GAMBARAN TEKANAN PSIKOLOGIS DAN STRATEGI KOPING PADA PENGAMEN JALANAN DALAM MENGHADAPI PERMASALAHAN KEHIDUPAN

Zulfan Heri[1], Haris Kurniawan[2], Ahmad Syarif[3], Lutvia Azzahra Rkt[4], M. Riswanda Habibie[5], Novhal Pramudya[6], M. Reza Ansari Nst[7], Risky Nasution[8], Yosefat Herbrema Ginting[9], Irvan Rizcki Mendrofa[10]
[1-10]Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Medan
ahmadsyarif.zha11@gmail.com, lutviaray3@gmail.com, ibiray071@gmail.com, novhalpramudiaharvi@gmail.com, m.rezaansarinst11@gmail.com, rizkynstt25@gmail.com, Yosefatginting12@gmail.com

ABSTRACT

Street musicians are a vulnerable social group who may experience psychological distress due to income uncertainty, difficulties in meeting basic needs, social stigma, and limited access to social services. These challenges can affect their emotional well-being, mental health, and ability to cope with everyday life. This study aims to describe the forms of psychological distress experienced by street musicians and identify the coping strategies they use to deal with life problems. The study adopts a descriptive approach, focusing on individuals' experiences in responding to economic, social, and emotional pressures. The aspects examined include sources of psychological distress, emotional responses, social support, and problem-focused as well as emotion-focused coping strategies. Conceptually, coping strategies may include seeking solutions to problems, regulating emotions, engaging in religious or spiritual practices, obtaining support from family members or friends, and participating in activities that help reduce stress. The use of adaptive coping strategies may help street musicians respond to life difficulties in a more constructive manner. This study is expected to provide insights into the importance of psychological and social support for street musicians and serve as a reference for developing support programs that address their mental well-being and socioeconomic circumstances.

Keywords: *psychological distress; coping strategies; street musicians; mental health; life problems*

ABSTRAK

Pengamen jalanan merupakan kelompok masyarakat yang rentan mengalami tekanan psikologis akibat ketidakpastian pendapatan, kesulitan memenuhi kebutuhan hidup, stigma sosial, serta keterbatasan akses terhadap layanan sosial. Berbagai permasalahan tersebut dapat memengaruhi kondisi emosional, kesehatan mental, dan kemampuan individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bentuk tekanan psikologis yang dialami pengamen jalanan serta mengidentifikasi strategi koping yang digunakan dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan fokus pada pengalaman individu dalam menghadapi tekanan ekonomi, sosial, dan emosional. Aspek yang dikaji meliputi sumber tekanan psikologis, respons emosional, dukungan sosial, serta strategi koping yang berorientasi pada penyelesaian masalah maupun pengelolaan emosi. Secara konseptual, strategi koping dapat dilakukan melalui upaya mencari solusi terhadap permasalahan, mengatur emosi, mendekatkan diri kepada Tuhan, memperoleh dukungan dari keluarga atau teman, dan melakukan

aktivitas yang membantu mengurangi stres. Penggunaan strategi koping yang adaptif berpotensi membantu pengamen jalanan menghadapi kesulitan hidup secara lebih positif. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya dukungan psikologis dan sosial bagi pengamen jalanan serta menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan program pendampingan yang memperhatikan kesejahteraan mental dan kondisi sosial ekonomi mereka.

Kata kunci: tekanan psikologis; strategi koping; pengamen jalanan; kesehatan mental; permasalahan kehidupan.

A. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Permasalahan kehidupan merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pengalaman manusia, terutama ketika individu dihadapkan pada kesulitan ekonomi, ketidakpastian pekerjaan, tekanan sosial, dan keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan dasar. Berbagai permasalahan tersebut dapat menimbulkan tekanan psikologis yang memengaruhi kondisi emosional, pola pikir, perilaku, serta kemampuan individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Tekanan psikologis dapat muncul ketika tuntutan kehidupan dirasakan lebih besar daripada sumber daya yang dimiliki individu untuk menghadapinya. Dalam kondisi tersebut, kemampuan mengelola stres dan memilih strategi penyelesaian masalah menjadi aspek penting dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis.Salah satu kelompok masyarakat yang berpotensi menghadapi berbagai tekanan kehidupan adalah pengamen jalanan. Pengamen jalanan merupakan individu yang memperoleh penghasilan melalui aktivitas bernyanyi atau memainkan alat musik di ruang publik, seperti persimpangan jalan, kawasan pertokoan, terminal, pasar, dan tempat umum lainnya. Aktivitas tersebut umumnya memiliki tingkat ketidakpastian pendapatan karena bergantung pada kondisi lingkungan, jumlah masyarakat yang ditemui, respons pengguna jalan, serta kesempatan untuk melakukan aktivitas mengamen. Ketidakpastian tersebut dapat menimbulkan kekhawatiran dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, seperti makanan, tempat tinggal, pendidikan, dan kebutuhan keluarga. Selain menghadapi tekanan ekonomi, sebagian pengamen jalanan juga dapat mengalami keterbatasan akses terhadap pekerjaan formal, pelayanan

sosial, pendidikan, dan fasilitas kesehatan.

Tekanan psikologis yang dialami pengamen jalanan tidak hanya berkaitan dengan kondisi ekonomi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Pandangan negatif masyarakat, perlakuan diskriminatif, penolakan, serta kurangnya penerimaan sosial dapat menimbulkan perasaan rendah diri, malu, kecewa, atau terasing. Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi cara individu memandang dirinya sendiri dan membangun hubungan dengan lingkungan sekitar. Meskipun demikian, pengalaman psikologis setiap pengamen jalanan tidak selalu sama. Perbedaan usia, pengalaman hidup, kondisi keluarga, lama menjalani pekerjaan, tingkat pendidikan, serta ketersediaan dukungan sosial dapat memengaruhi cara seseorang memahami dan menghadapi tekanan yang dialaminya. Oleh karena itu, pengamen jalanan perlu dipahami sebagai individu yang memiliki pengalaman, kebutuhan, dan kemampuan penyesuaian diri yang beragam, bukan semata-mata berdasarkan kondisi pekerjaan atau status sosialnya.Dalam kajian psikologi, tekanan psikologis berkaitan dengan respons individu ketika menghadapi situasi yang dianggap mengancam kesejahteraan atau melebihi kemampuan yang dimilikinya. Lazarus dan Folkman (1984) melalui teori transaksional stres dan koping menjelaskan bahwa stres muncul melalui interaksi antara individu dan lingkungan, terutama ketika individu menilai suatu keadaan sebagai ancaman atau tuntutan yang sulit diatasi. Penilaian terhadap situasi tersebut memengaruhi respons dan tindakan yang dipilih untuk menghadapi permasalahan. Berdasarkan perspektif ini, pengalaman tekanan psikologis pada pengamen jalanan tidak hanya ditentukan oleh beratnya permasalahan yang dihadapi, tetapi juga oleh bagaimana mereka menilai keadaan, memahami sumber daya yang tersedia, dan menentukan tindakan untuk mengatasinya.

Salah satu aspek penting dalam menghadapi tekanan psikologis adalah strategi koping (coping strategies). Strategi koping merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola tuntutan internal maupun eksternal yang dinilai membebani atau melampaui sumber daya yang dimilikinya. Lazarus dan Folkman (1984) membedakan strategi

koping menjadi dua bentuk utama, yaitu problem-focused coping dan emotion-focused coping. Problem-focused coping merupakan upaya yang diarahkan untuk mengatasi sumber permasalahan, misalnya mencari peluang penghasilan tambahan, mengatur pengeluaran, atau mencari bantuan untuk memenuhi kebutuhan dasar. Sementara itu, emotion-focused coping merupakan upaya untuk mengelola respons emosional yang muncul akibat tekanan, misalnya menenangkan diri, mencari dukungan emosional, melakukan kegiatan yang memberikan ketenangan, atau menjalankan aktivitas spiritual sesuai keyakinan individu.Selain kedua bentuk tersebut, dukungan sosial juga menjadi aspek yang relevan dalam memahami kemampuan individu menghadapi permasalahan kehidupan. Cohen dan Wills (1985) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berperan sebagai penyangga terhadap dampak stres. Bagi pengamen jalanan, dukungan dari keluarga, teman, sesama pengamen, komunitas, maupun lembaga sosial dapat memberikan bantuan emosional dan praktis ketika menghadapi kesulitan. Dukungan tersebut dapat membantu individu merasa tidak sendirian, memperoleh informasi, menemukan alternatif penyelesaian masalah, serta mempertahankan harapan dalam menghadapi keadaan yang sulit. Namun, ketersediaan dan pemanfaatan dukungan sosial dapat berbeda pada setiap individu, bergantung pada hubungan sosial, pengalaman sebelumnya, dan kondisi lingkungan tempat mereka beraktivitas.

Strategi koping yang digunakan oleh pengamen jalanan juga dapat beragam sesuai dengan karakteristik dan situasi yang dihadapi. Sebagian individu mungkin lebih berorientasi pada penyelesaian masalah dengan mencari pekerjaan alternatif, meningkatkan keterampilan, atau mengatur pendapatan. Individu lainnya mungkin lebih mengutamakan pengendalian emosi, penerimaan terhadap keadaan, dukungan spiritual, atau bantuan dari orang-orang terdekat. Dalam situasi tertentu, strategi yang digunakan dapat bersifat kurang adaptif apabila tidak membantu menyelesaikan masalah atau justru meningkatkan risiko permasalahan baru. Oleh sebab itu, strategi koping perlu dikaji berdasarkan konteks kehidupan individu dan dampaknya terhadap kemampuan mereka menghadapi tekanan, bukan hanya

dinilai dari bentuk tindakan yang dilakukan.Kajian mengenai tekanan psikologis dan strategi koping pada pengamen jalanan penting dilakukan karena kelompok ini dapat menghadapi persoalan yang saling berkaitan antara dimensi ekonomi, sosial, dan psikologis. Pemahaman terhadap bentuk tekanan yang dialami dapat membantu menjelaskan permasalahan yang dianggap paling membebani kehidupan mereka. Sementara itu, pemahaman terhadap strategi koping dapat memberikan gambaran mengenai cara mereka mengelola emosi, mencari pertolongan, menyelesaikan persoalan, serta mempertahankan kemampuan untuk menjalani aktivitas sehari-hari. Informasi tersebut juga berpotensi menjadi dasar pertimbangan bagi pemerintah, pekerja sosial, komunitas, dan lembaga pelayanan masyarakat dalam merancang program pendampingan yang lebih manusiawi, sesuai kebutuhan, dan tidak mengabaikan kesejahteraan psikologis.

Meskipun pembahasan mengenai stres dan strategi koping telah berkembang dalam bidang psikologi, pengalaman pengamen jalanan perlu dipahami berdasarkan kondisi sosial dan lingkungan yang mereka hadapi secara nyata. Tidak tepat apabila seluruh pengamen jalanan diasumsikan mengalami tingkat tekanan psikologis yang sama atau menggunakan strategi koping yang seragam. Oleh karena itu, penelitian yang berfokus pada gambaran tekanan psikologis dan strategi koping diperlukan untuk mengidentifikasi sumber tekanan, bentuk respons psikologis, serta cara yang digunakan individu dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Penelitian ini juga penting untuk menghindari penilaian yang hanya berpusat pada kondisi ekonomi dan pekerjaan tanpa memperhatikan pengalaman subjektif, kemampuan bertahan, dan sumber dukungan yang dimiliki pengamen jalanan.Berdasarkan uraian tersebut, penelitian berjudul “Gambaran Tekanan Psikologis dan Strategi Koping pada Pengamen Jalanan dalam Menghadapi Permasalahan Kehidupan” diarahkan untuk mendeskripsikan bentuk dan sumber tekanan psikologis yang dialami pengamen jalanan serta mengidentifikasi strategi koping yang digunakan dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi

pengembangan kajian psikologi sosial dan psikologi kesehatan mental, sekaligus menjadi sumber informasi dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap kondisi psikologis pengamen jalanan. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat mendukung pengembangan pendekatan pendampingan sosial yang lebih empatik, inklusif, dan berorientasi pada peningkatan kesejahteraan psikologis.

B. METODE PENELITIAN

Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian berjudul "Gambaran Tekanan Psikologis dan Strategi Koping pada Pengamen Jalanan dalam Menghadapi Permasalahan Kehidupan" menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk memperoleh gambaran terukur mengenai tekanan psikologis yang dialami pengamen jalanan serta strategi koping yang mereka gunakan dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Metode deskriptif bertujuan menggambarkan karakteristik, kecenderungan, dan distribusi data penelitian tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti.Penelitian ini berfokus pada dua variabel utama, yaitu tekanan psikologis dan strategi koping. Tekanan psikologis dikaji berdasarkan pengalaman individu dalam menghadapi kesulitan ekonomi, persoalan sosial, ketidakpastian penghasilan, serta permasalahan pribadi. Sementara itu, strategi koping dikaji berdasarkan upaya individu dalam menyelesaikan permasalahan dan mengelola respons emosional yang muncul ketika menghadapi tekanan kehidupan.Pendekatan ini sesuai dengan tujuan penelitian yang tidak berfokus pada pengujian hubungan sebab-akibat, melainkan pada pemetaan kondisi psikologis dan bentuk strategi koping yang digunakan oleh pengamen jalanan. Hasil pengukuran akan disajikan dalam bentuk statistik deskriptif, seperti frekuensi, persentase, nilai rata-rata, dan simpangan baku apabila sesuai dengan karakteristik data.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian direncanakan dilaksanakan di wilayah yang memiliki aktivitas pengamen jalanan, seperti kawasan pasar, terminal, persimpangan jalan, pusat pertokoan, atau ruang publik lainnya. Pemilihan lokasi didasarkan pada keberadaan

calon responden yang sesuai dengan kriteria penelitian serta kemungkinan memperoleh izin dan melaksanakan pengumpulan data secara aman.Waktu penelitian meliputi tahap persiapan instrumen, pengurusan izin, uji coba instrumen, pengumpulan data, pengolahan data, analisis hasil, dan penyusunan laporan penelitian. Pelaksanaan setiap tahap disesuaikan dengan kondisi lapangan dan kesediaan responden untuk berpartisipasi.Catatan: Nama wilayah penelitian dan rentang waktu pelaksanaan perlu diisi sesuai lokasi serta jadwal penelitian yang sebenarnya.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pengamen jalanan yang melakukan aktivitas mengamen di wilayah penelitian yang telah ditentukan. Populasi tersebut mencakup individu yang memperoleh penghasilan melalui kegiatan mengamen di ruang publik dan memiliki pengalaman menghadapi permasalahan kehidupan sehari-hari.Penentuan populasi dilakukan dengan mengidentifikasi lokasi aktivitas pengamen jalanan melalui observasi awal. Karena jumlah pengamen jalanan dapat berubah dan tidak selalu tercatat secara administratif, peneliti perlu melakukan pemetaan lokasi dan memperkirakan jumlah calon responden yang memenuhi kriteria penelitian.

Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan sebagian anggota populasi yang dipilih untuk memberikan informasi mengenai tekanan psikologis dan strategi koping. Teknik pengambilan sampel yang direncanakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan responden berdasarkan karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Kriteria inklusi responden meliputi:

Berusia minimal 18 tahun.

Melakukan aktivitas mengamen di wilayah penelitian. Memiliki pengalaman mengamen secara aktif, misalnya minimal tiga bulan terakhir.

Bersedia menjadi responden secara sukarela setelah memperoleh penjelasan mengenai penelitian. Mampu memahami pertanyaan penelitian dan memberikan jawaban secara mandiri atau melalui bantuan pembacaan pertanyaan yang netral.

Kriteria eksklusi meliputi calon responden yang tidak bersedia berpartisipasi, tidak dapat menyelesaikan instrumen karena

alasan tertentu, atau memberikan jawaban yang tidak memadai untuk dianalisis. Pengecualian tidak boleh didasarkan semata-mata pada kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, atau adanya tekanan psikologis.Jumlah sampel ditetapkan berdasarkan hasil pemetaan populasi, kelayakan analisis, dan kemampuan pengumpulan data. Untuk penelitian deskriptif awal, peneliti dapat merencanakan sekitar 50–100 responden apabila kondisi lapangan memungkinkan. Namun, jumlah tersebut merupakan target perencanaan, bukan ukuran sampel yang otomatis representatif. Jika jumlah populasi diketahui, kebutuhan sampel sebaiknya dihitung menggunakan rumus atau pendekatan yang sesuai dengan tujuan estimasi, tingkat kepercayaan, dan batas kesalahan yang ditetapkan.Apabila jumlah pengamen jalanan yang memenuhi kriteria relatif sedikit, peneliti dapat mempertimbangkan melibatkan seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria (total sampling).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Penelitian

Penelitian mengenai tekanan psikologis dan strategi koping pada pengamen jalanan bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai tekanan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari serta cara yang digunakan untuk menghadapi berbagai permasalahan tersebut. Fokus penelitian mencakup tekanan yang berkaitan dengan ketidakpastian pendapatan, pemenuhan kebutuhan hidup, hubungan sosial, dan persoalan pribadi, serta strategi koping yang berorientasi pada penyelesaian masalah dan pengelolaan emosi.Data penelitian direncanakan diperoleh melalui kuesioner karakteristik responden, instrumen tekanan psikologis, dan instrumen strategi koping. Data tersebut kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk mengidentifikasi distribusi karakteristik responden, gambaran tekanan psikologis, serta kecenderungan strategi koping yang digunakan.Dalam pelaksanaannya, hasil penelitian harus disajikan berdasarkan data aktual dari responden yang memenuhi kriteria penelitian. Oleh karena itu, jumlah responden, karakteristik demografis, nilai statistik, dan pola strategi koping perlu disesuaikan dengan hasil pengumpulan data di lapangan.

Karakteristik Responden

Karakteristik responden merupakan aspek penting untuk memahami konteks kehidupan pengamen jalanan. Faktor seperti usia, tingkat pendidikan, lama mengamen, tanggungan keluarga, dan kondisi pendapatan dapat memberikan gambaran mengenai latar belakang responden yang berpartisipasi dalam penelitian.

Data karakteristik responden disajikan pada tabel berikut.

Karakteristik Responden Penelitian

Statistik tersebut digunakan untuk menggambarkan kecenderungan skor tekanan psikologis pada kelompok responden. Rata-rata menunjukkan nilai pusat skor, sedangkan simpangan baku memberikan informasi mengenai variasi skor ant responden. Median dapat digunakan sebagai ukuran pemusatan tambahan apabila distribusi skor tidak simetris.Apabila peneliti menyajikan kategori tingkat tekanan psikologis, batas kategori harus didasarkan pada pedoman instrumen atau dasar interpretasi yang dapat dipertanggungjawabkan. Kategori tidak seharusnya ditentukan secara sembarangan hanya untuk membagi responden menjadi kelompok rendah, sedang, dan tinggi.Selain skor keseluruhan, peneliti dapat mendeskripsikan sumber tekanan yang dilaporkan responden. Informasi tersebut membantu menjelaskan konteks kehidupan mereka, tetapi perlu dibedakan dari skor PSS karena instrumen tersebut tidak secara khusus mengukur seluruh jenis permasalahan sosial dan ekonomi.

Gambaran Sumber Tekanan dalam Kehidupan Pengamen Jalanan

Sumber tekanan merupakan faktor kontekstual yang dapat membantu menjelaskan permasalahan yang dirasakan responden. Dalam penelitian ini, sumber tekanan dapat dikelompokkan menjadi beberapa aspek, yaitu tekanan ekonomi, tekanan sosial, tekanan keluarga, dan ketidakpastian masa depan.

Tekanan Psikologis dalam Menghadapi Permasalahan Kehidupan

Tekanan psikologis pada pengamen jalanan perlu dipahami melalui interaksi antara kondisi kehidupan dan cara individu menilai tuntutan yang dihadapi. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa stres tidak hanya berkaitan dengan keberadaan situasi yang menekan, tetapi juga dengan penilaian individu terhadap tuntutan dan sumber daya

yang dimilikinya untuk mengatasi keadaan tersebut.Dalam konteks kehidupan pengamen jalanan, ketidakpastian pendapatan merupakan salah satu aspek yang relevan untuk dikaji. Penghasilan yang berubah-ubah dapat menimbulkan kesulitan dalam merencanakan pengeluaran dan memenuhi kebutuhan sehari-hari. Apabila individu memiliki tanggungan keluarga atau menghadapi pengeluaran mendesak, ketidakpastian tersebut dapat dirasakan semakin membebani.

Selain tekanan ekonomi, lingkungan sosial juga berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis. Pengamen jalanan dapat menghadapi berbagai respons masyarakat, mulai dari penerimaan hingga penolakan. Pengalaman negatif yang berulang dapat menimbulkan ketidaknyamanan ketika berinteraksi dengan lingkungan sosial. Akan tetapi, pengalaman dan dampak psikologisnya perlu diukur secara langsung, bukan diasumsikan berlaku pada seluruh pengamen jalanan.Dengan demikian, tekanan psikologis perlu dipahami sebagai pengalaman yang beragam. Dua individu yang menghadapi kesulitan ekonomi serupa belum tentu memiliki tingkat tekanan yang sama karena dapat berbeda dalam penilaian terhadap situasi, pengalaman sebelumnya, dukungan sosial, dan kemampuan mengakses sumber daya.Dalam penulisan hasil penelitian, interpretasi tersebut harus dihubungkan dengan data aktual. Jika data menunjukkan variasi skor yang besar, pembahasan dapat menguraikan kemungkinan adanya perbedaan pengalaman dan sumber daya ant responden. Jika skor responden relatif seragam, pembahasan dapat berfokus pada kesamaan kondisi yang dilaporkan, dengan tetap mempertimbangkan keterbatasan sampel.

Ketidakpastian Ekonomi sebagai Sumber Tekanan

Kondisi ekonomi merupakan salah satu aspek penting dalam memahami permasalahan kehidupan pengamen jalanan. Pendapatan yang tidak tetap dapat mempersulit individu dalam menyusun perencanaan keuangan, memenuhi kebutuhan dasar, dan menghadapi pengeluaran yang tidak terduga.Dalam perspektif psikologi stres, ketidakpastian dapat meningkatkan tuntutan penyesuaian ketika seseorang merasa tidak memiliki kendali yang cukup terhadap keadaan.

Kekhawatiran mengenai pendapatan hari berikutnya, misalnya, dapat menjadi beban apabila kebutuhan hidup harus dipenuhi secara rutin sedangkan penghasilan sulit diperkirakan.Namun, pembahasan ekonomi tidak seharusnya langsung dianggap sebagai bukti tekanan psikologis yang tinggi. Hubungan antara keadaan ekonomi dan tekanan yang dirasakan perlu dipahami dengan mempertimbangkan faktor lain, termasuk dukungan keluarga, strategi pengelolaan pengeluaran, peluang pekerjaan alternatif, dan akses terhadap bantuan sosial.Hasil penelitian dapat memberikan gambaran mengenai seberapa sering persoalan ekonomi dilaporkan oleh responden serta bagaimana hal tersebut muncul bersama skor tekanan psikologis. Karena penelitian ini bersifat deskriptif, temuan tersebut dapat digunakan untuk menjelaskan pola yang ditemukan, tetapi tidak cukup untuk menyatakan bahwa ketidakpastian pendapatan secara langsung menyebabkan tekanan psikologis.

Tekanan Sosial dan Pengalaman Stigma

Selain kondisi ekonomi, tekanan sosial merupakan aspek yang perlu mendapat perhatian. Pengamen jalanan beraktivitas di ruang publik dan berinteraksi dengan beragam kelompok masyarakat. Interaksi tersebut dapat menghasilkan pengalaman yang berbeda, seperti penerimaan, bantuan, pengabaian, penolakan, atau perlakuan merendahkan.Pengalaman stigma berpotensi memengaruhi penilaian individu terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sosialnya. Apabila seseorang berulang kali merasa diperlakukan secara tidak adil atau tidak diterima, situasi tersebut dapat menjadi sumber tekanan emosional. Sebaliknya, pengalaman diterima dan memperoleh bantuan dapat mendukung perasaan dihargai serta meningkatkan kesediaan untuk mencari pertolongan ketika menghadapi kesulitan.Pembahasan ini perlu dilakukan secara hati-hati agar tidak memperkuat stereotip terhadap pengamen jalanan. Tidak semua pengamen mengalami stigma dengan intensitas yang sama, dan tidak semua interaksi sosial bersifat negatif. Oleh karena itu, data tentang pengalaman sosial perlu diperoleh dari laporan responden secara langsung.Apabila penelitian menemukan bahwa penolakan sosial sering dilaporkan,

temuan tersebut dapat menjadi dasar untuk membahas pentingnya sikap masyarakat yang lebih inklusif. Jika dukungan sosial justru banyak dilaporkan, pembahasan dapat menyoroti peran hubungan interpersonal sebagai salah satu sumber daya dalam menghadapi kesulitan.

D. KESIMPULAN

Kesimpulan

Tekanan psikologis dan strategi koping merupakan dua aspek penting dalam memahami pengalaman pengamen jalanan ketika menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Ketidakpastian pendapatan, kesulitan memenuhi kebutuhan dasar, keterbatasan kesempatan kerja, stigma sosial, serta persoalan keluarga merupakan faktor-faktor yang relevan untuk dikaji karena dapat menjadi sumber tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Namun, tingkat tekanan yang dirasakan setiap individu dapat berbeda, bergantung pada pengalaman hidup, penilaian terhadap permasalahan, kemampuan penyesuaian diri, dan dukungan sosial yang tersedia.Strategi koping berperan dalam membantu individu menghadapi tuntutan kehidupan, baik melalui upaya penyelesaian masalah maupun pengelolaan respons emosional. Koping berorientasi masalah dapat dilakukan melalui perencanaan, pencarian solusi, pengelolaan pengeluaran, dan pencarian bantuan praktis. Sementara itu, koping berorientasi emosi dapat meliputi penerimaan terhadap keadaan, pengaturan emosi, pencarian dukungan emosional, dan aktivitas spiritual sesuai keyakinan individu. Pemilihan strategi koping dapat berbeda sesuai dengan jenis permasalahan dan sumber daya yang dimiliki masing-masing individu. Dukungan sosial dari keluarga, teman, sesama pengamen, komunitas, dan lembaga sosial juga berpotensi membantu individu menghadapi tekanan psikologis. Dukungan tersebut dapat memberikan rasa diterima, bantuan praktis, serta kesempatan untuk memperoleh informasi dan alternatif penyelesaian masalah. Oleh karena itu, pemahaman terhadap kondisi pengamen jalanan perlu mempertimbangkan keterkaitan antara faktor psikologis, sosial, dan ekonomi tanpa memberikan stigma atau penilaian negatif terhadap kelompok tersebut.Secara keseluruhan, kajian mengenai tekanan psikologis dan

strategi koping pada pengamen jalanan penting untuk meningkatkan pemahaman terhadap kebutuhan psikologis dan sosial kelompok masyarakat yang rentan menghadapi ketidakpastian kehidupan. Akan tetapi, karena hasil pengukuran empiris belum disertakan dalam naskah ini, kesimpulan tersebut merupakan sintesis konseptual berdasarkan landasan teori, bukan pernyataan mengenai temuan statistik penelitian. Kesimpulan akhir perlu disesuaikan dengan hasil pengumpulan dan analisis data yang sebenarnya.

Saran

Berdasarkan pembahasan mengenai tekanan psikologis dan strategi koping pada pengamen jalanan, beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut.

Bagi pengamen jalanan

Pengamen jalanan diharapkan dapat mengembangkan strategi koping yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing, seperti menyusun prioritas kebutuhan, mencari alternatif penyelesaian masalah, serta memanfaatkan dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas yang dapat dipercaya. Apabila tekanan psikologis dirasakan semakin berat dan mengganggu aktivitas sehari-hari, mencari bantuan dari tenaga profesional atau layanan sosial yang tersedia dapat menjadi salah satu pilihan.

Bagi masyarakat

Masyarakat diharapkan meningkatkan kepedulian sosial dan menghindari perlakuan diskriminatif terhadap pengamen jalanan. Sikap menghormati martabat individu, berkomunikasi secara santun, serta memberikan bantuan melalui cara yang aman dan sesuai kebutuhan dapat mendukung terciptanya lingkungan sosial yang lebih inklusif.

Bagi pemerintah dan lembaga sosial

Pemerintah dan lembaga sosial diharapkan mengembangkan program pendampingan yang memperhatikan aspek psikologis sekaligus kondisi sosial ekonomi pengamen jalanan. Program tersebut dapat mencakup akses informasi layanan sosial, pengembangan keterampilan, pendampingan untuk memperoleh kesempatan kerja, serta penyediaan akses terhadap layanan kesehatan mental yang terjangkau dan tidak diskriminatif.

DAFTAR PUSTAKA

Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE.

International Journal of Behavioral Medicine, 4(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/S15327558IJBM0401_6

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychological Bulletin, 98(2), 310–357.

Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 46(4), 839–852. https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.4.839

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. Journal of Personality and Social Psychology, 48(1), 150–170.

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. Annual Review of Psychology, 55, 745–774.

Lazarus, R. S. (1985). The psychology of stress and coping. Issues in Mental Health Nursing, 7(1–4), 399–418. https://doi.org/10.3109/01612848509009463

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 24(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404

Mathias, K., Rawat, M., Philip, S., & Grills, N. (2020). “We’ve got through hard times before”: Acute mental distress and coping among disadvantaged groups during COVID-19 lockdown in North India—a qualitative study. International Journal for Equity in Health, 19, Article 224.

Karadzhov, D., Yuan, Y., & Bond, L. (2020). Coping amidst an assemblage of disadvantage: A qualitative metasynthesis of first-person accounts of managing severe mental illness while homeless. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing, 27(1), 4–24. https://doi.org/10.1111/jpm.12524

Hernandez, D. C., Daundasekara, S. S., Zvolensky, M. J., Reitzel, L. R., Santa Maria, D., Alexander, A. C., Kendzor, D. E., & Businelle, M. S. (2020). Urban stress indirectly influences psychological symptoms through its association with distress tolerance and perceived social support among adults experiencing homelessness. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(15), Article 5301. https://doi.org/10.3390/ijerph17155301

Akbar, Z. A., & Aisyawati, M. S. (2021). Coping strategy, social support, and psychological distress among university students in Jakarta, Indonesia during the COVID-19 pandemic. Frontiers in Psychology, 12, Article 694122. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694122

Athiyallah, A., Kurniawati, R., Karuniasari, Z., Setyarini, M., & Purwandari, E. (2020). Self-acceptance, coping strategies and depression on street children. International Journal of Psychosocial Rehabilitation. https://doi.org/10.61841/mmxe0029

. Stres dan strategi koping anak jalanan di Kota Depok. (2017). Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 2(2).

Folkman, S. (1997). Positive psychological states and coping with severe stress. Social Science & Medicine, 45(8), 1207–1221.

. Folkman, S. (2008). The case for positive emotions in the stress process. Anxiety, Stress, & Coping, 21(1), 3–14.