

Deskripsi pemicu stres dan strategi coping pada mompreneur dalam meningkatkan keberfungsian sosialnya sebagai ibu dan wirausahawan =  
Description of stressors and coping strategies on mompreneur in enhancing their social functioning as a mom and entrepreneur

Safira Suryaningtyas, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20514402&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Penelitian ini membahas tentang pemicu stres dan strategi coping pada mompreneur dalam meningkatkan keberfungsian sosialnya sebagai ibu dan wirausahawan. Penelitian ini dilakukan pada masa pandemi COVID-19 dan menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini melibatkan 4 orang mompreneur pada rentang usia 28-35 tahun yang memiliki anak usia 0-8 tahun. Dalam mengintegrasikan ranah pekerjaan dan keluarga melalui kegiatan wirausaha, mompreneur kerap menjumpai berbagai pemicu stres yang ditimbulkan dari perannya sebagai ibu sekaligus pemilik bisnis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemicu stres yang paling banyak ditemukan pada mompreneur yakni dalam bentuk ketegangan kronis (chronic strains), yang meliputi adanya tuntutan peran yang saling bertentangan, menjadikan rumah sebagai tempat kerja, dan juga memulai bisnis dengan kurangnya pengetahuan. Selain mengalami pemicu stres dalam bentuk ketegangan kronis, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa mompreneur mengalami pemicu stres yang bersumber dari peristiwa kehidupan (life events) dan permasalahan sehari-hari (daily hassles). Meskipun mompreneur menghadapi berbagai macam pemicu stres dalam kehidupannya, namun mompreneur memiliki kemampuan untuk menolong dirinya sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya yang dilakukan mompreneur untuk meminimalisasi pemicu stres adalah dengan menggunakan strategi coping dan memanfaatkan sumber daya yang dimiliki. Strategi coping yang dilakukan oleh mompreneur terdiri dari dua jenis strategi coping, yakni coping yang berfokus pada masalah (problem-focused coping) dan coping yang berfokus pada pengendalian emosi (emotion-focused coping). Dengan melakukan coping, mompreneur dapat meningkatkan keberfungsian sosialnya sehingga dapat menjalankan kedua perannya secara lebih optimal.

.....This study discusses stressors and coping strategies on mompreneurs in enhancing their social functioning as a mom and entrepreneur. This research was conducted during the COVID-19 pandemic and used a qualitative approach with a descriptive research type. This research involved 4 mompreneurs aged 28-35 years who had children aged 0-8 years. In integrating the realm of work and family through entrepreneurship, mompreneurs often encounter various stressors which arising from their role as a mother and business owner. The results showed that the most common stressors found in mompreneurs was in the form of chronic strains, including the demands of conflicting roles, creating home as a workplace, and also starting business with lack of knowledge. Apart from experiencing stressors in the form of chronic strains, the result showed that mompreneurs also encounter stressors that come from life events and daily hassles. Although mompreneur faced various stressors in their journey of being a mompreneur, results showed that mompreneurs have the ability to help themselves. The effort made by mompreneurs to minimize various stressors were by using coping strategies and utilizing available resources. The coping strategies that used by mompreneurs consist of two types coping strategies, problem-centered forms of coping (problem-focused coping) and coping that focuses on controlling emotions (emotion-focused coping). By doing a coping

strategies, mompreneurs could enhance their social functioning so that they can perform both roles more optimally.