

## ABSTRAK

### **Yunia Maulida, Upaya *Coping Stress* Remaja Awal Dalam Menyikapi Pembelajaran Daring Di Pasir Biru Rw 02 Cibiru Bandung.**

Upaya *coping stress* terhadap tekanan-tekanan dalam proses pembelajaran *daring*. Sama halnya dengan fisik, kekuatan mental kita punya batas tertentu dan berbeda pada setiap orang. Jika kita terlalu lama menanggung beban psikologis, nantinya akan muncul stres pada diri. Tidak hanya itu, kemampuan seseorang dalam mengelola stresnya pun dapat berdampak pada kehidupan sehari-hari. Sehingga setiap individu harus bisa mengatasi beban stres melalui strategi *coping stress*. Peran orang tua dalam melakukan *coping stress* di masa sekarang sangat dibutuhkan, karena orang tua merupakan orang yang pertama yang akan mengetahui kondisi anaknya, baik fisik maupun mental.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pemikiran objektif dan subjektif masyarakat tentang pembelajaran daring, upaya *coping stress* serta dampak bagi remaja awal, Serta sikap remaja awal dalam menyikapi *coping stress*

Penelitian ini menggunakan teori yang didasarkan pada pemikiran Lazarus dan Folkman bahwa, *coping* sebagai strategi memecahkan masalah yang paling sederhana dan realistis dengan cara manajemen tingkah laku dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan, baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi stres

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data digunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Analisis kualitatif dengan penafsiran logika

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemikiran masyarakat tentang tujuan daring kurang dipahami, masyarakat beragapan daring sebagai beban dan penghabat. upaya *coping stress* remaja awal terbagi menjadi dua bentuk yaitu *problem focused coping* dan *emosi focused coping*. Bentuk PFC dengan manajemen waktu, mencari informasi, minta dukungan dari orang lain, dan kerjakan dengan ikhlas dan berdoa. Sedangkan bentuk EFC yaitu, bermain game, main tiktok, olahraga, makan, tidur, memikirkan hal yang positif, dan mengontrol perasaan. Melakukan *Coping* bermanfaat untuk sistem kognitif dan behavioral khususnya remaja, namun EFC jika tidak dikontrol maka akan mendakan kecanduan atau malah menambah masalah. Sikap remaja awal pasir biru dalam melakukan *coping* masuk kategori *polliation*.

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa upaya *coping stress* yang dilakukan oleh remaja awal Pasir Biru Rw 02 cukup bisa mengurangi tingkat stres khususnya pada stress belajar akibat pembelajaran daring.

**Kata Kunci: Sikap, *Coping stress*, Pembelajaran daring**