon pada Allah Swt. agar diturunkan hujan agar mata air di daerah tersebut tidak lagi kering dan mengalirkan air kembali.

### 4) Kematangan Berpikir

Kematangan berpikir atau rasionalitas mempunyai kaitan dengan sikap keagamaan, dimana adanya sikap berpikir dan membuat keputusan dalam menerima ataupun menolak suatu keyakinan dalam beragama. Faktor ini menyangkut pada pembentukan keyakinan-keyakinan dalam beragama.

Maka dapat dipahami bahwa ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi penggunaan *coping* religius diantaranya yaitu pendidikan formal maupun non-formal, pengalaman dalam beragama, kebudayaan yang dianut oleh masyarakat setempat, dan kematangan dalam berpikir atau membuat keputusan.

#### f. *Coping* religius dalam tinjauan Islam

Menghadapi suatu tekanan memerlukan perhatian pada tiga aspek yakni hubungan dengan Allah, dukungan sosial dan pengaturan perilaku. Agama Islam

---

<sup>37</sup>Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan*, h. 39.

sebagai agama *rahmatan lil alamin* mengajarkan bahwa segala sesuatu yang terjadi di dunia ini bersumber dari Allah Swt. Usaha dan sabar merupakan hal yang sangat wajib dilakukan oleh manusia dan diperlukannya suatu harapan kepada Allah. Hasil dari yang dilakukan oleh manusia ditentukan oleh Allah Swt. Sesuai dengan apa yang telah diupayakan manusia.

Menyadari akan kesalahan yang diperbuat, meminta pengampunan dan pertolongan kepada Allah Swt. Merupakan usaha yang dapat memperbaiki kesalahan seorang manusia. Hubungan antar sesama manusia juga merupakan hal penting yang dapat menjadi sebuah dukungan sosial dalam mengatasi segala masalah, terlebih dukungan bersabar dan melaksankannya sesuai dengan jalan perintah dan larangan Allah Swt.

Suatu tekanan atau stres dapat dihadapi dengan melakukan berbagai bentuk pengalihan dengan menggunakan pendekatan agama melalui penerapan *coping* religius dengan cara mengaplikasikan hubungan dengan Tuhan (*hablun min Allah*) dalam perspektif Islam yang merupakan hubungan vertikal melalui serangkaian pelaksanaan ritual keagamaan atau ibadah seperti salat, zikir, berdoa dan membaca Alquran. Terdapat juga penerapan *coping* religius dengan menjalin hubungan dengan sesama manusia (*Hablum minannas*) yang dilandasi dengan sifat-sifat Allah Swt. Dan akhlak Rasulullah Saw., hal tersebut merupakan hubungan horisontal.<sup>38</sup>

Bentuk penerapan *coping* religius dengan hubungan dengan Tuhan (*hablum min Allah*) di implementasikan melalui serangkain ibadah sebagai berikut:

---

<sup>38</sup>I. F. Reza, 'Efektivitas Pelaksanaan Ibadah dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental/Pskis, *Jurnal Psikologi Islam*, 1.1 (2015), h. 250.

1) *Coping* religius melalui pelaksanaan shalat

Shalat menurut arti bahasa adalah doa atau doa meminta kebaikan. Sebagaimana dalam firman Allah Swt dalam surah at-Taubah ayat 103:

...وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ ...

Terjemahnya:

Dan berdoalah (*wa shalli*) untuk mereka. Sesungguhnya doamu (*shalaataka*) itu (menumbuhkan) ketentraman jiwa bagi mereka.<sup>39</sup>

Maksud dari kata *ash-shalaah* disini adalah berdoa. Adapun menurut syara', shalat berarti semua perkataan dan perbuatan tertentu yang dimulai dengan takbir dan disudahi dengan salam.<sup>40</sup>

Salat dipandang sebagai munajat (berdoa dalam hati dengan khusyu' kepada Allah. Orang yang sedang shalat, dalam melakukan munajat tidak merasa sendiri. Ia merasa seolah-olah berhadapan dengan Allah, serta didengar dan diperhatikan munajatnya. Suasana spiritualitas shalat yang demikian, dapat menolong orang mengungkapkan segala perasaan, keluhan, dan permasalahannya kepada Allah. Dengan susunan shalat yang khusyu' itu pula, orang memperoleh ketenangan jiwa (*a-nafs al-muthma'innah*), karena merasa diri dekat kepada Allah dan memperoleh ampunannya.<sup>41</sup>

Pengaruh shalat terhadap psikis amat dirasakan dengan hadirnya ketenangan dan kedamaian yang muncul ketika pelaksanaan shalat. Kondisi lunak dan kedamaian jiwa seseorang yang diciptakan shalat mampu untuk membantu dalam menghilangkan kegelisahan yang diadukan oleh individu.

<sup>39</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya*, (Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 266.

<sup>40</sup>Wahbah Az-Zuhaili, *Fiqih Islam Wa Adillatuhu* (Jakarta: Gema Insani, 2011), Jilid 1, h. 541.

<sup>41</sup>Nurfadliyati, 'Korelasi Salat Dengan *Fahsha*' Dan Munkar Dalam Perspektif Al-Quran (Studi Qs. Al-Ankabut:45)', *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah*, 17.1 (2020), h. 95-96.

Kondisi lunak dan damainya kejiwaan yang diciptakan shalat akan berlangsung beberapa lama setelah selesai mengerjakan shalat.<sup>42</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Ari Wisono Adi menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara keteraturan menjalankan shalat dengan tingkat kecemasan. Dalam artian bahwa makin rajin dan teratur orang melaksanakan shalat, maka makin rendah tingkat kecemasannya. Kajian yang dilakukan oleh Kurniawan menyatakan bahwa terdapat tiga pengaruh positif yang bisa diperoleh dari pelaksanaan shalat, diantaranya shalat dapat mencegah seseorang dari perbuatan keji dan mungkar dan shalat dapat mencegah seseorang dari sifat kikir dan keluh kesah.<sup>43</sup>

Shalat dapat dijadikan sebagai implementasi dari *coping* religius. Shalat yang berhasil di laksanakan akan mempunyai dampak yang dapat membentuk sikap jiwa yang bebas dari kekhawatiran tidak pada tempatnya dalam menghadapi kehidupan. Efek dari shalat terhadap manusia akan menghasilkan peneguhan hati dan ketenangan jiwa yang melandasi optimisme dalam menempuh kehidupan yang sulit.

## 2) *Coping* religius melalui zikir

Zikir menurut tuntutan syariat Islam adalah menyebut nama dan mengingat Allah dalam setiap keadaan. Tujuan zikir adalah untuk menjalin ikatan batin (kejiwaan) antara seorang hamba dengan Allah Swt. sehingga timbul rasa cinta dan jiwa merasa dekat dan diawasi oleh Allah Swt. Dengan mengingat Allah dalam wujud *kalimah thayyibah*, wirid, doa, dan *tilawah* Al-

---

<sup>42</sup>Suarni, “Strategi Coping Santriwati Dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qura’an Di Pondok Pesantren Darud Da’wah Wal-irsyad Lil-banat Parepare”, (Skripsi: IAIN Parepare, 2020), h. 22.

<sup>43</sup>Siti Kotimah, “Religious Coping Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur”, h. 45.

Quran, maka hati akan merasa tenang dalam menghadapi masalah, atau ketika harapan tak terpenuhi. QS. Ar-Ra'd ayat 28 meyakinkan:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Terjemahnya:

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenang.<sup>44</sup>

Dalam ayat ini disebutkan bahwa cara memperoleh ketenangan hati adalah dengan berzikir kepada Allah, dengan berzikir kepada Allah dalam setiap waktu, maka akan tertanam nilai-nilai *ilahiyah* secara kukuh dalam kalbu yang memancarkan kesadaran akan nilai *insaniyah*, menguatkan badan, dan membangkitkan hati dan perasaan sehingga dapat memberikan nilai positif bagi sikap, pandangan dan tingkah laku seseorang.

Berzikir akan menimbulkan ketenangan dan kedamaian dalam jiwa, serta terjadinya penurunan tingkat kecemasan dan kegelisahan. Zikir membuat terjadinya peluapan emosional yang menjadikan seseorang merasa terbebas dari ketegangan dan kecemasan yang membuat perasaan menjadi lega, timbulnya mekanisme kontrol diri terhadap masalah-masalah yang sering dihadapi, sehingga diharapkan dapat berjalan sebagaimana mestinya.

### 3) *Coping* religius melalui do'a

Graeme Goldworthy mendefinisikan doa secara sederhana ialah berbicara kepada Tuhan. Sedangkan menurut Soysaldi, doa berasal dari akar kata *da-wa* dalam bahasa arab, yang artinya memanggil, untuk memimpin

<sup>44</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya*, (Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 333.

melakukan sesuatu, untuk mengundang seseorang atau berduka setelah ada orang meninggal.<sup>45</sup>

Doa adalah harapan dan permohonan kepada Allah swt. agar segala gangguan dan penyakit jiwa yang diderita dapat hilang. Allah swt. yang telah membuat penyakit dan Dia pulalah yang dapat memberikan kesembuhan. Doa dan munajah banyak didapat dalam setiap ibadah, baik dalam shalat, puasa, haji, maupun dalam beraktivitas sehari-hari.

Menurut Prof. Dr. Zakiah Daradjat doa dapat memberikan rasa optimis, semangat hidup dan menghilangkan perasaan putus asa ketika seseorang menghadapi keadaan atau masalah-masalah yang kurang menyenangkan baginya. Doa amatlah penting bagi ketentraman batin. Doa mempunyai makna penyembuhan bagi stres dan gangguan kejiwaan. Doa juga mengandung manfaat untuk pencegahan terhadap terjadinya kegoncangan jiwa dan gangguan kejiwaan. Lebih dari itu, doa mempunyai manfaat bagi pembinaan dan peningkatan semangat hidup. Atau dengan kata lain, doa mempunyai fungsi kuratif, preventif dan konstruktif bagi kesehatan mental.<sup>46</sup>

Berdoa adalah gambaran dari sikap berserah diri dari kesadaran akan kelemahan seseorang yang diwujudkan dalam bentuk pengabdian kepada Allah Swt. Doa dapat membentuk pribadi yang tunduk kepada Allah Swt. semata sehingga membuat manusia lebih berani menghadapi tantangan hidup dengan penuh kegairahan dan membentuk sikap positif terhadap pekerjaan juga motivasi dalam bekerja.

---

<sup>45</sup>Siti Kotimah, "Religious Coping Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur", h. 48.

<sup>46</sup>Iin Tri Rahayu, *PSIKOTERAPI: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer* (Malang: UIN Malang Press, 2009), h. 268.

#### 4) *Coping* religius dengan membaca Al-Quran

Al-Quran merupakan kitab suci agama Islam. Sonn mendefinisikan Al-Quran secara istilah sebagai “bacaan” atau “membaca”, mencerminkan keyakinan muslim bahwa Al-Quran merupakan firman Allah Swt., dan bukan dari Nabi Muhammad Saw. yang menyampaikannya. Al-Quran dapat dijadikan sebagai obat penyembuh, sebagai mana firman Allah Swt.:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٧﴾

Terjemahnya:

Dan Kami turunkan dari Al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.<sup>47</sup>

Menurut Quraish Shihab, kata *syifa'* biasa diartikan sebagai kesembuhan atau obat. Selain itu juga digunakan dalam arti keterbebasan dari kekurangan atau ketiadaan arah dalam memperoleh manfaat. Lebih lanjut menurut Quraish Shihab, kecenderungan penyakit yang dapat disembuhkan dalam ayat ini bukanlah penyakit jasmani tetapi penyakit ruhani/jiwa yang berdampak pada jasmani seperti gangguan psikosomatik.<sup>48</sup>

Penelitian yang dilakukan Sulaiman menunjukkan bahwa melalui terapi membaca Al-Quran dapat menjadi penyembuhan untuk semua penyakit. Hal ini dikarenakan pembacaan Al-Quran merupakan energi positif yang dapat mengurangi energi negatif yang telah diambil dalam tubuh, jiwa atau pikiran seseorang.<sup>49</sup>

<sup>47</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya* (Jakarta: Puslitbang Lektor dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 386.

<sup>48</sup>Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qura'an Volume 7* (Tangerang: Lentera, 2017), h. 174-176.

<sup>49</sup>Iredho Fani Reza, 'Implementasi *Coping Religious* dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik', *Jurnal Intizar*, 22.2, (2016), h. 260.

Membaca Al-Quran merupakan salah satu bentuk terapi ruhaniah dalam kajian Islam, sebagaimana yang telah di jelaskan dalam Al-Quran bahwa Al-Quran merupakan penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman. Lantunan ayat-ayat Al-Quran yang merdu dapat membuat jiwa merasa tenang dan tenteram, sehingga dapat menimbulkan perilaku yang positif kepada individu yang membaca Al-Quran

Penerapan *coping* religius melalui hubungan dengan sesama manusia (*hablum minannas*) dalam menghadapi tekanan hidup dapat dilakukan dengan cara menjalin hubungan dengan sesama manusia melalui landasan sifat-sifat Allah Swt dan akhlak Rasulullah Saw. yang merupakan hubungan horizontal, seperti kegiatan sosial, silaturahmi dan pengajian.<sup>50</sup> Teori psikologi humanistik barat mengatakan bahwa dengan menjalin *hablum minannas*, akan terdapat adanya pola komunikasi yang cukup baik seperti sikap penerimaan terhadap orang lain dengan sepenuhnya, memiliki empati, dan tidak cepat memberikan label tertentu kepada orang lain.

## 2. Stres Pengasuhan

Dalam kamus psikologi stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis.<sup>51</sup> Stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami individu yang dapat berasal dari berbagai bidang kehidupan manusia. Menurut Hans Selye mendefinisikan stres sebagai suatu respon dari tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban yang dialaminya.<sup>52</sup> Stres

---

<sup>50</sup>Subandi, *Psikologi Agama & Kesehatan Mental* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), h. 156.

<sup>51</sup>Iin Tri Rahayu, *PSIKOTERAPI: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*, h. 176.

<sup>52</sup>Arfin Murtie, *Jurus Ampuh Mendeteksi Kepribadian Ganda Dalam Hitungan Detik* (Yogyakarta: Scritto Books Publisher, 2014), h. 44.

dapat terjadi pada individu ketika terdapat ketidakseimbangan antara situasi yang menuntut dengan perasaan individu atas kemampuan untuk bertemu dengan tuntutan-tuntutan tersebut.<sup>53</sup>

Deater-Deckard mendefinisikan stres pengasuhan/*parenting stres* sebagai serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orangtua. Stres pengasuhan juga dapat dipahami sebagai stres atau situasi penuh tekanan yang terjadi pada pelaksanaan tugas pengasuhan anak.<sup>54</sup>

Stres pengasuhan dapat berdampak negatif terhadap kondisi psikologis anak dan menyebabkan masalah relasi antara anak dan orangtua. Stres pengasuhan juga memicu agresi psikologis pada orangtua terutamanya ibu yang kemudian mengarah pada permasalahan perilaku pada anak. Ketidakmampuan orangtua dalam mengelola stres pengasuhan yang dialami dapat menyebabkan mereka dengan mudah melakukan kekerasan pada anak yang nantinya menimbulkan dampak negatif dalam pembentukan kepribadian anak.<sup>55</sup>

Meningkatnya stres pengasuhan pada orangtua dapat dihubungkan dengan tingka pendidikan yang rendah, banyaknya anak, kurangnya dukungan sosial dan usia ketika menjadi orangtua. Dalam meminimalisir terjadinya stres pengasuhan, membutuhkan kemampuan pengasuhan yang bersifat adaptif dan positif seperti

---

<sup>53</sup>Trianto Safari dan Norfans Eka Saputra, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengolah Emosi Positif dalam Hidup Anda* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), h. 27.

<sup>54</sup>Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*, h. 41.

<sup>55</sup>Dewi Kumalasari dan Izmiyah Afaf Abdul Gani, 'Mengasuh Anak Usia Prasekolah vs Anak Usia Sekolah Dasar: Manakah Yang Lebih Menimbulkan Stres Pengasuhan Pada Ibu?', *PERSONIFIKASI*, 11.2 (2020), h. 147.

komunikasi antara orangtua dan anak yang lebih baik maupun penerapan kedisiplinan yang lebih konsisten.

Stres pengasuhan digambarkan sebagai sebuah stres yang mendorong ke arah tidak berfungsinya pengasuhan orang tua terhadap anak, yang mana dalam pengasuhan terdapat ketidaksesuaian respon orang tua terhadap konfliknya dengan anak-anak mereka. Penggambaran stres pengasuhan ini dicerminkan kedalam 3 aspek berikut:

- a. *The Parent Distress* atau Pengalaman Stres Orang Tua, aspek ini menunjukkan pengalaman perasaan stres orang tua sebagai sebuah peran dari faktor pribadi dalam memecahkan personal stres lain yang secara langsung dihubungkan dengan peran orang tua dalam pengasuhan anak, tingkat stres pengasuhan ini berhubungan dengan karakteristik individu yang mengalami gangguan.
- b. *The Difficult Child* atau Perilaku Anak yang ulit digambarkan dengan menghadirkan perilaku anak yang sering terlibat dalam mempermudah pengasuhan atau lebih mempersulit karena orang tua merasa anaknya memiliki banyak karakteristik tingkah laku yang mengganggu.
- c. *The Parrent-Child Dysfunctional Interaction* atau ketidakberfungsian interaksi orang tua dan anak yang menunjukkan interaksi antara orang tua dan anak yang tidak berfungsi dengan baik yang berfokus pada tingkat penguatan dari anak terhadap orang tua serta tingkat harapan orang tua terhadap anak.<sup>56</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dipahami bahwa ada 3 aspek yang terdapat dalam stres pengasuhan yakni stres yang bersumber dari individu orang tua dalam melaksanakan perannya sebagai orang tua, yang disebabkan karena faktor

---

<sup>56</sup>Widad, Endang dan Stephani, 'Tress Pengasuhan Pada Ibu Dengan Anak Retardasi Mental Sedang', *Jurnal Prosiding Nasional Psikologi*, 2.6 (2018), h. 3-4.

personal seperti konflik dengan pasangan atau anak, kurangnya dukungan sosial, depresi, dan kondisi kesehatan orang tua, aspek berikutnya ialah kesulitan dalam mengatur anak, dan aspek terakhir ialah ketidakberfungsian interaksi antara orang tua dan anak, dimana kurangnya perasaan positif terhadap satu sama lainnya, kurangnya penerimaan orang tua pada karakteristik anak, dan kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak.

Terdapat beberapa faktor penyebab/pendorong timbulnya stres dalam pengasuhan yang dibedakan menjadi tiga tingkatan yaitu individu, keluarga, dan lingkungan yang dijelaskan sebagai berikut:

a. Individu

Pada tingkatan ini, faktor stres pengasuhan bersumber dari pribadi orangtua maupun anak. Kesehatan fisik orangtua dapat mendorong timbulnya stres pengasuhan seperti sakit yang dialami orangtua berkepanjangan. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental dan emosi orangtua yang kurang baik juga dapat mendorong timbulnya stres. Dari pihak anak, faktor yang mendorong timbulnya stres pengasuhan dapat berupa kesehatan fisik dan problem perilaku pada anak. Anak-anak yang sulit diatur, membangkang, menimbulkan kekacauan bahkan kerusakan sehingga menimbulkan stres pengasuhan pada orangtua.

b. Keluarga

Pada tingkatan keluarga, faktor pendorong timbulnya stres bersumber dari masalah keuangan dan struktur keluarga. Aspek keuangan berupa tingkat penghasilan keluarga yang rendah dan dihadapkan pada tuntutan kebutuhan yang tinggi. Dari aspek struktur keluarga dapat berupa jumlah anggota keluarga yang banyak. Hubungan yang penuh konflik dalam struktur keluarga juga berpotensi menimbulkan stres pengasuhan.

### c. Lingkungan

Pada tingkatan lingkungan, kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka pendek, situasional atau aksidental dan apabila tidak segera di atasi dengan baik dapat berlangsung dalam jangka panjang. Dalam kondisi ini orangtua dan anak sama-sama merasakan stres pengasuhan dan dampaknya kepada orangtua dan anak tergantung bagaimana stres tersebut dikelola. Sebagai contoh, orangtua yang mengalami banyak tekanan kerja, pada umumnya merasakan kelebihan beban dan cenderung lebih rendah penerimaannya terhadap anak dan lebih sering berkonflik.<sup>57</sup>

Dari pemaparan di atas dapat dipahami bahwa terdapat tiga faktor yang dapat menjadi penyebab atau pendorong timbulnya stres dalam proses pengasuhan yaitu dari individu orang tua atau anak dapat berupa kesehatan fisik orang tua dan sikap anak yang sulit di atur, penyebab berikutnya ialah berasal dari struktur keluarga seperti banyaknya anak, dan penyebab yang terakhir ialah berasal dari lingkungan yang dapat berupa lingkungan pekerjaan yang memiliki tuntutan yang tinggi atau kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar.

Kondisi stres dapat berlangsung dalam jangka pendek maupun situasional, jika sumber pengasuhan lebih dominan terhadap situasi lingkungan. Tetapi apabila tidak dapat diatasi atau dikelola secara baik, maka kondisi tersebut dapat berlangsung dalam jangka panjang. Dalam kondisi yang berjangka panjang ini, orang tua dan anak akan merasakan stres dalam pengasuhan secara bersama sehingga dampaknya kepada keduanya tergantung bagaimana stres tersebut dikelola dengan baik.

---

<sup>57</sup>Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*, h. 44.

Bagi orang tua, ketidakmampuan dalam mengelola stres pengasuhan dapat membuat orang tua sudah melakukan tindakan kekerasan terhadap anak yang mana dapat berdampak negatif pada pembentukan kepribadian anak. Selain itu, terdapat perasaan gagal dan tidak puas dalam memenuhi tanggung jawab pengasuhan sebagai orang tua. Namun apabila tidak terjadinya kekerasan terhadap anak, stres pengasuhan yang tidak dikelola dengan baik dapat membuat hubungan antara orang tua dan anak menjadi renggang. Dalam situasi ini anak dapat kehilangan tempat rujukan pada saat menghadapi suatu masalah dan dapat menghambat perkembangan kemampuan dalam pemecahan masalah dan pengambilan keputusan.

Stres pengasuhan lebih sering dihadapi dan dialami oleh ibu dibandingkan dengan ayah. Stres pengasuhan yang dialami oleh ibu dapat mempengaruhi tanggung jawabnya sebagai orang tua dalam mengasuh anak, hal ini dikarenakan stres pengasuhan dapat mengganggu dan menghambat pekerjaannya sehari-hari sebagai ibu rumah tangga dan dapat menimbulkan masalah pada tumbuh kembang anak. Orang tua atau ibu yang sudah kelelahan dalam menghadapi kebutuhan keluarga yang tidak ada habisnya, terutama berkaitan dengan anak dapat kehilangan antusias dalam mengasuh anak. Sehingga dapat menyebabkan ibu menggunakan ancaman, perkataan kasar dan tindakan kekerasan dalam memperlakukan dan mendisiplinkan perilaku anaknya.

### **C. Tinjauan Konseptual**

#### **1. Strategi *Coping* Religius**

Strategi adalah perencanaan untuk mencapai tujuan dan sasaran tertentu, sedangkan *coping* religius adalah segala bentuk usaha, pikiran, serta tindakan dengan memasukkan aspek-aspek keagamaan dalam mengatasi situasi aversif dan penuh

tekanan. Dapat disimpulkan bahwa strategi *coping* religius merupakan sebuah perencanaan usaha dan tindakan dengan memasukkan aspek-aspek religius dalam mengatasi suatu tekanan atau stres yang dialami.

## 2. Anak Usia Dini

Menurut para ahli, anak yang berada di usia dini dikatakan sebagai usia masa emas. Hal ini dikarenakan pada masa ini anak sedang berkembang dengan pesat dan luar biasa. Ketika seorang anak dilahirkan, sel-sel otaknya berkembang secara luar biasa dengan membuat sambungan antarsel. Proses ini akan membentuk pengalaman yang akan dibawa seumur hidup dan sangat menentukan berbagai hasil penelitian terkait riset otak, disebutkan bahwa otak manusia ketika dilahirkan terdiri atas 100 sampai 200 miliar sel otak yang siap mengembangkan beberapa triliunan informasi.<sup>58</sup>

Anak usia dini merupakan individu yang berbeda, unik dan memiliki karakteristik tersendiri sesuai dengan tahapan usianya. Masa usia dini (0 sampai 6 tahun) merupakan masa keemasan dimana stimulasi seluruh aspek perkembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya. Pada masa ini pertumbuhan otak sedang mengalami perkembangan fisiknya, hal ini menandakan bahwa anak usia dini tersebut sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan yang dimulai sejak masa prenatal atau dalam kandungan. Pembentukan sel saraf otak, sebagai modal pembentukan kecerdasan yang terjadi saat anak dalam kandungan. Setelah lahir tidak terjadi lagi pembentukan sel saraf otak, tetapi hubungan antarsel saraf otak terus berkembang.

Menurut Bacharuddin Mustafa, anak usia dini merupakan anak yang berada pada rentang usia antara satu hingga lima tahun. Pengertian tersebut didasarkan pada

---

<sup>58</sup>Ahmad Susanto, *Bimbingan Konseling Di Taman Kanak-Kanak* (Jakarta: Kencana, 2015), h. 43.

batasan psikologi perkembangan yang meliputi bayi (*infancy* atau *babyhoof*) berusia 0 sampai 1 tahun, usia dini (*early childhood*) berusia 1 sampai 5 tahun, dan masa kanak-kanak akhir (*late childhood*).<sup>59</sup> Anak usia dini adalah sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Proses pembelajaran sebagai bentuk perlakuan yang diberikan pada anak harus memperhatikan karakteristik yang dimiliki setiap tahapan perkembangan fisik.

Anak usia dini memiliki batasan usia tertentu, karakteristik yang unik dan berada pada suatu proses perkembangan yang sangat pesat dan fundamental bagi kehidupan berikutnya. Selama ini anak usia dini disebut dengan masa keemasan atau *golden age* yang terus berkembang pesat, dimana perkembangan tersebut dimulai sejak masa prenatal atau sejak dalam kandungan.

### **3. Parenting Stress/Stres Pengasuhan dalam Islam**

Dalam pengasuhan, seorang ibu memikul tanggung jawab sama seperti seorang ayah, bahkan tanggung jawab ibu lebih penting dan besar. Hal ini dikarenakan seorang ibu senantiasa mendampingi anak sejak dilahirkan hingga tumbuh dewasa dan sampai pada usia yang layak untuk memikul tanggung jawab. Islam menyeru kepada para orang tua untuk memikul tanggung jawab besar dalam mendidik anak-anaknya. Mereka juga dibebani agar mempersiapkan anaknya untuk memikul beban hidup dan mengancam mereka dengan azab yang besar jika mereka meninggalkan atau mengkhianati,<sup>60</sup> sebagaimana firman Allah Swt dalam QS. At Tahrir Ayat 6:

---

<sup>59</sup>Ahmad Susanto, *Pendidikan Anak Usia Dini Konsep dan Teori*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017), h.1

<sup>60</sup>Abdullah Nashih 'Ulwan, *Pendidikan Anak dalam Islam* (Solo: Insan Kamil, 2012), h. 97.

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوًا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ  
 غُلَاطٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Terjemahnya:

Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.<sup>61</sup>

Dalam ayat diatas menjelaskan bahwa orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik dan memelihara keluarga dan anak-anaknya agar kedepannya bisa menghadapi kehidupan dunia dengan tetap menjalankan perintah dan larangan Allah Swt. Tanggung jawab seorang ibu dalam mendidik anak menjadi suatu tekanan yang mengakibatkan terjadinya stres apabila seorang ibu tidak memiliki kesiapan.

Salah satu faktor yang menyebabkan stres pengasuhan ialah bersumber dari anak dan interaksi anak dengan orang tua. Para pendidik atau dalam hal ini orang tua harus memanfaatkan kenyataan yang terdapat pada diri anak mereka selama proses perkembangan. Seorang anak yang tidak memiliki tempat bermain dan berlindung yang aman di keluarga, cenderung akan keluar dan mencari lingkungan yang menyebabkan mereka menjadi nakal. Kenakalan inilah yang nantinya akan membuat orang tua menjadi gelisah dan tertekan dalam mengasuh anak.<sup>62</sup> Dalam hal berinteraksi dengan anak, tekanannya dapat berupa kurangnya kedekatan antara orang tua dan anak, dimana anak merasa kurang nyaman dan tidak merasa tenang ketika bersama orang tuanya.

<sup>61</sup>Kementerian Agama Republik Indonesia, *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya* (Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017), h. 560.

<sup>62</sup>Abdullah Nashih 'Ulwan, *Pendidikan Anak dalam Islam*, h. 84.

#### 4. Pandemi Covid-19 Menuju Endemi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, pandemi diartikan sebagai wabah yang berjangkit serempak dimana-mana. Kelly mendefinisikan pandemi sebagai epidemi (penyakit menular) yang terjadi diseluruh dunia, atau di wilayah yang sangat luas, melintasi batas internasional dan memengaruhi sejumlah besar orang.<sup>63</sup> Covid-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2, virus ini pertama kali diidentifikasi di Kota Wuhan Tiongkok pada tanggal 1 Desember 2019.

WHO (*World Health Organization* atau badan kesehatan dunia) mendeklasasikan Covid-19 sebagai pandemi pada tanggal 11 Maret 2020. Istilah pandemi terkesan menakutkan tapi sebenarnya itu tidak ada kaitannya dengan keganasan penyakit tapi lebih pada penyebarannya yang meluas. Pada umumnya, virus corona menyebabkan gejala ringan atau sedang seperti demam dan batuk, dan bisa sembuh dalam beberapa minggu. Tapi bagi sebagian orang yang berisiko tinggi (kelompok lanjut usia dan orang yang memiliki riwayat penyakit lain) virus ini menyebabkan masalah kesehatan yang serius hingga kematian.

Awal merebaknya pandemi Covid-19 menyebabkan gangguan sosioekonomi global, dimana banyak terjadi penundaan dan pembatalan kegiatan-kegiatan olahraga dan budaya, dan kekhawatiran akan kekurangan persediaan barang sehingga terjadi *panic buying*. Namun semenjak banyak negara telah mengembangkan vaksin dan melakukan vaksinasi kepada warganya, kegiatan-kegiatan yang awalnya tidak dizinkan secara perlahan di izinkan sesuai dengan kondisi dan minimnya jumlah kasus positif di wilayah tersebut.

---

<sup>63</sup>Ivan Muhammad Agung, 'Memahami Pandemi COVID-19 dalam Perspektif Psikologi Sosial', *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1.2 (2020), h. 69.

*EURO 2020* merupakan kompetisi sepakbola terbesar se-eropa yang awalnya tertunda pada tahun 2020, kini mendapat izin dan terselenggara di tahun 2021. Minimnya kasus positif di eropa dan banyaknya warga yang telah di vaksin, membuat *UEFA* (Federasi Sepakbola Eropa) mengizinkan adanya penonton mengisi seluruh tribun stadion pada gelaran *EURO 2020*. Tentunya hal ini merupakan hasil kedisiplinan warga eropa dalam mematuhi protokol kesehatan dan telah mengikuti vaksinasi.

Perkembangan kasus Covid-19 di Indonesia pada awal tahun 2022 mulai membaik, hal ini ditandakan dengan kasus harian covid-19 telah melandai. Dari hal ini pemerintah Indonesia mulai melonggarkan beberapa kebijakan seperti turunnya status PPKM setiap daerah yang pada akhir 2021 tinggi menjadi rendah di awal tahun 2022. Penurunan kasus tersebut tidak lepas dari target vaksinasi yang telah berada di level 70,38% target vaksinasi, dan juga sudah banyak masyarakat yang telah vaksi booster.

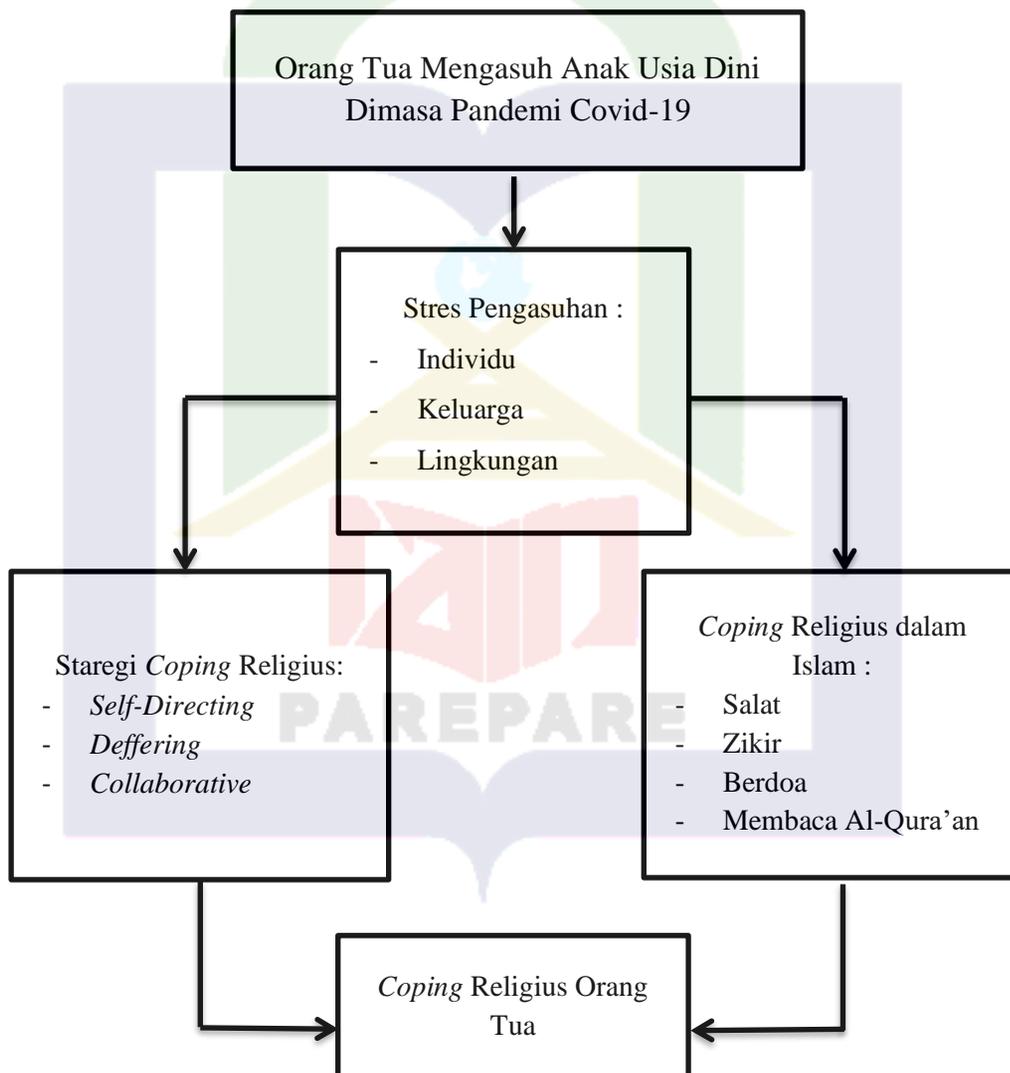
Membaiknya kasus covid-19 awal tahun 2022 dan target vaksinasi yang sudah diatas 60%, membuat pemerintah Indonesia kembali melonggarkan kebijakan di masa pandemi Covid-19. Pelonggran tersebut ialah peraturan pembukaan masker bagi masyarakat yang beraktivitas di luar ruangan atau area terbuka yang tidak padat. Pelonnggran ini di sampaikan langsung oleh Presiden Joko Widodo dala akun Instagram resminya pada tanggal 17 Mei 2022.

Pelonggran-pelonggaran kebijakan yang telah di berlakukan pemerintah Indonesia pada awal tahun 2022, dapat menjadi titik awal masa transisi Pandemi Covid-19 menuju Endemi Covid-19. Endemi bukan merupakan akhir atau hilangnya wabah Covid-19, tetapi merupakan masa dimana masyarakat sudah dapat hidup

berdampingan dengan Covid-19 atau dalam artian Covid-19 sudah menjadi flu biasa bagi masyarakat.

#### D. Kerangka Pikir

Pada bagian ini peneliti menggambarkan konsep penelitian menggunakan garis penghubung yang menjelaskan alur penelitian yang akan di lakukan.



### BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan ialah penelitian deskriptif kualitatif, yaitu suatu pendekatan penelitian yang mengungkap situasi sosial tertentu dengan mendeskripsikan kenyataan secara benar, dibentuk oleh kata-kata berdasarkan teknik pengumpulan dan analisis data yang relevan yang diperoleh dari situasi yang alamiah. Penelitian kualitatif tidak hanya sebagai upaya mendeskripsikan data tetapi deskripsi tersebut hasil dari pengumpulan data yang sohih yang dipersyaratkan kualitatif yaitu, wawancara mendalam, observasi partisipasi dan studi dokumen.<sup>105</sup>

Secara harfiah, sesuai dengan namanya, penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur kuantifikasi, perhitungan statistik, atau bentuk cara-cara lainnya yang menggunakan ukuran angka. Kualitatif berarti sesuatu yang berkaitan dengan aspek kualitas, nilai atau makna yang terdapat dibalik fakta. Kualitas nilai atau makna hanya dapat diungkapkan dan dijelaskan melalui linguistik, bahasa atau kata-kata.<sup>106</sup>

Pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya, perilaku, persepsi, minat, motivasi, tindakan, dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa. Pendekatan kualitatif ini bertujuan untuk mendapatkan informasi lengkap tentang “Strategi Coping Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19”.

---

<sup>105</sup>Djam’an Satori dan Aan Komariah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 25.

<sup>106</sup>Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktek* (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), h. 82.

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

### 1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang akan dijadikan sebagai tempat penelitian adalah di kompleks BTN Timurama Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare.

### 2. Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan selama 30 hari/ 1 bulan dan dilaksanakan pada 21 Maret sampai 21 April 2022, atau setelah di keluarkannya izin untuk melakukan penelitian.

## **C. Fokus Penelitian**

Penelitian yang akan dilakukan berfokus pada Strategi Coping Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19.

## **D. Jenis dan Sumber Data**

Jenis data yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah data yang bersifat non statistik, dimana data tersebut nantinya akan berbentuk kata-kata atau deskriptif dan bukan berupa data bentuk angka.

Sumber data dalam penelitian ini ada dua, yakni:

1. Sumber data primer adalah data pertama yang diperoleh oleh peneliti pada lokasi penelitian. Data primer adalah data yang dapat memberikan data penelitian secara langsung.<sup>101</sup> Sumber data primer pada penelitian ini adalah 5 Orangtua anak usia dini di kompleks BTN Timurama Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare.
2. Sumber data sekunder adalah data pendukung yang diperoleh dari pihak lain, tidak langsung diperoleh oleh peneliti dari subjek.<sup>102</sup> Juga dapat dikatakan sebagai sumber data tambahan untuk memperkuat data pokok dalam melakukan

---

<sup>101</sup>P. Subagyo, *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek* (Jakarta: Rineka Kerja, 2011), h. 87.

<sup>102</sup>Saifuddin Azwar, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), h. 90.

wawancara dengan Orangtua anak usia dini. Sumber data ini diperoleh dari jurnal, buku-buku, dan hasil penelitian yang berkaitan dengan apa yang akan diteliti.

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan cara mengumpulkan data yang dibutuhkan untuk menjawab rumusan masalah penelitian.<sup>103</sup> Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

#### **1. Wawancara**

Wawancara adalah proses tanya jawab antara pewawancara dan responden yang terlibat dalam penelitian. Wawancara terbagi menjadi dua yaitu wawancara bebas dan wawancara terprogram. Wawancara bebas dilakukan terhadap beberapa informan dan narasumber untuk memperoleh data yang sifatnya umum. Sedangkan wawancara terprogram dilakukan untuk menggali data yang benar-benar diperlukan dalam penelitian.<sup>104</sup>

Dalam hal ini peneliti akan melakukan wawancara dengan menggunakan pedoman wawancara terhadap informan yakni 5 orangtua anak usia dini. Alasan peneliti memilih kelima orangtua tersebut menjadi informan dalam penelitian ini, karena kelima orangtua tersebut memiliki masalah yang sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Adapun daftar informan yang terpilih disajikan dalam tabel berikut

---

<sup>103</sup>Juliansyah Noor., *Metodologi Penelitian (Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah)* (Jakarta : Prenadamedia Group, 2011), h. 138.

<sup>104</sup>Subandi, 'Deskripsi Kualitatif Sebagai Satu Metode Dalam Penelitian Pertunjukan', *Jurnal Harmoni*, 11.2 (2011), h. 177.

Tabel 3.1 Daftar Informan

Uraian	Informan				
	I	II	III	IV	V
Nama	Wahyuni	Fitria	Dian	Eka	Asriyani
Usia	33 Tahun	33 Tahun	30 Tahun	33 Tahun	50 Tahun
Pekerjaan	IRT	Karyawan Sawasta	IRT	Karyawan Swasta	Guru
Alamat	Timurama	Timurama	Timurama	Timurama	Timurama

## 2. Observasi

Observasi merupakan metode yang digunakan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis terhadap gejala-gejala yang tampak pada objek penelitian, baik secara langsung maupun tidak langsung.<sup>105</sup> Dalam konteks penelitian kualitatif, observasi tidak untuk menguji kebenaran tetapi untuk mengetahui kebenaran yang berhubungan dengan aspek/kategori sebagai aspek studi yang dikembangkan peneliti. Observasi ialah kunjungan ke tempat kegiatan secara langsung, sehingga semua kegiatan yang sedang berlangsung atau objek yang ada tidak luput dari perhatian dan dapat dilihat secara nyata. Semua kegiatan objek, serta kondisi penunjang yang ada dapat diamati dan dicatat.<sup>106</sup>

Adapun yang menjadi target untuk di observasi dalam penelitian ini adalah pengamatan terhadap orangtua yang mengalami stres dalam mengasuh anak usia dini dimasa pandemi Covid-19.

<sup>105</sup>S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 158.

<sup>106</sup>Djam'an Satori dan Aan Komariah. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, h. 106.

### 3. Dokumentasi

Metode dokumentasi yaitu data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sebagainya.<sup>107</sup> Dalam proses pengumpulan data, peneliti mengumpulkan data dengan cara membaca dan mempelajari dokumen-dokumen yang berhubungan dengan topik penelitian, yaitu membaca dan mempelajari literatur yang berkaitan dengan coping religius.

#### **F. Uji Keabsahan Data**

Teknik keabsahan data yang digunakan pada penelitian ini adalah triangulasi. Triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Triangulasi adalah suatu cara mendapatkan data yang benar-benar absah dengan mengumpulkan pendekatan metode ganda. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan cara memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu sendiri, untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu.<sup>108</sup>

#### **G. Teknik Analisis Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri

---

<sup>107</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Yogyakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 274.

<sup>108</sup>Bachtiar S. Bachri, *Menyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif* (Jurnal Teknologi Pendidikan, 2010), 10.1, h. 56.

sendiri dan orang lain.<sup>109</sup> Dalam analisis ini peneliti menggunakan analisis deskriptif yaitu mendeskripsikan apa yang telah diperoleh pada penelitian sehingga dapat memberikan pemahaman kepada diri sendiri dan orang yang membaca.

Pada penelitian yang akan dilakukan ini yang menjadi fokus analisis adalah bagaimana Strategi Coping Religius Orang Tua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19. Dimana nantinya akan diatur data yang diperoleh dari catatan lapangan, foto, atau dokumen dalam bentuk laporan. Dalam menganalisis data kualitatif, proses yang dilakukan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

#### 1. Reduksi Data

Reduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema polanya. Reduksi data merupakan proses berpikir sensitif yang memerlukan kecerdasan dan keluasan dan kedalaman wawasan yang tinggi.<sup>110</sup> Setelah observasi dan wawancara maka proses pereduksian data dilakukan. Hal ini dilakukan untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan rumusan masalah yang sesuai sehingga peneliti tidak kebingungan pada saat menyusun data.

#### 2. Penyajian Data

Setelah data direduksi, maka hal yang selanjutnya dilakukan adalah menyajikan data. Penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Dengan melakukan penyajian data (*data display*) maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah diahami tersebut.<sup>111</sup>

---

<sup>109</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen* (Alfabeta: Bandung, 2013), h. 402.

<sup>110</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*, h. 406.

<sup>111</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*, h. 408.

### 3. Penarikan Kesimpulan

Langkah ke tiga dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan. Kesimpulan dalam hal ini adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.<sup>112</sup>

Pada tahap ini, peneliti membuat rumusan proposisi yang berhubungan dengan prinsip logika yang mengangkatnya sebagai temuan penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan mengkaji secara berulang-ulang terhadap data yang ada pada pengelompokan data yang telah terbentuk serta proposisi yang telah dirumuskan. Langkah selanjutnya ialah melaporkan hasil penelitian lengkap, dengan penemuan baru yang berbeda dari temuan sebelumnya yang sudah ada.

---

<sup>112</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*, h. 412.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran umum lokasi penelitian

Kompleks BTN Timurama merupakan salah satu perumahan yang terletak di Kelurahan Lompoe, Kecamatan Bacukiki, Kota Parepare. Kompleks BTN Timurama terletak  $\pm$  5 Km dari pusat Kota Parepare dengan luas  $\pm$  5.000 M<sup>2</sup>, dengan luas tersebut kompleks ini terbentuk menjadi Rukun Warga (RW) dan terdapat 2 Rukun Tetangga (RT).

Tabel 4.1 Jumlah Kepala Keluarga Kompleks BTN Timurama

RT	Jumlah Kepala Keluarga
01	149 KK
02	137 KK
<b>Total 286 KK</b>	

Sumber : Ketua RW (Sahuddin) pada Tanggal 16 April 2022

#### B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian menjelaskan bagaimana Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan observasi awal dan melakukan wawancara dalam untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam fokus penelitian.

##### 1. Penyebab stress yang dihadapi oleh Orang Tua Anak Usia Dini dalam Mengasuh Anak di masa pandemi covid-19

Selama masa pandemi covid-19, orangtua dalam hal ini ibu anak usia dini menghadapi beberapa kendala dalam mengasuh anak. Kendala-kendala tersebut menjadi penyebab timbulnya tekanan sehingga dapat mengakibatkan stres.

a. Individu Anak

Penyebab terjadinya stres ketika mengasuh anak dapat bersumber dari individu anak, perilaku anak yang sulit diatur dan membangkang memengaruhi kondisi mental ataupun emosi orangtua menjadi tidak baik sehingga dapat terjadi stres dalam mengasuh anak. Hal ini diungkapkan oleh informan dalam kutipan sebagai berikut.

“Kalau pagi anaknya susah sekali di kasi bangun kalau mau pergi sekolah, biasa terlambat mi juga ke sekolah, belum lagi kalau adeknya rewel kalau pagi baru kakaknya mau saya siapkan untuk ke sekolah”<sup>127</sup>

Berdasarkan kutipan percakapan dengan informan Dian, kendala atau kesulitan yang dihadapi ketika mengasuh anak bersumber dari individu anaknya, sikap yang sulit diatur seperti susahnyanya di bangunkan di pagi hari untuk berangkat ke sekolah ditambah ketika anak rewel membuat emosi orangtua menjadi negatif ketika mengasuh anak.

“Kendalanya berpengaruh pada pekerjaan saya di rumah. Suana hati berubah dan cukup merasa tertekan bahkan sampai marah-marah juga”<sup>128</sup>

Kendala yang dialami oleh informan hingga menimbulkan emosi yang bersifat negatif mempengaruhi pekerjaannya di rumah. Emosi negatif ini juga mempengaruhi suana hati informan hingga merasa tertekan dan membuatnya sering marah-marah.

Hal yang sama juga dialami oleh informan Fitria, dimana selama mengasuh anak ia mengalami kendala yang bersumber dari anak itu sendiri. Hal ini diungkapkan informan melalui kutipan wawancara berikut.

“Kendalanya ketika mengasuh anak, karena terlalu aktif jadi sulit ka atur itu anak, kadang kalau ada hal dia lakukan baru dilarang di tetap lakukan.”<sup>129</sup>

---

<sup>127</sup>Dian Anggraeni, 31 Tahun, IRT, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 10 April 2022.

<sup>128</sup>Dian Anggraeni, 31 Tahun, IRT, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 10 April 2022.

Sifat yang sulit di atur dan membangkang pada anak informan membuatnya mengalami kendala dalam mengasuh anak, sifat dari anak ini juga membuat suana hatinya beubah dan merasa tertekan sehingga menimbulkan emosi yang kurang baik pada informan.

Kendala yang bersumber dari individu anak juga di alami oleh informan Asriyani, diamana selama mengasuh anak di masa pandemi kesibukannya bertambah di rumah dan di sekolah tempat ia mengajar. Selama mengasuh anaknya di masa pandemi, ia sulit menerapkan kedisiplin kepada anaknya, hal ini diungkapkan oleh informan melalui kutipan berikut.

“Kendala/kesulitannya itu susah saya kasi disiplin dan atur itu anakku, apalagi ini kan masa pandemi dan musimnya mudah sakit-sakit orang, kalau pulang dari sekolah itu anakku selalunya keluar pergi main sama temannya biar siang hari selalu pergi main.”<sup>130</sup>

Kesulitan mendisiplikan anak menjadi kendala bagi informan dalam mengasuh anak. Keinginan besar anak untuk bermain dengan teman sebayanya tidak mengenal siang atau pagi hari agar keinginannya bermain terpenuhi. Kendala yang ia alami berdampak pada pekerjaannya di sekolah tempat ia mengajar.

“Ya, berpengaruh juga, kan saya guru honorer di SD, jadi pekerjaan ku dari sekolah juga banyak. Kalau pulang dari sekolah itu saya harus buat persiapan materi untuk mengajar besok, biasa juga buat meka juga soal untuk di kasi siswa, na sementara ini anak kalau pulang sekolah langsung lari keluar pergi main, sebagai orang tua pasti khwatirka karena jangan sampai sakit nanti, biasa itu saya tinggalkan ini pekerjaan ku pergi cari itu anak di luar baru kasi pulang i.”<sup>131</sup>

---

<sup>129</sup>Fitria Handayani, 33 Tahun, Karyawan RSUD, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 10 April 2022.

<sup>130</sup>Asriyani, 50 Tahun, Guru Honorer, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 11 April 2022.

<sup>131</sup>Asriyani, Orang Tua Anak Usia Dini.

Pekerjaan dari sekolah yang seharusnya ia bisa selesaikan setelah pulang dari mengajar terkendala dikarenakan harus mengasuh anaknya yang sering keluar bermain setelah pulang dari sekolah. Sikap anak yang sulit disiplin dan diatur hingga pekerjaannya terbengkalai.

“Suasana hati berubah pastinya, bahkan saya marah-marah biasa, karena ada pekerjaan sekolah ini mau sakerja sedangkan itu anak selalu keluar pergi main, sebagai orang tua juga kita khawatir jangan sampai itu anak jadi sakit.”<sup>132</sup>

Sikap anak infroman yang sulit diatur dan disiplinkan hingga membuat pekerjaannya menjadi terbengkalai berdampak pada suasan hati informan sehingga membuatnya mudah marah-marah kepada anaknya ketika membuat kesalahan.

#### b. Keluarga

Penyebab lain yang dapat menimbulkan stres pengasuhan bersumber dari keluarga. Faktor pendorong timbulnya stres dalam keluarga dapat berupa masalah keuangan dan struktur keluarga. Banyaknya anak membuat orang tua dalam hal ini ibu, kesulitan membagi waktu untuk melakukan pekerjaan rumah dan mengasuh anak yang banyak. Hal ini di ungkap oleh informan Wahyuni dalam kutipan berikut:

“Kesulitan saya mengasuh anak di masa pandemi itu sulitnya mengatur waktu untuk bekerja dirumah dengan waktu mengasuh anak dan mendampingi anak belajar di rumah kalau malam hari.”<sup>133</sup>

Berdasarkan kutipan wawancara di atas dengan narasumber Wahyuni, kendala yang ia alami selama mengasuh anak di masa pandemi itu sulitnya membagi waktu untuk melakukan pekerjaan rumah dengan mengasuh anak dan

<sup>132</sup>Asriyani, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>133</sup>Wahyuni, 34 Tahun, Ibu Rumah Tangga, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 9 April 2022.

mendampingi anak belajar kalau malam hari, sehingga mempengaruhi pekerjaan rumah yang tak kunjung selesai.

“Iya, sangat berpengaruh pada pekerjaan rumah. Apalagi saya punya 4 anak dan masih sekolah semua, kalau malam itu ada mi yang mau di bantu kerja tugas sekolahnya, biasa juga kalau ada di surukan sama gurunya untuk keperluan tugas sekolah seperti koran sedangkan di rumah tidak ada koran sama sekali, baru saya harus masak juga untuk makan malam, belum lagi kalau pagi mau berangkat kesekolah, saya harus urus pakaian sekolahnya, terutama yang masih TK ini saya harus mandi baru kasi pakai baju, saya juga harus siapkan sarapan pagi untuk anak-anak dan juga bapaknya. Jadi sangat berpengaruh sekali.”<sup>134</sup>

Banyaknya anak membuat informan kesulitan dalam mengasuh anak, terutama ketika pagi hari ia harus mengurus keempat anaknya untuk berangkat kesekolah di samping itu juga informan juga harus menyiapkan sarapan pagi untuk anak dan suaminya.

“Suasana hati berubah dan ada rasa tertekan sedikit.”<sup>135</sup>

Kendala terkait yang berkaitan dengan struktur keluarga yang sulit atau dalam hal ini banyaknya anak yang harus informan asuh dengan sifat yang berbeda-beda membuat suasana hati informan berubah dan merasa tertekan dalam mengasuh anak.

### c. Lingkungan

Penyebab ketiga yang menjadi pemicu timbulnya stres pengasuhan pada orang tua ialah aspek lingkungan. Pemicu timbulnya stres dari aspek lingkungan dapat diperoleh dari lingkungan pekerjaan berupa beban kerja yang tinggi, maupun diperoleh dari lingkungan sekitar berupa hubungan sosial yang dapat dipengaruhi oleh persepsi individu apakah hubungan tersebut berdampak positif atau negatif pada individu.

<sup>134</sup>Wahyuni, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>135</sup>Wahyuni, Orang Tua Anak Usia Dini.

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan informan Eka, hal yang ia alami selama mengasuh anak dimasa pandemi ialah kesibukannya bertambah di rumah terlebih pada kesibukan pekerjaan di kantor.

“Hal yang saya alami itu kesibukan bertambah di kantor, kan ini masa pandemi jadi ada penurunan nasabah/konsumennya di kantor, jadi pimpinan kantor paksa kita semua pekerjaannya untuk kerja ekstra agar ini nasabah/konsumen bisa naik. Jadi ada tuntutan pekerjaan di kantor dan kadang juga saya bawa pekerjaan ku di rumah, belum lagi kalau di rumah saya urus anak untuk dampingi belajar kalau malam.”<sup>136</sup>

Perusahaan tempatnya bekerja mengalami penurunan nasabah/konsumen selama masa pandemi sehingga pihak perusahaan menuntuk para karyawannya untuk bekerja ekstra agar nasabah perusahaan dapat bertambah. Tuntutan pekerjaan ini menjadi kendala bagi informan dalam mengasuh anak.

“Sangat berpengaruh pada pekerjaan rumah, karena kalau pagi saya berangkat ke kantor di kantor banyak sekalai pekerjaan dari atasan, pulang dari kantor jam 3 biasanya, sampai rumah saya kerja lagi pekerjaan rumah kayak menyapu, masak dan lainnya, baru kalau malam saya dampingi dulu anak belajar, sudah itu biasa saya kerja pekerjaan kantor juga.”<sup>137</sup>

Tuntutan pekerjaan kantor, pekerjaan rumah dan mengasuh anak yang dialami oleh informan ini mempengaruhi suana hatinya dan merasakan tekanan yang membuatnya mudah marah dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Hal ini di buktikan dengan pernyataan informan.

“Iya, suasana hati berubah dan ada rasa tertekan di hati jadi gampang sekali ka marah biasanya, kalau malam itu anak saya belum tidur atau rewel i ada tomi juga pekerjaan kantor mau sa kerja, jadi saya marahi mi itu biasa supaya tidur i.”<sup>138</sup>

Tuntutan kerja dari atasan kantor di samping ia harus mengejarkan pekerjaan rumah dan mengasuh anak setelah pulang dari bekerja berimbas pada

---

<sup>136</sup>Eka Basir, 33 Tahun, Wiraswasta, Oarng Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 9 April 2022.

<sup>137</sup>Eka Basir, Oarng Tua Anak Usia Dini.

<sup>138</sup>Eka Basir, Oarng Tua Anak Usia Dini.

berubahnya suasana hati informan yang hingga merasa tertekan membuatnya menjadi mudah marah pada kesalahan-kesalah kecil yang terjadi di rumahnya.

Pembahasan diatas terkait penyebab stres pengasuhan yang dialami oleh kelima Orang Tua Anak Usia Dini, penulis dapat simpulkan bahwa penyebab stres pengasuhan yang dialami oleh kelima Orang Tua Anak Usia Dini tersebut bersumber dari Individu Anak, Keluarga dan Lingkungan.

## **2. Strategi *Coping* Religius Orang Tua dalam mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19**

Strategi adalah perencanaan untuk mencapai tujuan dan sasaran tertentu, sedangkan *coping* religius adalah segala bentuk usaha, pikiran, serta tindakan dengan memasukkan aspek-aspek keagamaan dalam mengatasi situasi aversif dan penuh tekanan. Dapat dipahami bahwa strategi *coping* religius merupakan sebuah perencanaan usaha dan tindakan dengan memasukkan aspek-aspek keagamaan/religius dalam mengatasi suatu tekanan atau stres yang dialami.

Pargament yang merupakan pelopor *coping* religius, menjabarkan strategi dalam penggunaan *coping* religius kedalam 3 bentuk strategi. Strategi pertama yaitu *Self-Directing*, merupakan strategi dimana individu memandang dirinya sebagai orang yang diberi kemampuan oleh Tuhan untuk memecahkan masalahnya sendiri atau dalam artian individu tersebut tidak melibatkan Tuhan dalam memecahkan masalahnya.

Strategi yang kedua yaitu *deffering*, merupakan strategi dimana individu hanya bergantung pada Tuhan dalam memecahkan masalahnya dan tidak melibatkan usaha dari dirinya dalam memecahkan masalahnya sendiri. Strategi yang ketiga yaitu *collaborative* merupakan strategi atau bentunk *coping* religius yang paling banyak di

gunakan dalam memecahkan masalah dimana dalam strategi ini adanya sebuah usaha yang dilakukan oleh individu dalam memecahkan masalahnya dan dipadukan dengan harapan atau doa kepada Tuhan dalam memberikan tanda-tanda/jalan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara kelima informan, dapat diketahui mengenai Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19. Adapun hasil wawancara masing-masing informan dianalisis dan dibuktikan dengan pernyataan informan dalam kutipan sebagai berikut.

a. *Collaborative*

Pada saat penulis bertanya kepada informan Dian, apakah akan menghadapi atau menghindari masalah yang dihadapi selama mengasuh anak dimasa pandemi Covid-19, lalu informan Dian mengatakan akan memilih untuk menghadapi masalahnya. Sebagaimana pernyataan informan dalam kutipan berikut.

”Yah harus dihadapi, karena memang tanggung jawab ta itu sebagai orang tua”.<sup>139</sup>

Informan Dian menuturkan bahwa sudah merupakan tanggung jawab setiap orang tua, apapun masalah yang timbul dari anak harus dihadapi oleh setiap orang tua. Dalam menghadapi tekanan yang timbul dari masalah selama mengasuh anak di masa pandemi Covid-19, informan lebih memilih mendekati diri dan meminta pertolongan kepada Allah Swt.

”Supaya berkurang itu tekanan biasanya mendekati diri dengan Allah Swt.”.

”Kalau meminta tolong itu sudah pasti mi itu kepada Allah Swt.”.<sup>140</sup>

---

<sup>139</sup>Dian Anggraeni, 31 Tahun, IRT, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 10 April 2022.

<sup>140</sup>Dian Anggraeni, Orang Tua Anak Usia Dini.

Sebagai umat muslim yang taat, sudah sepantasnya Allah menjadi tempat meminta pertolongan dan petunjuk dalam menghadapi masalah kehidupan dunia. Permintaan pertolongan ini dilakukan oleh informan melalui sebuah ritual keagamaan atau dalam hal ini ibadah kepada Allah Swt.

“Ritual keagamaannya itu saya selalu berzikir, seperti kalau merasa tertekan ka lagi itu langsungka istigfar baru ritual lainnya salat supaya hati tenang.”<sup>141</sup>

Ritual keagamaan di implementasikan melalui serangkaian ibadah yang di lakukan oleh informan ketika mengalami tekanan dalam hati ialah beristigfar dan melaksanakan ibadah salat. Beristigfar atau berzikir dapat menimbulkan ketenangan dan kedamaian dalam jiwa hingga dapat mengurangi rasa tertekan dalam hati begitupun dengan shalat juga dapat menghadirkan ketenangan dan kedamaian.

“Dampaknya itu saya rasakan dengan dua ibadah itu sangat luar biasa, saya rasakan tenang dalam hati”.<sup>142</sup>

Dampak dari ibadah istigfar/zikir dan shalat yang dilakukan, informan merasakan ketenangan dalam hatinya dan dengan pendekatan keagamaan ini membuat tekanan yang ia alami dapat teratasi sedangkan masalah yang ia alami dalam mengasuh anak tetap ia jalani tanpa adanya rasa tertekan dalam hatinya, karena sudah merupakan tugas sebagai ibu/orangtua dalam mengasuh anak. Dengan begitu, informan dapat menilai bahwa masalah yang ia alami selama megasuh anak dimasa pandemi Covid-19 merupakan ujian dari Allah Swt. agar dapat lebih mendekatkan diri lagi kepada Allah Swt.

“Dengan pendekatan agama dapat mengurangi tekanan yang saya rasakan, kalau masalah yang tentang mengasuh itu tetap saya harus kerjakan dan hadapi karena sudah tanggung jawab ku sebagai orangtua”.

---

<sup>141</sup>Dian Anggraeni, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>142</sup>Dian Anggraeni, Orang Tua Anak Usia Dini.

“Dari masalah ini saya anggap sudah merupakan ujian dari Allah Swt. agar bisa lebih dekat ki lagi dengan Allah”.<sup>143</sup>

Dari kutipan wawancara di atas dengan informan terkait strategi *coping* religius dapat dipahami bahwa bentuk strategi *coping* religius yang digunakan oleh informan merupakan *coping* religius yang berbentuk positif, hal ini dapat dilihat dari adanya aspek *benevolent religious reappraisal* atau aspek yang memahami masalah yang dihadapi melalui pendekatan agama sebagai sesuatu yang positif bagi kehidupan informan. Aspek lainnya ialah *religious forgiving* atau pencarian pertolongan dengan pendekatan agama dalam menghilangkan perasaan yang bersifat negatif dalam hati.

Informan Wahyuni mengalami kendala yang ia alami selama mengasuh anak usia dini dimasa pandemi, sehingga membuat ia merasakan tekanan dalam hatinya dan harus menghadapi hal tersebut. Dalam mengurangi tekanan yang ia rasakan dari kendala yang ia alami selama mengasuh anak yaitu dengan cara memperbanyak ibadah dan mendekatkan diri dengan Allah Swt.

“Saya harus hadapi mi kalau masalah begini”

“Caranya itu memperbanyak ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah”.<sup>144</sup>

Sebagai seorang muslim yang taat kepada agama, ketika mendapatkan suatu masalah atau menhadapi suatu masalah maka perlu kita meminta petunjuk dan pertolongan kepada Allah Swt. Hal ini juga di lakukan oleh informan Wahyuni lakukan ketika mendapatkan suatu masalah.

“Sudah pasti minta tolongnya itu sama Allah Swt.”

Ketika meminta pertolongan atau petunjuk kepada Allah Swt. informan Wahyuni juga melaksanakan ritual keagamaan yang di implementasikan melalui

<sup>143</sup>Dian Anggraeni, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>144</sup>Wahyuni, 34 Tahun, Ibu Rumah Tangga, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 9 April 2022.

serangkaian ibadah dalam menghadapi tekanan dan masalah yang dialami. Melalui ibadah-ibadah yang dilaksanakan oleh Informan, ia mengakui merasakan dampak yang sangat besar setelah ia melaksanakan ibadah tersebut.

“Ada, ritualnya melalui ibadah shalat, mengaji dan berdzikir”

“Kalau dampaknya itu sangat luar biasa karena membuat saya merasa tenang setelah saya kerjakan itu shalat, mengaji dan berdzikir”.<sup>145</sup>

Melalui pendekatan agama yang dilakukan dengan ibadah-ibadah, informan mengakui bahwa tekanan yang ia rasakan ketika mengasuh anak dapat berkurang, sedangkan masalah terkait mengasuh anak tetap ia jalani dan laksanakan karena sudah merupakan tanggung jawabnya sebagai orangtua. Dari masalah yang dihadapi ini informan mengakui bahwa hal ini merupakan ujian dari Allah Swt.

“Iya, dengan banyak beribadah, berdoa dan berzikir dapat mengurangi tekanan yang saya alami, jadi masalah terkait mengasuh anak itu saya bisa kerjakan lagi tanpa ada rasa tertekan”

“Saya rasa ini masalah merupakan ujian dari Allah Swt. dan juga merupakan takdir”.<sup>146</sup>

Dari wawancara di atas dengan informan, dapat dipahami strategi *coping* religius yang digunakan oleh informan berbentuk *coping* religius positif. Hal ini dapat dilihat dari adanya aspek *benevolent religious reappraisal* atau aspek yang memahami masalah yang dihadapi melalui pendekatan agama sebagai sesuatu yang positif bagi kehidupan informan. Aspek lainnya yaitu *religious purification* yang merupakan aspek pembersihan spritual dengan melalui amalan religius atau dalam hal ini ibadah.

Menurut informan Fitria, kenadla yang ia alami selama mengasuh anak di masa pandemi ialah susahny mengatur dan mendisiplikan anak, hal ini

---

<sup>145</sup>Wahyuni, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>146</sup>Wahyuni, Orang Tua Anak Usia Dini.

dikarenakan anaknya terlalu aktif sehingga apapun kegiatan yang ia larang kepada anaknya tetap di lakukan oleh anaknya. Pada saat penulis menanyakan apakah informan Fitria memilih menghadapi atau menghindari masalah yang ia alami, lalu informan menjawab akan menghadapi masalah yang ia alami.

“Ya harus mi di hadapi, karena memang sudah tanggung jawab sebagai orang tua”.<sup>147</sup>

Sebagai orang tua, masalah yang timbul dari sikap anak haruslah di hadapi, karena sudah merupakan tanggung jawab orang tua dalam mengasuh anak. Dalam menghadapi masalah yang dialami oleh informan, sikap keagamaan yang informan lakukan ialah tetap bersabar.

“Haruski bersabar. Apalagi anak memang dalam masa tahap belajar dan berkembang”.<sup>148</sup>

Sikap keagamaan yang informan miliki dalam menghadapi masalahnya ialah tetap bersabar, hal di karenakan masa usia dini merupakan periode *golden age* dan merupakan usia tahap belajar dan bertumbuh kembangnya anak usia dini. Dalam mengurangi tekanan yang informan alami, maka informan mencari kesibukan lain sebagai mana yang di sampaikan informan melalui pernyataan berikut.

“Biasanya kalau masalah begini pergika refreshing kayak pergi jalan-jalan sama suami baru anakku saya titip dulu di neneknya”.<sup>149</sup>

Salah satu cara yang informan lakukan dalam mengurangi tekanan atas masalah yang ia hadapi dengan mencari kegiatan yang membuat suasana hatinya menjadi tenang dengan melakukan kegiatan refresing bersama suaminya. Dari

---

<sup>147</sup>Fitria Handayani, 33 Tahun, Karyawan RSUD, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 10 April 2022.

<sup>148</sup>Fitria Handayani, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>149</sup>Fitria Handayani, Orang Tua Anak Usia Dini.

sisi keagamaan, informan juga meminta petunjuk dari Allah Swt. terhadap masalah yang di hadapi melalui serangkaian ritual keagamaan atau ibadah.

“Kalau masalah begitu saya atasi sendiri tapi tetap juga meminta pertolongan dengan Allah Swt”.

“Ibadahnya itu seperti beristigfar atau berzikir, biasa itu capek meka liat anakku dan mau marah, saya langsung beristigfar mi itu”<sup>150</sup>.

Mendekatkan diri dengan Allah Swt melalui ritual keagamaan yakni ibadah dzikir yang ia lakukan membuat informan merasa tenang sehingga tekanan yang dialami oleh informan dapat tertasi. Dengan demikian informan tetap menjalankan kewajibannya sebagai seorang orangtua dalam mengasuh anak tanpa ada rasa tertekan di hatinya. Dengan pendekatan ini juga membuat masalah yang ia hadapi cukup berkurang.

“Dengan pendekatan agama saya merasakan ketenangan dalam hati setelah berzikir”

“Kalau rasa tertekan berkurang mi dengan ibadah, kalau masalah mengasuh anak harus tetap saya kerjakan karena sudah menjadi tanggung jawabnya orangtua”

“Ini merupakan ujian dari Allah Swt. supaya lebih dewasa menghadapi kehidupan”.<sup>151</sup>

Dari wawancara diatas dengan informan Fitria, dapat dipahami bahwa strategi *coping* religius yang digunakan oleh informan merupakan *coping* religius yang bersifat positif, hal ini dapat dilihat dari adanya aspek *benevolent religious reappraisal* yang merupakan penggambaran stresor atau tekanan yang dialami melalui agama sebagai sesuatu yang baik dan menguntungkan, aspek berikutnya ialah *collaborative religious coping* yang merupakan kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam memecahkan masalah, dan aspek yang

<sup>150</sup>Fitria Handayani, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>151</sup>Fitria Handayani, Orang Tua Anak Usia Dini.

terakhir ialah *religius forgiving* atau pencarian pertolongan dengan pendekatan agama dalam menghilangkan perasaan yang bersifat negatif dalam hati.

Menurut informan Eka, masalah yang timbul selama mengasuh anak hingga membuatnya merasa tertekan haruslah ia dihadapi, hal ini di karenakan sudah tugas sebagai orang tua dan semuanya juga untuk anak sendiri. Dari pengakuannya, salah satu cara yang ia lakukan agar tekanan yang ia rasakan dapat berkurang yaitu dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang bersifat menyenangkan.

“Mau tidak mau harus di hadapi, karena semuanya juga demi anak”

“Kalau merasa tertekan ka itu biasaka pergi refresing seperti jalan-jalan ke kota, biasa juga pergika ke tempat wisata”.<sup>152</sup>

Selain mengatasi tekanan yang informan rasakan dengan caranya sendiri, ia juga meminta pertolongan dan petunjuk kepada Allah Swt. dalam mengurangi tekanan yang ia rasakan. Agar permintaannya dapat di kabulkan dan diberi petunjuk Allah Swt. informan melaksanakan ibadah sebagai media dalam brhubungan dengan Allah Swt.

“Cara atasinya itu dengan usaha dan juga melalui Allah. Karena sebagai umat islam kalau punya masalah itu haruski berhubungan juga dengan Allah”

”Ya, ibadahnya melalui shalat dan berdoa agar hati bisa tenang dan diberi kesabaran dalam menghadapi masalah”.<sup>153</sup>

Dampak dari ibadah yang informan lakukan ketika menghadapi tekanan yang dialami dapat membuatnya merasa tenang dalam hati dan pikran. Melalui ibadah dan pendekatan dengan Allah, informan mengakui bahwa perasaan tertekan yang ia alami dapat tertasi sehingg ia tetap nisa menjalankan

---

<sup>152</sup>Eka Basir, 33 Tahun, Wiraswasta, Oarng Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 9 April 2022.

<sup>153</sup>Eka Basir, Oarng Tua Anak Usia Dini.

aktivitasnya sebagai orangtua dalam mengasuh anak tanpa ada rasa tertekan di hatinya. Dari keadaan ini juga informan mengakui bahwa kejadian ini sudah merupakan takdir dari Allah Swt.

“Dengan ibadah itu tadi saya merasa tenang di hati dan pikiran”

“Kalau rasa tertekannya bisa teratasi mi dengan mendekatkan diri dengan Allah, sedangkan kalau masalah mengasuh anak tetap harus saya kerjakan karena sudah tanggung jawab ku mi sebagai orangtua”

“Saya rasa ini sudah merupakan takdir dari Allah dan harus diterima dan di jalani dengan ikhlas”.<sup>154</sup>

Dari wawancara diatas dengan informan Eka, dapat dipahami bahwa strategi *coping* religius yang digunakan oleh informan merupakan *coping* religius yang bersifat positif, hal ini dapat dilihat dari adanya aspek *collaborative religious coping* yang merupakan kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam memecahkan masalah dan aspek *benevolent religious reappraisal* atau aspek yang memahami masalah yang dihadapi melalui pendekatan agama sebagai sesuatu yang positif bagi kehidupan.

Informan Asriyani menghadapi kendala dimana ia sulit mendisiplinkan anak, kendala inilah yang membuat informan mengalami tekanan selama mengasuh anak. Dari pengakuan informan, keadaan yang ia alami tersebut haruslah tetap dihadapi karena sudah merupakan tanggung jawab sebagai orangtua. Dalam mengurangi tekanan yang ia rasakan dari kendala yang dihadapi ketika mengasuh anak, informan melakukan kegiatan/aktivitas yang menyenangkan, sebagaimana yang informan sampaikan dalam kutipan berikut.

“Jelasmu harus di hadapi, apalagi ini sudah merupakan kewajiban sebagai orangtua untuk mengasuh anak walaupun kesibukan bertambah juga”

---

<sup>154</sup>Eka Basir, Oarng Tua Anak Usia Dini.

“Cara atasinya itu, biasanya pergi refreking sama teman mengajarku belanja baju atau perlengkapan rumah tangga, sekalian juga pergi jalan-jalan”.<sup>155</sup>

Sebagai orang tua sudah merupakan tugas wajib dan tanggung jawabnya untuk mengasuh dan membimbing anaknya, sekalipun diharuskan menhadapi masalah-masalah yang timbul selama mengasuh anak. Selain mengatasinya dengan caranya sendiri, informan juga meminta petunjuk kepada Allah Swt. dalam mengahdapi keadaan tertekan yang ia alami. Permintaan petunjuk dan pertolongan kepada Allah Swt. yang di lakukan, informan barengi dengan ritual keagamaan dalam hal ini ibadah.

“Ya, karena Allah swt. lah tempat kita memohon pertolongan”

“Kalau saya dapat masalah itu selalu ka berzikir dan juga selalu berdoa juga supaya dapat petunjuk dan di kuatkan dalam hadapi masalah”.<sup>156</sup>

Pendekatan keagamaan yang informan lakukan dalam mengurangi tekanan dapat tertasi sehinga tugasnya dalam mengasuh anak tetap dijalani tanpa ada rasa tertekan lagi. Melalui ibadah yang informan kerjakan ketika menhadapi situasi yang penuh tekanan membuatnya merasa tenang dalam hatinya.

“Hati merasa tenang karena semua masalah yang dihadapi di serahkan kepada Allah”

“Ya, dengan ibadah seperti zikir, doa dan berserah diri kepada Allah, tekanannya bisa tertasi, sedangkan masalah mengasuh anak itu harus tetap di kerjakan karena sudah menjadi tanggung jawab ku sebagai mamanya dan nantinya akan dimintai pertanggung jawabannya di akhirat”<sup>157</sup>

Cara yang dilakukan informan dalam mengatasi masalah yang dialami tidak serta merta hanya di serahkan sepenuhnya kepada Allah Swt. tentu perlunya juga usaha dan ikhtiar dalam mengahdapi masalah dan tekanan yang

---

<sup>155</sup>Asriyani, 50 Tahun, Guru Honorer, Orang Tua Anak Usia Dini, wawancara di rumah 11 April 2022.

<sup>156</sup>Asriyani, Orang Tua Anak Usia Dini.

<sup>157</sup>Asriyani, Orang Tua Anak Usia Dini.

dialami. Dari situasi sulit yang dialami oleh informan, ia akui sudah merupakan sebuah ujian yang Allah Swt. berikan kepada hamba-hambanya.

“Ya, mungkin ini takdir dan juga merupakan ujian dari Allah swt. agar saya bisa lebih mendekatkan diri dengan Allah”.<sup>158</sup>

Dari wawancara diatas dengan informan Asriyani, dapat dipahami bahwa strategi *coping* religius yang digunakan oleh informan merupakan *coping* religius yang bersifat positif, hal ini dapat dilihat dari adanya aspek *benevolent religious reappraisal* atau aspek yang memahami masalah yang dihadapi melalui pendekatan agama sebagai sesuatu yang positif bagi kehidupan, aspek lainnya ialah *collaborative religious coping* yang merupakan kontrol melalui hubungan kerjasama dengan Allah dalam memecahkan masalah dan aspek yang terakhir ialah *religious helping* yang merupakan peningkatan dukungan spritual dan kenyamanan kepada kerabat.

Pembahasan diatas terkait Strategi *Coping* Religius yang digunakan oleh kelima Orang Tua Anak Usia Dini, penulis dapat simpulkan bahwa kelima orangtua anak usia dini tersebut menggunakan strategi *Collaborative* yang merupakan strategi *coping* religius yang paling sering di gunakan dalam pemecahan masalah dimana dalam strategi ini adanya sebuah usaha yang dilakukan oleh individu dalam memecahkan masalahnya dan dipadukan dengan harapan atau doa kepada Tuhan dalam memberikan tanda-tanda/jalan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.

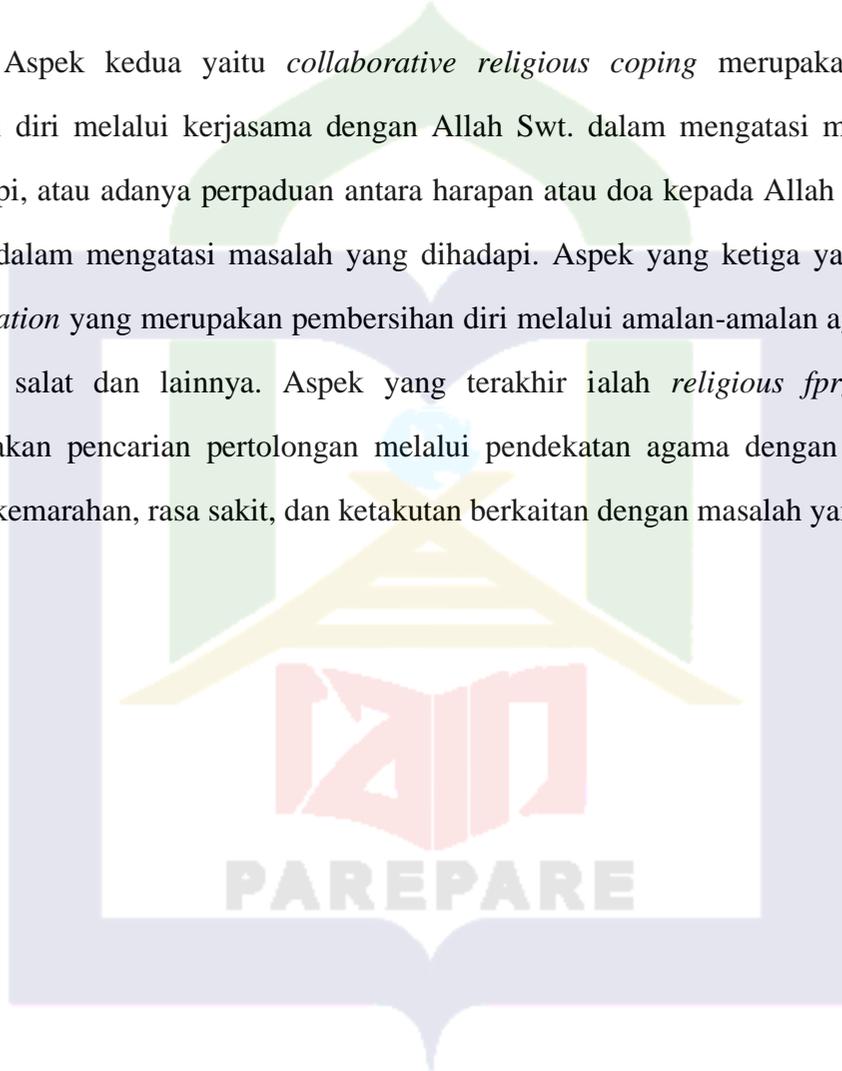
Strategi *Coping* religius yang digunakan oleh kelima orang tua anak usia dini, merupakan *Coping* religius yang bersifat positif. Hal ini ditandai dengan adanya beberapa aspek yang terdapat pada proses *coping* religius yang dilakukan oleh

---

<sup>158</sup>Asriyani, Orang Tua Anak Usia Dini.

kelima orang tua anak usia dini tersebut. Aspek pertama ialah *benevolent religious reappraisal* yang merupakan penggambaran positif terkait masalah yang dihadapi melalui agama sebagai sesuatu yang baik atau dalam hal ini adanya sangka baik (*huznuzan*) pada masalah yang diberikan oleh Allah Swt.

Aspek kedua yaitu *collaborative religious coping* merupakan pencarian kontrol diri melalui kerjasama dengan Allah Swt. dalam mengatasi masalah yang dihadapi, atau adanya perpaduan antara harapan atau doa kepada Allah Swt. dengan usaha dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Aspek yang ketiga yaitu *religious purification* yang merupakan pembersihan diri melalui amalan-amalan agama seperti ibadah salat dan lainnya. Aspek yang terakhir ialah *religious fprgiving* yang merupakan pencarian pertolongan melalui pendekatan agama dengan melepaskan setiap kemarahan, rasa sakit, dan ketakutan berkaitan dengan masalah yang dihadapi.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Penyebab stress yang dihadapi oleh Orang Tua Anak Usia Dini dalam Mengasuh Anak di masa Pandemi Covid-19

Penyebab stress yang dihadapi oleh Orang Tua Anak Usia Dini dalam Mengasuh Anak di masa Pandemi Covid-19 ada 3. Penyebab pertama yaitu individu anak, dalam hal ini stres bersumber dari anak sendiri. Sifat anak yang sulit di atur dan membangkan menjadi penyebab terjadinya stres pengasuhan pada orang tua. Penyebab kedua ialah keluarga, struktur keluarga yang rumit atau banyaknya anak yang mempunyai sifat berbeda-beda menjadi penyebab stres pengasuhan yang di alami oleh orang tua. Dan penyebab ketiga ialah lingkungan, dalam hal ini aspek lingkungan pekerjaan. Beban kerja dan tuntutan kerja yang tinggi di tempat kerja sehingga berdampak pada kehidupan rumah tangga ditambah sikap anak yang sulit diatur, menyebabkan terjadinya stres pengasuhan pada orang tua.

2. Strategi *Coping* Religius Orang Tua dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19

Strategi *Coping* Religius yang digunakan oleh kelima orang tua anak usia dini tersebut adalah strategi *Collaborative*, merupakan strategi *coping* religius yang paling sering di gunakan dalam pemecahan masalah dimana dalam strategi ini adanya sebuah usaha yang dilakukan oleh individu dalam memecahkan masalahnya dan dipadukan dengan harapan atau doa kepada

Tuhan dalam memberikan tanda-tanda/jalan untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.

Strategi *Coping* religius yang digunakan oleh kelima orang tua anak usia dini, merupakan *Coping* religius yang bersifat positif. Hal ini ditandai dengan adanya beberapa aspek yang terdapat pada proses *coping* religius yang dilakukan oleh kelima orang tua anak usia dini tersebut. Aspek pertama ialah *benevolent religious reappraisal* yang merupakan penggambaran positif terkait masalah yang dihadapi melalui agama sebagai sesuatu yang baik atau dalam hal ini adanya sangka baik (*huznuzan*) pada masalah yang diberikan oleh Allah Swt.

## **B. Saran**

Sebagai penutup dalam skripsi ini, penulis memberikan saran yang mudah-mudahan dapat bermanfaat kepada pembaca dan calon peneliti selanjutnya.

### **1. Bagi para pembaca**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi ilmu baru dalam mengatasi situasi yang dapat menekan dalam hati maupun masalah-masalah yang lainnya.

### **2. Bagi peneliti selanjutnya**

Kepada calon peneliti selanjutnya yang akan mengangkat tema penggunaan Strategi *Coping* Religius dalam penelitian, agar lebih mendalami teori terkait *Coping* Religius agar penelitian berikut lebih spesifik lagi membahas tema terkait *Coping* Religius.

### **3. Orang Tua**

Bagi para orang tua di harapkan dapat mengamalkan penggunaan strategi *coping* religius dalam mengatasi perasaan tertekan atau stres yang dialami ketika mengasuh anak.

#### 4. Institusi

Kepada institusi dalam hal ini IAIN Parepare terutama kepada Perpustakaan IAIN Parepare, perlunya menambah dan memperbanyak literatur bacaan terkait dengan strategi *coping* religius atau literatur yang terkait.



## DAFTAR PUSTAKA

*Al-Qur'an Al-Karim.*

Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta, 2010.

Azwar, Saifuddin. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

Az-Zuhaili, Wahbah. *Fiqih Islam Wa Adillatuhu*. Jilid 1. Jakarta: Gema Insani, 2011.

Gunawan, Imam. *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktek*. Jakarta: Bumi Aksara, 2016.

Handarini, Oktafia Ika dan Siti Sri Wulandari. 'Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid-19'. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran*, 8.3, (2020).

Kementerian Agama Republik Indonesia. *Al-Qura'an Al-Karim dan Terjemahnya*. Jakarta: Puslitbang Lektur dan Khazanah Keagamaan, 2017.

Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Kencana, 2012.

Margono, S. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

Murtie, Arfin. *Jurus Ampuh Mendeteksi Kepribadian Ganda Dalam Hitungan Detik*. Yogyakarta: Scritto Books Publisher, 2014.

Noor, Juliansyah. *Metodologi Penelitian (Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah)*. Jakarta : Prenadamedia Group, 2011.

Rahayu, Iin Tri. *PSIKOTERAPI: Perspektif Islam & Psikologi Kontemporer*. Malang: UIN Malang Press, 2009.

Safari, Trianto dan Norfans Eka Saputra. *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengolah Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009.

Satori, Djam'an dan Aan Komariah. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2017.

Shihab, Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qura'an*. Volume 7. Tangerang: Lentera, 2017.

Subagyo, P. *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta: Rineka Kerja, 2011.

Sugiyono. *Metode Penelitian Manajemen*. Alfabeta: Bandung, 2013.

### **Skripsi dan Jurnal**

Agung, Ivan Muhammad. 'Memahami Pandemi COVID-19 dalam Perspektif Psikologi Sosial'. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1.2, (2020).

Angganantyo, Wendio. 'Coping Religius Pada Karyawan Muslim Ditinjau Dari Tipe Kepribadian'. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2.1, (2014).

Anwar, Rosyida Nurul. 'Mengelola Stres Mengasuh Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid-19 Perspektif Islam'. *Seminar Nasional Kolaborasi PGSD, Magister Manajemen Pendidikan, PG PAUD, dan Magister PG PAUD Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin*. 2020.

Bachri, Bachtiar S. 'Menyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi pada Penelitian Kualitatif'. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10.1, (2010).

Fani Reza, Iredho. 'Implementasi Coping Religious dalam Mengatasi Gangguan Fisik-Psikis-Sosial-Spiritual pada Pasien Gagal Ginjal Kronik'. *Jurnal Intizar*, 22.2, (2016).

Fernianti, Asri. 'Analisis Tingkat Stress Orang Tua Ketika Mengasuh Anak Selama Masa Pandemi'. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6.3, (2022).

- Kotimah, Siti. 2017. 'Religious Coping Petani Karet Dalam Menghadapi Tekanan Psikologis Akibat Fluktuasi Harga Karet Di Desa Maribaya Kecamatan Pedamaran Timur'. Skripsi: UIN Raden fatah Palembang.
- Kumalasari, Dewi dan Izmiyah Afaf Abdul Gani. 'Mengasuh Anak Usia Prasekolah vs Anak Usia Sekolah Dasar: Manakah Yang Lebih Menimbulkan Stres Pengasuhan Pada Ibu?'. *PERSONIFIKASI*, 11.2, (2020).
- Lestari, Putri Dyah Ayu dan Annastasia Ediati. 'Self Compassion Dan Stres Pengasuhan Orangtua Di Masa Pandemi Covid-19'. *Jurnal Emapti*, 10.4, (2021).
- Nurfadliyat. 'Korelasi Salat Dengan Fahsha' Dan Munkar Dalam Perspektif Al-Quran (Studi Qs. Al-Ankabut:45)'. *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah*, 17.1, (2020).
- Rahmawati, Fifin Dwi. 2018. 'Koping Religius Pada Santri Rehabilitas Pondok Narkoba'. Skripsi Sarjana : UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Suarni. 2020. 'Strategi Coping Santriwati Dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qura'an Di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-irsyad Lil-banat Parepare'. Skripsi: IAIN Parepare.
- Subandi. 'Deskripsi Kualitatif Sebagai Satu Metode Dalam Penelitian Pertunjukan'. *Jurnal Harmoni*, 11.2, (2011).
- Supradewi, Ratna. 'Stres Mahasiswa Ditinjau dari Koping Religius'. *Jurnal Psycho Idea*, 17.1, (2019).
- Utami, Muhana Sofiati. 'Religiusitas, Koping religius, dan Kesejahteraan Subjektif'. *Jurnal Psikologi*, 39.1, (2012).

Wahyuningsih, Ika Saputri. 2020. 'Coping Religius Pada Perawat Yang Menangani Pasien Gangguan Mental Di Yayasan Rehabilitas Mental Wisma Budi Makarti Boyolali'. Skripsi: IAIN Surakarta.





# LAMPIRAN-LAMPIRAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Amal Bakhtl No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telepon (0421) 21307, Fax. (0421) 24404  
PO Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

Nomor : B- 1403 /In.39.7/PP.00.9/03/2022 Parepare, 17 Maret 2022  
Lamp : -  
Hal : Izin Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth.  
Walikota Parepare  
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare  
Di-  
Tempat

*Assalamu Alaikum Wr. Wb.*

Yang bertandatangan dibawah ini Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) parepare menerangkan bahwa:

Nama : NURHABIBIE SAID  
Tempat/Tgl. Lahir : Parepare, 16 Maret 1999  
NIM : 17.3200.023  
Semester : IX  
Alamat :BTN Timurama Blok A 11 No. 2

Adalah mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) parepare bermaksud akan mengadakan penelitian di Daerah Kota Parepare dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

**STRATEGI COPING RELIGIUS ORANG TUA DALAM MENGASUH ANAK USIA DINI DI MASA PANDEMI COVID-19**

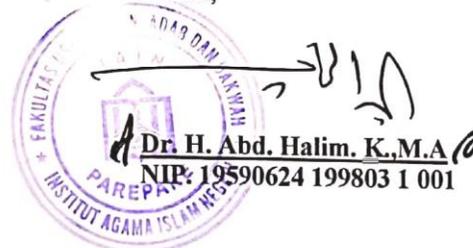
Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada bulan **Maret 2022 S/d April 2022.**

Sehubungan dengan hal tersebut dimohon kerjasamanya agar kiranya yang bersangkutan dapat diberi izin sekaligus dukungan dalam memperancar penelitiannya.

Demikian, atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

*Wassalamu Alaikum Wr. Wb*

Dekan,





SRN IP0000152

**PEMERINTAH KOTA PAREPARE**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

*Jalan Veteran Nomor 28 Telp (0421) 23594 Faximile (0421) 27719 Kode Pos 91111, Email : dpmpstp@pareparekota.go.id*

**REKOMENDASI PENELITIAN**

**Nomor : 152/IP/DPM-PTSP/3/2022**

- Dasar :
1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
  3. Peraturan Walikota Parepare No. 45 Tahun 2020 Tentang Pendelegasian Wewenang Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

Setelah memperhatikan hal tersebut, maka Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu :

**MENGIZINKAN**

KEPADA

NAMA

: **NURHABIBIE SAID**

UNIVERSITAS/ LEMBAGA

: **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**

Jurusan

: **USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

ALAMAT

: **BTN TIMURAMA BLOK A 11/2 PAREPARE**

UNTUK

: melaksanakan Penelitian/wawancara dalam Kota Parepare dengan keterangan sebagai berikut :

JUDUL PENELITIAN : **STRATEGI COPING RELIGIUS ORANG TUA DALAM MENGASUH ANAK USIA DINI DI MASA PANDEMI COVID-19**

LOKASI PENELITIAN : **KECAMATAN BACUKIKI KOTA PAREPARE (BTN TIMURAMA KOTA PAREPARE)**

LAMA PENELITIAN : **21 Maret 2022 s.d 21 April 2022**

- a. Rekomendasi Penelitian berlaku selama penelitian berlangsung
- b. Rekomendasi ini dapat dicabut apabila terbukti melakukan pelanggaran sesuai ketentuan perundang - undangan

Dikeluarkan di: **Parepare**

Pada Tanggal : **22 Maret 2022**

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
KOTA PAREPARE**



**Hj. ST. RAHMAH AMIR, ST, MM**

**Pangkat : Pembina (IV/a)**

**NIP : 19741013 200604 2 019**

**Biaya : Rp. 0.00**



**PEMERINTAH KOTA PAREPARE**  
**KECAMATAN BACUKIKI**  
**KELURAHAN LOMPOE**  
Jl. Gelora Mandiri No. 01 Wekke'e  
**PAREPARE**

Kode Pos 91125

**SURAT KETERANGAN**

NO : 148.3 / 298 / LPE

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **H. LA HUDDING, S.Sos**  
Jabatan : LURAH LOMPOE  
Nip : 19681113 199003 1 006

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

N a m a : **NURHABIBIE SAID**  
Tempat/Tgl. Lahir : Parepare, 16 Maret 1999  
Jenis Kelamin : Laki-Laki  
A g a m a : Islam  
Pekerjaan : Pelajar/Mahasiswa  
A l a m a t : BTN Timurama Blok A.11/2, RT.02/RW.07  
Kel. LompoE Kecamatan Bacukiki Kota Parepare

Bahwa yang tersebut namanya di atas adalah benar warga BTN Timurama Blok A.11/2, RT.02/RW.07 Kelurahan Lompoe Kecamatan Bacukiki Kota Parepare, dan sepengetahuan kami yang bersangkutan telah selesai melakukan penelitian di BTN Timurama mulai tanggal 21 Maret sampai dengan 21 April 2022.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 22 April 2022



**H. LA HUDDING, S.Sos**  
Nip. 19681113 199003 1 006



Nama Mahasiswa : Nurhabibie Said

Nomor Induk Mahasiswa : 17.3200.023

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : STRATEGI *COPING* RELIGIUS ORANG TUA  
DALAM MENGASUH ANAK USIA DINI DI  
MASA PANDEMI COVID-19 MENUJU ENDEMI

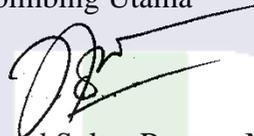
#### **PEDOMAN WAWANCARA**

1. Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?
2. Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?
3. Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?
4. Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?
5. Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?
6. Bagaimana sikap keagamaan anda dalam menghadapi masalah ini?
7. Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang sedang dialami?
8. Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataupun anda mengatasinya seorang diri?

9. Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam menghadapi masalah ini?
10. Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan?
11. Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?
12. Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?

Parepare, 2022  
Mengetahui,  
Pembimbing Pendamping

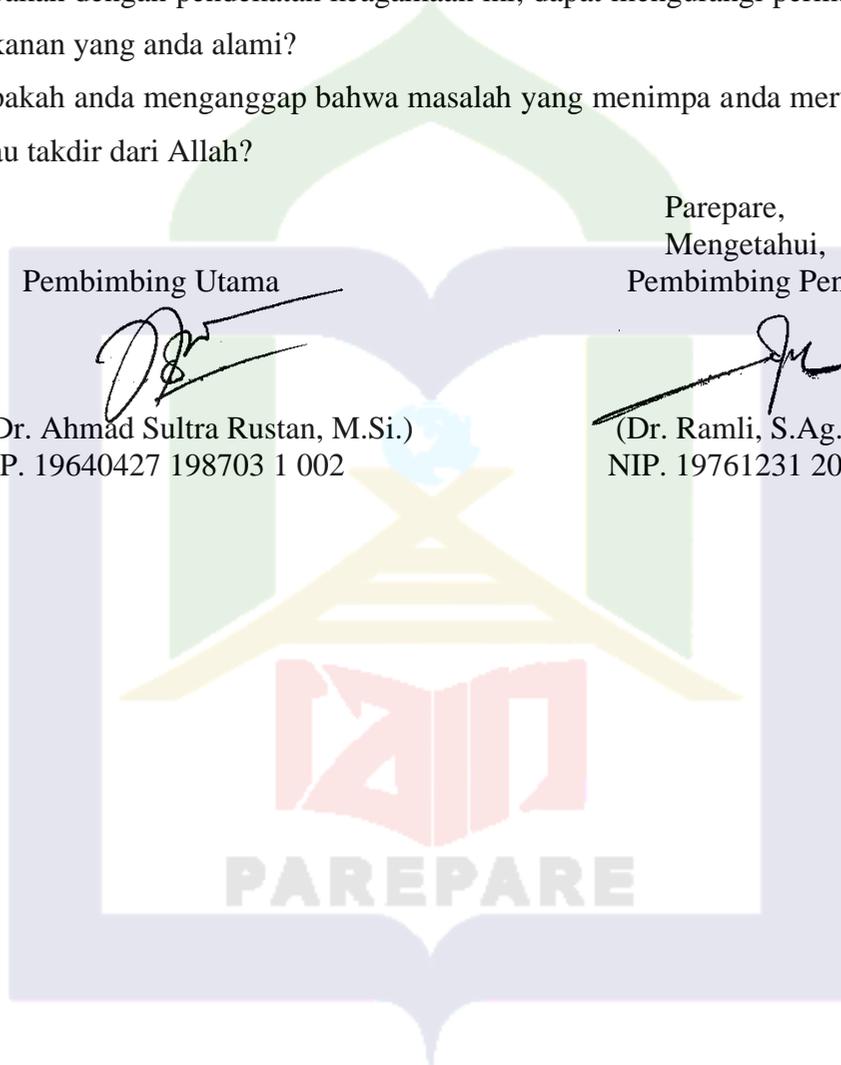
Pembimbing Utama



(Prof. Dr. Ahmad Sultra Rustan, M.Si.)  
NIP. 19640427 198703 1 002



(Dr. Ramli, S.Ag., M.Sos.I.)  
NIP. 19761231 200901 1 047



## TRANSKRIP HASIL WAWANCARA

**1. Nama : Fitria Handayani**  
**Alamat : BTN Timurama**  
**Usia : 33 Tahun**

- Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Hal yang saya alami ketika mengasuh anak yaitu susahnya mengatur anak”.
- Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Kendalanya ketika mengasuh anak, karena terlalu aktif jadi sulit ka atur itu anak, kadang kalau ada hal dia lakukan baru dilarang di tetap lakukan”.
- Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?  
 “Berpengaruh, apalagi saya kerja di rumah sakit bagian staf administrasi”.
- Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?  
 “Suana hati berubah dan cukup merasakan tekanan”.
- Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?  
 “Ya harus mi di hadapi, karena memang sudah tanggung jawab sebagai orang tua”.
- Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang anda rasakan dari masalah yang anda alami?  
 “Biasanya kalau malasah begini pergika refreshing kayak pergi jalan-jalan sama suami baru anakku saya titip dulu di neneknya”.
- Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataukah anda mengatasinya seorang diri?  
 “Kalau masalah begitu saya atasi sendiri tapi tetap juga meminta pertolongan dengan Allah Swt”.
- Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam mengahdapi masalah ini?  
 “Ibadahnya itu sperti beristigfar atau berzikir, biasa itu capek meka liat anakku dan mau marah, saya langsung beristigfar mi itu”.
- Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan?  
 “Dengan pendekatan agama saya merasakan ketenangan dalam hati setelah berzikir”.
- Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?  
 “Kalau rasa tertekanan berkurang mi dengan ibadah, kalau masalah mengasuh anak harus tetap saya kerjakan karena sudah menjadi tanggung jawabnya orangtua”.
- Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?  
 “Ini merupakan ujian dari Allah Swt. supaya lebih dewasa mengahapi kehidupan”.

2. **Nama : Dian Anggraeni**  
**Alamat : BTN Timurama**  
**Usia : 31 Tahun**

- Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Biasanya susah diatur karena anak saya cukup aktif kalau bermain”.
- Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Kalau pagi anaknya susah sekali di kasi bangun kalau mau pergi sekolah, biasa terlambat mi juga ke sekolah, belum lagi kalau adeknya rewel kalau pagi baru kakaknya mau saya siapkan untuk ke sekolah”.
- Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?  
 “Kendalanya berpengaruh pada pekerjaan saya di rumah”.
- Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?  
 “Suana hati berubah dan cukup merasa tertekan bahkan sampai marah-marah juga”.
- Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?  
 “Yah harus dihadapi, karena memang tanggung jawab ta itu sebagai orang tua”.
- Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang anda rasakan dari masalah yang anda alami?  
 “Supaya berkurang itu tekanan biasanya mendekatkan diri dengan Allah Swt”.
- Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataukah anda mengatasinya seorang diri?  
 “Kalau meminta tolong sudah pasti mi itu kepada Allah Swt, di samping itu saya juga harus tetap hadapi ini masalah karena sudah menjadi tanggung jawab”.
- Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam mengahdapi masalah ini?  
 “Dengan cara berzikir atau istigfar dan melaksanakan shalat”.
- Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan?  
 “Dampak yang saya rasakan dengan kedua ibadah ini sangat luar biasa, saya rasakan tenang dalam hati”.
- Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?  
 “Dengan pendekatan agama dapat mengurangi tekanan yang saya rasakan, kalau masalah yang tentang mengasuh itu tetap saya harus kerjakan dan hadapi karena sudah tanggung jawab ku sebagai orangtua”.
- Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?  
 “Dari masalah ini saya anggap sudah merupakan ujian dari Allah Swt. agar bisa lebih dekat ki lagi dengan Allah”.

**3. Nama : Wahyuni**  
**Alamat : BTN Timurama**  
**Usia : 34 Tahun**

- Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Kesibukan di rumah bertambah”
- Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Kesulitan saya mengasuh anak di masa pandemi itu sulitnya mengatur waktu untuk bekerja dirumah dengan waktu mengasuh anak dan mendampingi anak belajar di rumah kalau malam hari”
- Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?  
 “Iya, sangat berpengaruh pada pekerjaan rumah. Apalagi saya punya 4 anak dan masih sekolah semua, kalau malam itu ada mi yang mau di bantu kerja tugas sekolahnya, biasa juga kalau ada di surukan sama gurunya untuk keperluan tugas sekolah seperti koran sedangkan di rumah tidak ada koran sama sekali, baru saya harus masak juga untuk makan malam, belum lagi kalau pagi mau berangkat kesekolah, saya harus urus pakaian sekolahnya, terutama yang masih TK ini saya harus mandi baru kasi pakai baju, saya juga harus siapkan sarapan pagi untuk anak-anak dan juga bapaknya. Jadi sangat berpengaruh sekali”
- Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?  
 “Suasana hati berubah dan ada rasa tertakan sedikit”
- Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?  
 “Saya harus hadapi mi kalau masalah begini”
- Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang anda rasakan dari masalah yang anda alami?  
 “Caranya itu memperbanyak ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah”
- Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataukah anda mengatasinya seorang diri?  
 “Sudah pasti minta tolongnya itu sama Allah Swt, sudah pasti mi juga saya harus atasi masalah ini dengan usaha ku sendiri, karena kalau cuman berdo'a saja tidak bisa selesai pekerjaan”
- Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam mengahdapi masalah ini?  
 “Ada, ritualnya melalui ibadah shalat, mengaji dan berzikir”
- Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan  
 “Kalau dampaknya itu sangat luar biasa karena membuat saya merasa tenang setelah saya kerjakan itu shalat, mengaji dan berdzikir”
- Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?  
 “Iya, dengan banyak beribadah, berdo'a dan berzikir dapat mengurangi tekanan yang saya alami, jadi masalah terkait mengasuh anak itu saya bisa kerjakan lagi tanpa ada rasa tertekan”

- Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?  
“Saya rasa ini masalah merupakan ujian dari Allah Swt. dan juga merupakan takdir”

**4. Nama : Eka Basir**  
**Alamat : BTN Timurama**  
**Usia : 33 Tahun**

- Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
“Kesibukan jadi bertambah”
- Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
“Kesulitannya membagi waktu antar pekerjaan di kantor, rumah dan kalau juga mengasuh anak, kan ini masa pandemi jadi ada penurunan nasabah/konsumennya di kantor, jadi pimpinan kantor paksa kita semua pekerjaannya untuk kerja ekstra agar ini nasabah/konsumen bisa naik. Jadi ada tuntutan pekerjaan di kantor dan kadang juga saya bawa pekerjaan ku di rumah, belum lagi kalau di rumah saya urus anak untuk dampingi belajar kalau malam”
- Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?  
“Sangat berpengaruh pada pekerjaan rumah, karena kalau pagi saya berangkat ke kantor di kantor banyak sekalai pekerjaan dari atasan, pulang dari kantor jam 3 biasanya, sampai rumah saya kerja lagi pekerjaan rumah kayak menyapu, masak dan lainnya, baru kalau malam saya dampingi dulu anak belajar, sudah itu biasa saya kerja pekerjaan kantor juga.”
- Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?  
“Iya, suasana hati berubah dan ada rasa tertekan di hati jadi gampang sekali ka marah biasanya, kalau malam itu anak saya belum tidur atau rewel i ada tomi juga pekerjaan kantor mau sa kerja, jadi saya marahi mi itu biasa supaya tidur i”
- Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?  
“Mau tidak mau harus di hadapi, karena semuanya juga demi anak”
- Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang anda rasakan dari masalah yang anda alami?  
“Kalau merasa tertekan ka itu biasaka pergi refresing seperti jalan-jalan ke kota, biasa juga pergika ke tempat wisata”
- Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataukah anda mengatasinya seorang diri?  
“Cara atasinya itu dengan usaha dan juga melalui Allah. Karena sebagai umat islam kalau punya masalah itu haruski berhubungan juga dengan Allah”
- Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam mengahdapi masalah ini?

“Ya, ibadahnya melalui shalat dan berdoa agar hati bisa tenang dan diberi kesabaran dalam menghadapi masalah”

- Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan?

“Dengan ibadah itu tadi saya merasa tenang di hati dan pikiran”

- Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?

“Kalau rasa tertekannya bisa teratasi mi dengan mendekati diri dengan Allah, sedangkan kalau masalah mengasuh anak tetap harus saya kerjakan karena sudah tanggung jawab ku mi sebagai orangtua”

- Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?

“Saya rasa ini sudah merupakan takdir dari Allah dan harus diterima dan di jalani dengan ikhlas”

**5. Nama : Asriyani**  
**Alamat : BTN Timurama**  
**Usia : 50 Tahun**

- Hal apa yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?  
 “Kesibukan dirumah jadi bertambah”

- Apa saja kendala/kesulitan yang anda alami selama mengasuh anak dimasa pandemi?

“Kendala/kesulitannya itu susah saya kasi disiplin dan atur itu anakku, apalagi ini kan masa pandemi dan musimnya mudah sakit-sakit orang, kalau pulang dari sekolah itu anakku selalunya keluar pergi main sama temannya biar siang hari selalu pergi main.”

- Apakah kendala tersebut berpengaruh pada pekerjaan anda dirumah/kantor?

“Ya, berpengaruh juga, kan saya guru honorer di SD, jadi pekerjaan ku dari sekolah juga banyak. Kalau pulang dari sekolah itu saya harus buat persiapan materi untuk mengajar besok, biasa juga buat meka juga soal untuk di kasi siswa, na sementara ini anak kalau pulang sekolah langsung lari keluar pergi main, sebagai orang tua pasti khawatirka karena jangan sampai sakit nanti, biasa itu saya tinggalkan ini pekerjaan ku pergi cari itu anak di luar baru kasi pulang i.”

- Apakah dengan adanya kendala/kesulitan tersebut membuat susana hati anda berubah dan membuat anda merasa tertekan?

“Suasana hati berubah pastinya, bahkan saya marah-marah biasa, karena ada pekerjaan sekolah ini mau sakerja sedangkan itu anak selalu keluar pergi main, sebagai orang tua juga kita khawatir jangan sampai itu anak jadi sakit.”

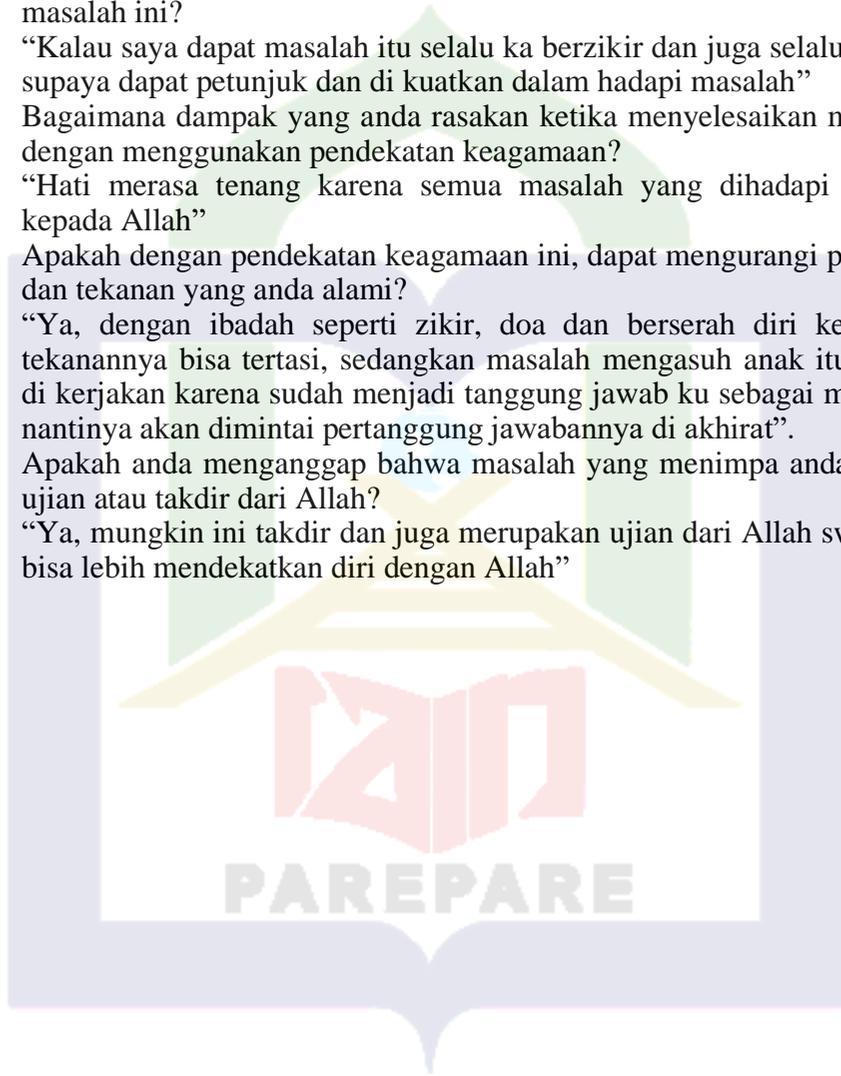
- Apakah anda lebih memilih untuk menghadapi atau menghindari masalah yang membuat anda tertekan?

“Jelasmi harus di hadapi, apalagi ini sudah merupakan kewajiban sebagai orangtua untuk mengasuh anak walaupun kesibukan bertambah juga”

- Bagaimana cara anda untuk mengurangi tekanan yang anda rasakan dari masalah yang anda alami?

“Cara atasinya itu, biasanya pergi refreking sama teman mengajarku belanja baju atau perlengkapan rumah tangga, sekalian juga pergi jalan-jalan”

- Apakah anda meminta atau mencari pertolongan kepada Allah? Ataukah anda mengatasinya seorang diri?  
“Ya, karena Allah swt. lah tempat kita memohon pertolongan”
- Adakah ritual keagamaan apa yang anda lakukan dalam menghadapi masalah ini?  
“Kalau saya dapat masalah itu selalu ka berzikir dan juga selalu berdoa juga supaya dapat petunjuk dan di kuatkan dalam hadapi masalah”
- Bagaimana dampak yang anda rasakan ketika menyelesaikan masalah anda dengan menggunakan pendekatan keagamaan?  
“Hati merasa tenang karena semua masalah yang dihadapi di serahkan kepada Allah”
- Apakah dengan pendekatan keagamaan ini, dapat mengurangi permasalahan dan tekanan yang anda alami?  
“Ya, dengan ibadah seperti zikir, doa dan berserah diri kepada Allah, tekanannya bisa tertasi, sedangkan masalah mengasuh anak itu harus tetap di kerjakan karena sudah menjadi tanggung jawab ku sebagai mamanya dan nantinya akan dimintai pertanggung jawabannya di akhirat”.
- Apakah anda menganggap bahwa masalah yang menimpa anda merupakan ujian atau takdir dari Allah?  
“Ya, mungkin ini takdir dan juga merupakan ujian dari Allah swt. agar saya bisa lebih mendekatkan diri dengan Allah”



## DOKUMENTASI











**PAREPARE**

## SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Eka. Barir  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 33 Tahun  
Pekerjaan : Ultraswara .  
Alamat : BTN Timukama

Menerangkan bahwa benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudara NURHABIBIE SAID yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19".

Berdasarkan surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 09 April 2022

  
Eka. Barir.

## SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : WAHYUNI  
Jenis Kelamin : PEREMPUAN  
Usia : 34 TAHUN  
Pekerjaan : IRT  
Alamat : BTN TIMURAMA

Menerangkan bahwa benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudara NURHABIBIE SAID yang sedang melakukan penelitian yang berjudul “Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19”.

Berdasarkan surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 09 April 2022



WAHYUNI

PAREPARE

## SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : DIAN ANGGRAENI  
Jenis Kelamin : PEREMPUAN  
Usia : 31  
Pekerjaan : IRT  
Alamat : Jl. BTN Timukama

Menerangkan bahwa benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudara NURHABIBIE SAID yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "**Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19**".

Berdasarkan surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 10/9/ 2022

  
\_\_\_\_\_

**ISLAMIC INSTITUTE**  
**PAREPARE**

## SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : FITRIA HANDAYANI  
Jenis Kelamin : PEREMPUAN  
Usia : 33 TAHUN  
Pekerjaan : KAR.Y. RSUD A. MAKKASSAU  
Alamat : BTU Tinuwanda

Menerangkan bahwa benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudara NURHABIBIE SAID yang sedang melakukan penelitian yang berjudul “Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19”.

Berdasarkan surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 10 April 2022



---

PAREPARE

## SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Asriyani, S.Pd.1  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 50 Tahun  
Pekerjaan : Guru  
Alamat : RTN Timurama

Menerangkan bahwa benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudara NURHABIBIE SAID yang sedang melakukan penelitian yang berjudul “Strategi *Coping* Religius Orangtua Dalam Mengasuh Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19”.

Berdasarkan surat keterangan ini diberikan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 11 April 2022



ASRIYANI, S-Pd.1

**BIODATA PENULIS**

Nurhabibie Said, lahir di Parepare, 16 Maret 1999. Terlahir dengan kelainan Microtia, yaitu gangguan bawaan yang menyebabkan terbentuknya telinga luar yang kecil atau abnormal. Merupakan anak tunggal dari pasangan M. Said Haddade (Almarhum) dan Nurbaya Nani. Penulis mulai menempuh pendidikannya di RA Al-Mutmainnah pada tahun 2004 dan selesai tahun 2005, kemudian melanjutkan pendidikan di SD Negeri 9 Parepare selesai pada tahun 2011, SMPN 9 Parepare selesai pada tahun 2014 dan MAN 2 Parepare selesai pada tahun 2017. Setelah itu penulis melanjutkan pendidikan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dengan mengambil Program Studi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.