

Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan *Coping Stress* Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 14 Semarang

Zahra Alya Nuha^{1*}, Suhendri², MA.Primaningrum Dian³

^{1,2,3}Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Semarang

Email: zahraalyanuha@gmail.com ¹, Suhendri@upgris.ac.id ² primaningrum@upgris.ac.id ³

Abstrak

Keterampilan *Coping Stress* yang belum dimiliki oleh remaja di SMPN 14 Semarang selama masa pandemi covid-19 disebabkan kurangnya dukungan keluarga secara penuh dalam mengoptimalkan siswa untuk memiliki kemampuan strategi *Coping Stress* yang baik. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 14 Semarang kelas VIII yang termasuk kedalam usia praremaja dan remaja awal kisaran usia 13/14-17 tahun. Sampel yang diambil adalah 119 siswa kelas VIII A-G dengan menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi *Product Moment* antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* yaitu $r_{hitung} = 0,439$, $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,439 > 0,195$ dan apabila dicocokkan dengan tabel interpretasi maka menunjukkan bahwa dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMP Negeri 14 Semarang memiliki tingkat hubungan yang tinggi. Besar sumbangan variabel sebesar 3,80% dan sisanya ditentukan oleh variabel lain. Sedangkan nilai signifikansinya adalah 2,152 lebih besar dari pada t tabel 0,195 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMP Negeri 14 Semarang.

Kata Kunci: *Coping Stress, Dukungan Keluarga, Pandemi Covid-19*

Abstract

Coping Stress skills that are not possessed by teenagers at SMPN 14 Semarang during the covid-19 pandemic are due to the lack of full family support in optimizing students to have good *Coping Stress* strategy skills. This research is a correlational quantitative research. The population of this study were students of SMPN 14 Semarang in class VIII who were included in the age of pre-adolescents and early adolescents in the age range of 13/14-17 years. The samples taken were 119 students of class VIII A-G using the *Cluster Random Sampling* technique. The results of data analysis show that the *Product Moment* correlation coefficient between family support and *Coping Stress* is $r_{count} = 0.439$, $r_{hitung} > r_{table}$ or $0.439 > 0.195$ and if it is matched with the interpretation table it shows that family support with adolescent *Coping Stress* during the Covid-19 pandemic in junior high school Negeri 14 Semarang has a high level of relations. The contribution of the variable is 3.80% and the rest is determined by other variables. While the significance value is 2.152, which is greater than t table 0.195, it shows a significant relationship between family support and adolescent coping stress during the Covid-19 pandemic at SMP Negeri 14 Semarang.

Keywords: *Coping Stress, Family Support, Covid-19 Pandemic*

PENDAHULUAN

Remaja harus berkembang dan tumbuh menjadi manusia dewasa yang matang, mampu mengurus dirinya dan tidak bergantung pada hidup orang lain. Menurut Sobur (2016:119) Remaja akan melalui proses peralihan atau masa transisi menuju dewasa yang terbagi menjadi tiga yaitu, masa praremaja, remaja awal dan remaja lanjut. Perubahan yang terjadi sangat pesat ditambah dengan ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal dapat menimbulkan ragam masalah yang cukup luas. Masalah-masalah tersebut meliputi masalah akademis, depresi, masalah dengan orang terdekat dan lain sebagainya. Tahun 2020 saat Covid-19 mulai masuk ke Indonesia merupakan masa yang cukup sulit sampai pada masa ini yang dimana keadaan dunia masih dalam masa pandemi. Tentunya hal ini juga menimbulkan permasalahan yang berdampak pada diri remaja. Masalah yang berkaitan dengan pendidikan dan aktivitas sosial yaitu diberlakukannya pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang dilakukan secara daring diawal pandemi. Pembelajaran daring yang sebelumnya murni dalam jaringan saat ini sudah dikombinasikan dengan pembelajaran secara luring (luar jaringan) atau *offline* yang dikenal juga dengan istilah *Hybrid Learning*.

Remaja yang mengalami kesulitan dalam mengelola masalah yang menimbulkan stres dapat dikatakan bahwa remaja tersebut masih kurang dalam kemampuan mengelola stres (*Coping Stress*). Pada dasarnya stres bisa dialami oleh setiap orang tidak mengenal usia, jenis kelamin, kedudukan atau status sosial. Stres dapat memberikan pengaruh positif maupun negative terhadap individu. Pengaruh positif yang mendorong individu untuk bangkit dan semangat merupakan contoh keberhasilan individu dalam mengelola stres (*Coping Stress*). Pengaruh negatif menimbulkan perasaan-perasaan tidak percaya diri, marah dan depresi yang merupakan contoh pengelolaan stres yang belum berhasil (Yusuf, 2018:115).

Keberhasilan *Coping* berkaitan dengan karakteristik pribadi, emosi positif, dan strategi yang digunakan (Santrock, 2007:299). Ciri-ciri remaja yang berhasil melakukan *Coping Stress* menurut (Yusuf, 2018:149) yaitu, remaja yang dapat menghadapi masalah secara langsung, mengevaluasi alternatif secara rasional dalam upaya pemecahan masalah. Menilai situasi stres didasarkan pada pertimbangan yang rasional dan dapat mengendalikan diri (*Self-Control*) dalam mengatasi masalah yang dihadapi. Hanya saja keterampilan *Coping Stress* belum dimiliki oleh remaja di SMPN 14 Semarang berdasarkan hasil wawancara dengan siswa dan guru BK. Hasil wawancara pada tanggal 14 November 2021 kepada 2 responden siswa SMPN 14 Semarang yang mengatakan bahwa pada masa kasus Covid sedang tinggi di Indonesia dan sekolah masih melakukan pembelajaran dari rumah (Daring) mereka sering kali mengalami gejala stres fisik seperti sakit kepala dan mudah lelah. Ada juga yang menyatakan bahwa dimasa pandemi ini sering mengalami gejala stres psikis seperti kurang berkonsentrasi saat belajar, sering merasa emosi yang berlebihan, dan gelisah atau cemas. Guru BK menyatakan bahwa selama masa pandemi minat belajar siswa semakin menurun dan banyak siswa yang mengalami gejala stres psikis seperti kurang berkonsentrasi saat belajar bahkan sampai sering tidak mengikuti kelas.

Remaja yang kurang dalam keterampilan *Coping Stress* dapat diindikasikan bahwa remaja tersebut kurang dalam memiliki dukungan keluarga. Menurut Lazarus & Folkman dalam Maryam (2017:105) faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* tergantung pada sumberdayanya salah satunya yaitu dukungan sosial, dimana individu mendapat bantuan secara nyata dari lingkungan sekitarnya yaitu dukungan keluarga. Dukungan keluarga tersebut masih belum dimiliki oleh remaja di SMPN 14 Semarang, berdasarkan hasil kuesioner dukungan keluarga dan *Coping stress* yang dilakukan oleh

peneliti bulan November 2021. Hasil kuesioner terkait dukungan keluarga hasil sampel yang didapat pada remaja di SMP 14 Semarang kisaran umur siswa yaitu 12-14 tahun yang berjumlah 187 responden. Sekitar 77,5% responden mengatakan bahwa selama proses pembelajaran daring mengalami hambatan atau masalah, sebanyak 47,1% mengatakan bahwa tidak nyaman saat mengikuti pembelajaran daring dirumah. 50,8% siswa sering menunda pekerjaan, 74,5% siswa merasa jenuh dan bosan terhadap kegiatan pembelajaran, 59,4% siswa tidak mudah memberitahukan kesulitan yang dirasakan kepada orang lain, 67,4% siswa merasa menjadi kurang produktif selama pembelajaran daring dan 43,3% siswa pernah mengalami gejala seperti mudah lelah, kurang selera makan dan sulit tidur selama pembelajaran daring dimasa pandemi Covid-19.

Berdasarkan data tersebut banyak remaja yang sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga maupun lingkungan sosial lainnya, karena pada masa pandemic Covid-19 ini mengharuskan remaja untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan tatanan gaya hidup yang baru. Sehingga penting bagi remaja untuk mendapatkan bantuan secara langsung atau nyata. Berkaitan dengan dukungan keluarga yang dibagi menjadi beberapa aspek yaitu dukungan instrumental, dukungan emosional, dukungan informasional dan dukungan penilaian.

Berdasarkan dari permasalahan tersebut, peneliti ingin mencari apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja di masa pandemi covid-19 ini dengan judul penelitian “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan *Coping Stress* Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SMP Negeri 14 Semarang.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *expost facto* atau tidak adanya *treatment*. Penelitian *expost facto* yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional, penelitian tentang hubungan anatara dua atau lebih variabel dilakukan untuk memperoleh hubungan kesejalanan antar dua atau lebih variabel secara lebih kompleks dan mendalam (Ali & Asrori, 2014:53). Populasi dapat diketahui dari judul penelitian oleh karena itu dalam judul penelitian mengenai hubungan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 14 Semarang, adapun populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 14 Semarang kelas VIII. Siswa kelas VIII di SMPN 14 Semarang terdiri dari 9 kelas masing-masing kelas berisikan 32-34 siswa sehingga jumlah keseluruhan siswa terdapat 303.

Menurut Sugiyono (2017:118) sampel adalah bagian karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, karena sampel dapat mewakili seluruh populasi secara sah. Penelitian ini secara umum populasi yang dijadikan penelitian adalah populasi akses, yaitu jumlah anggota kelompok yang dapat ditemui di lapangan (Supardi, 2019:128). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 14 Semarang kelas VIII yang terdiri dari 6 kelas. Satu kelas berjumlah 32-34 siswa sedangkan jumlah sampel 50 % sebanyak 119 siswa terdiri dari kelas A-G diambil secara acak. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan *Probability Sampling* karena jumlah populasinya dapat diketahui, teknik ini pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota menurut (Supardi, 2019:137). Teknik yang digunakan adalah teknik *Cluster Random Sampling* yaitu pengambilan sampel yang dilakukan dengan teknik acak, undian atau lotre berdasarkan kelompok subyek yang secara alami berkumpul bersama. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala (*Questionnaire*) yang meruapakan bentuk instrument pengumpulan data yang sangat fleksibel dan relative mudah dugunakan. Data penelitian dianalisis dengan statistic korelasi *Product Momen-Person* menggunakan program *Statistical Package for Sosial Sciece (SPSS)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan disekolah SMPN 14 Semarang diawali dengan dengan memvalidasi skala penelitian dukungan keluarga dan *Coping Stress* kepada ahli bahasa dan materi. Selanjutnya melaksanakan *Try Out* untuk menguji validitas dan reliabilitas item dalam skala penelitian. Skala penelitian terdiri dari 53 item pernyataan yang terdiri dari 26 item dukungan keluarga dan 27 item pernyataan *Coping Stress*.

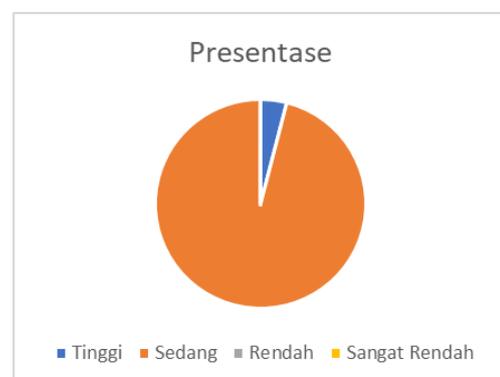
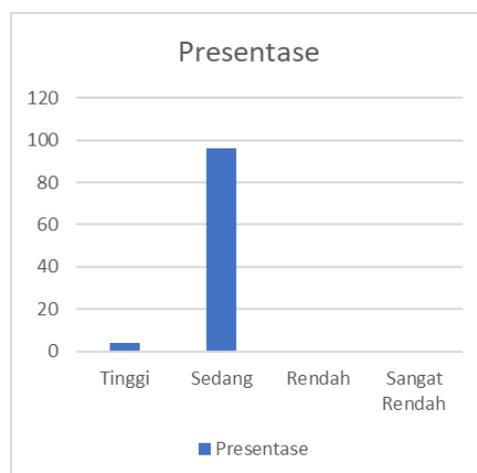
Selanjutnya ditentukan klasifikasi dan variabel penelitian. Penentuan kriteria dukungan keluarga dapat diklasifikasikan dengan membuat kelas interval yang disusun berdasarkan skor total tertinggi yaitu $4 \times 26 = 104$ dan skor terendah yaitu $1 \times 26 = 26$. Skor total tertinggi dan skor total terendah skala dukungan keluarga tersebut digunakan untuk menentukan interval kelas. Berdasarkan kelas interval skor total tersebut dengan panjang interval 20 dapat disusun menjadi empat kategori distribusi bergolong, sebagai berikut :

Tabel 1
Kategori distribusi bergolong Skala Dukungan Keluarga

Kelas Interval	Kategori
86-106	Tinggi
66-85	Sedang
46-65	Rendah
26-45	Sangat Rendah

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Variabel Dukung Keluarga

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	86-106	Tinggi	5	4%
2.	66-85	Sedang	114	96%
3.	46-65	Rendah	0	0
4.	26-45	Sangat Rendah	0	0
			119	100%



Gambar 1: Histogram dan Diagram Dukungan Keluarga

Tabel 2 dan Gambar 1 memberikan gambaran tentang dukungan keluarga hasil penelitian, diketahui responden yang memiliki dukungan keluarga tergolong pada kategori tinggi ada sebanyak 5 peserta didik (4%), responden memiliki dukungan keluarga pada kategori sedang sebanyak 114 peserta didik (96%). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga peserta didik kelas VIII di SMPN 14 Semarang di masa Pandemi Covid-19 ini termasuk pada kategori sedang.

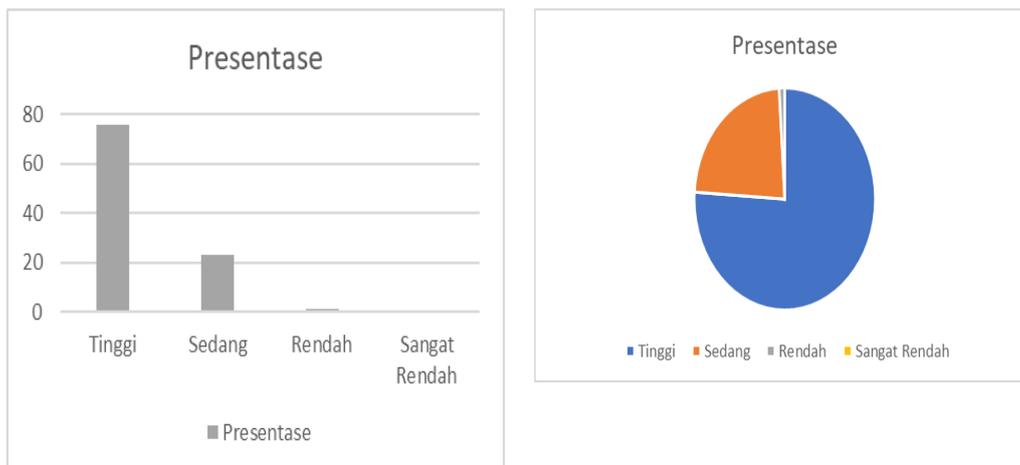
Penentuan kriteria *Coping Stress* dapat diklasifikasikan dengan membuat kelas interval yang disusun berdasarkan skor total tertinggi yaitu $4 \times 27 = 108$ dan skor terendah yaitu $1 \times 27 = 27$. Berdasarkan kelas interval skor total tersebut dengan panjang interval 20 dapat disusun menjadi empat kategori distribusi bergolong, sebagai berikut

Tabel 3
Kategori Distribusi bergolong skala *Coping Stress*

Kelas Interval	Kategori
87-107	Tinggi
67-86	Sedang
47-66	Rendah
27-46	Sangat Rendah

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Variabel *Coping Stress*

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1.	87-107	Tinggi	27	23%
2.	67-86	Sedang	91	76%
3.	47-66	Rendah	1	1%
4.	27-46	Sangat Rendah	0	0
			119	100%



Gambar 2: Histogram dan Diagram Coping Stress

Tabel 4 dan Gambar 2 memberikan gambaran tentang Coping Stress hasil penelitian, diketahui responden yang memiliki Coping Stress tergolong pada kategori tinggi ada sebanyak 27 peserta didik (23%), responden memiliki Coping Stress pada kategori sedang sebanyak 91 peserta didik (76%) dan pada kategori rendah sebanyak 1 peserta didik (1%). Hal ini menunjukkan bahwa Coping Stress peserta didik kelas VIII di SMPN 14 Semarang di masa Pandemi Covid-19 ini termasuk pada kategori sedang.

A. UJI PERSYARATAN

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak (Kasmandi dan Sunariah, 2016:116). Pengujian normalitas menggunakan Teknik Kolmogorov Smirnov, maka diperoleh hasil perhitungan program SPSS. Pengujian signifikansi normalitas dengan taraf kesalahan 5% $\alpha = 0,05$, maka tingkat kepercayaan sebesar 95%. Pada penelitian ini dilakukan uji normalitas dari masing-masing variabel yaitu dukungan keluarga (X) dan Coping Stress (Y).

Pengujian normalitas menentukan hipotesis nol dan hipotesis alternatif, yaitu :

H_0 : Data tidak berdistribusi normal

H_a : Data berdistribusi normal

Tabel 5
Rekapitulasi Uji Normalitas

Variabel	Derajat Kebebasan	Data Hasil Uji	Taraf Kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$)	Pernyataan Normalitas jika Sig>0,05
X	119	0,084	0,05	Normal dan signifikan
Y	119	0,194	0,05	Normal dan signifikan

2. Uji

Homogenitas

Menurut Riduwan, (2014:184) homogen artinya data yang dibandingkan (dikomparasikan) sejenis (bersifat Homogen), maka perlu uji homogenitas. Homogenitas data merupakan salah satu persyaratan yang direkomendasikan untuk diuji secara statistik terutama bila menggunakan statistik uji parametrik (Kadir, 2015:159). Kriteria homogenitas varians yaitu

apabila nilai Sig > 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa instrument variabel bersifat homogen (Kasmandi & Sunariah, 2013:119).

Pengujian homogenitas menentukan hipotesis nol dan hipotesis alternatif, yaitu :

H_0 : Varians tidak homogen

H_a : Varians homogen

Tabel 6
Uji Homogenitas

Variabel	Derajat Kebebasan (dk)	Nilai Sig.	Taraf Kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$)	Pernyataan Homogenitas jika Nilai sig > α	3. Uji
X	24,91	0,093	0,05	Homogen	

Linearitas

Kriteria linearitas yaitu jika nilai probabilitas > 0,05 maka hubungan variabel dinyatakan linear. Jika nilai probabilitas < 0,05 maka hubungan variabel dinyatakan tidak linear.

Tabel 7
Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Coping Stress *	Between Groups	(Combined)	1920.665	21	91.460	2.567	.001
Dukungan Keluarga	Linearity		1035.674	1	1035.674	29.063	.000
	Deviation from Linearity		884.991	20	44.250	1.242	.239
	Within Groups		3456.613	97	36.633		
Total			5377.277	118			

B. Uji Hipotesis

Setelah melakukan tahap uji persyaratan, tahap selanjutnya dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan SPSS. Jadi hasil akhir berisi dua pilihan berupa diterima atau ditolak suatu hipotesis dengan pernyataan lain yang berlawanan sehingga diperoleh hipotesis nol (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a) dengan langkah antara lain sebagai berikut :

- 1) Membuat hipotesis dalam bentuk kalimat

H_0 = Tidak ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan Coping Stress remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 14 Semarang.

H_a = Ada hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan Coping Stress remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 14 Semarang.

- 2) Memberikan hipotesis dalam bentuk statistik

$H_0 : \rho = 0$

$H_a : p \neq 0$

Hasil perolehan data dari uji korelasi berdasarkan perhitungan menggunakan SPSS dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 8
Uji Korelasi

		Dukungan Keluarga	Coping Stress
Dukungan Keluarga	Pearson Correlation	1	.439**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	119	119
Coping Stress	Pearson Correlation	.439**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	119	119

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui berdasarkan uji korelasi *Product Moment* dari Pearson, diperoleh nilai korelasi r_{hitung} 0,439 sedangkan nilai r_{tabel} untuk jumlah 119 taraf signifikansi 5 % sebesar 0,195. Korelasi *Pearson Product Moment* dilambangkan (r). Apabila $r = 1$ berarti korelasi sempurna positif (sangat kuat). Sehingga harga r dikonsultasikan pada tabel interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut :

Tabel 9
Pemberian Interpretasi terhadap Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

Masalah yang ingin diungkapkan pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress*. berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa koefisien korelasi *Product Moment* antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* yaitu $r_{hitung} = 0,439$, $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $0,439 > 0,195$ dan apabila dicocokkan dengan tabel interpretasi maka menunjukkan bahwa dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMP Negeri 14 Semarang memiliki tingkat hubungan yang tinggi. Besar sumbangan variabel sebesar 3,80% dan sisanya ditentukan oleh variabel lain. Sedangkan nilai signifikansinya adalah 2,152 lebih besar dari pada t tabel 0,195 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMP Negeri 14 Semarang.

Penelitian ini memberikan gambaran tentang aspek *Coping Stress* yaitu terkait strategi *Coping Stress* dan faktor yang mempengaruhi dalam melakukan strategi *Coping Stress*. Dalam hal ini peserta didik yang masuk kedalam usia remaja yang akan tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa akan melalui proses peralihan atau masa transisi menuju dewasa. Pada proses peralihan tersebut akan

menghadapi ragam masalah yang cukup luas. Masalah tersebut bisa berasal dari faktor internal maupun eksternal. Masalah yang berkaitan dengan faktor internal yaitu masalah akademis dan kurang mampunya siswa dalam pengelolaan diri. Masalah yang berkaitan dengan faktor eksternal yaitu lingkungan yang tidak mendukung, seperti halnya pada tahun 2020 sampai saat ini yang masih dalam masa pandemi Covid-19. Remaja yang kurang dalam ketrampilan *Coping Stress* dapat diindikasikan bahwa remaja tersebut kurang dalam memiliki dukungan keluarga. Hal ini sesuai dengan pendapat Lazarus & Folkman dalam Maryam (2017:105) faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* tergantung pada sumberdayanya salah satunya yaitu dukungan sosial, dimana individu mendapat bantuan secara nyata dari lingkungan sekitarnya yaitu keluarga.

Berdasarkan deskriptif data hasil penelitian dukungan keluarga pada remaja di kelas VIII di SMPN 14 Semarang dapat diketahui bahwa sebanyak 5 peserta didik (4%), responden memiliki dukungan keluarga pada kategori sedang sebanyak 114 peserta didik (96%). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga peserta didik kelas VIII di SMPN 14 Semarang di masa Pandemi Covid-19 ini termasuk pada kategori sedang. Hasil deskriptif pada *Coping Stress* tergolong pada kategori tinggi ada sebanyak 27 peserta didik (23%), responden memiliki *Coping Stress* pada kategori sedang sebanyak 91 peserta didik (76%) dan pada kategori rendah sebanyak 1 peserta didik (1%). Hal ini menunjukkan bahwa *Coping Stress* peserta didik kelas VIII di SMPN 14 Semarang di masa Pandemi Covid-19 ini termasuk pada kategori sedang.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Cihanningsih (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *Problem Focused Coping* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan koefisien korelasi 0,617 dengan nilai signifikan $p = 0,000$. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi *Problem Focused Coping*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah *Problem Focused Coping*. Individu yang mendapat dukungan sosial keluarga berupa dukungan emosional, penghargaan, instrumental dan informatif dapat mengatasi masalah dengan bertindak secara langsung menggunakan strategi *Coping Stress*.

Individu membutuhkan dukungan keluarga untuk meredakan dan mengurangi tingkat stres yang dialami. Dengan adanya dukungan keluarga akan mengurangi tingkat stres yang dihadapi individu sehingga membutuhkan pemahaman tentang strategi *Coping Stress*. Menurut Yusuf (2018:119) stres diartikan sebagai respons (reaksi) fisik, psikis seperti perasaan tidak nyaman atau tertekan. Terkait hal tersebut *Coping* atau manajemen stres dapat diartikan sebagai proses mengelola atau meminimalkan beban atau konflik yang ada pada diri individu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya mengenai dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 14 Semarang dapat diambil kesimpulan bahwa hubungan antara dukungan keluarga dengan *Coping Stress* remaja pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 14 Semarang menunjukkan arah positif, karena nilai r_{hitung} yang didapat bertanda positif, hubungan yang positif memiliki arti bahwa jika dukungan keluarga negatif semakin tinggi maka dapat dikatakan kurangnya *Coping Stress* yang dimiliki oleh remaja di SMPN 14 Semarang. Namun jika dukungan keluarga positif maka tingkat kemampuan *Coping Stress* remaja di SMPN 14 Semarang akan semakin tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cihananingsih, H. S. 2020. "Hubungan Dukungan sosial dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi". *Skripsi*,2 <http://repository.unika.ac.id/id/eprint/23067> .
- Kasmandi & Sunariah, Nia Siti. 2013. *Panduan Modern Penelitian Kuantitatif*. Sukabumi : ALFABETA
- Maryam, Siti. 2017. "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya": *Jurnal Konseling Andi Matappa*. 1 (2). 101-107. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=938216&val=14517&title=Strategi%20Coping%20Teori%20Dan%20Sumberdayanya>
- Ramadhani, Rizqa. 2021. "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Problem Focused Coping pada Mahasiswa Angkatan 2015-2016 dalam Menyelesaikan Skripsi di UIN AR-RANIRY Banda Aceh". *Skripsi*, 2.
- Riduwan. 2014. *Dasar-dasar Statistika*. Bandung: Alfabeta.
- Santrock, J. W. 2007. *Remaja, Jilid 2 Edisi Kesebelas*. Jakarta:Penerbit Erlangga
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: ALFABETA,CV
- Suprayogi, Fauziah. 2011. "Gambaran strategi Coping stress Siswa kelas xii sman 42 jakarta Dalam menghadapi ujian nasional" : *Journal Humaniora*. 2 (1). 281-190. <https://journal.binus.ac.id/index.php/Humaniora/article/view/3004> .
- Yusuf, Syamsu L.N. 2018. *Kesehatan Mental Perspektif Piskologis dan Agama*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya