



## Pengalaman Kecemasan Masyarakat Pada Masa Pandemi COVID-19 di Desa Latta Kecamatan Baguala Kota Ambon

Windarti Rumaolat

Dosen Program Studi Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada  
email; [windarti.rumaolat.stikesmh@gmail.com](mailto:windarti.rumaolat.stikesmh@gmail.com)

Idham Soamole

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Maluku Husada  
email; [idham.soamole.stikesmh@gmail.com](mailto:idham.soamole.stikesmh@gmail.com)

### Abstract

**Background;** *The world is currently on alert with the spread of a virus known as the coronavirus that appears and attacks humans. The impact of the spread of the coronavirus has caused many people to experience anxiety.* **Objective;** *explore the experience of community anxiety during the COVID-19 pandemic.* **Method;** *Using a qualitative design with a phenomenological approach, with 5 participants, snowball sampling technique, management, and data analysis using Interpretation Phenomenological Analysis (IPA).* **Results;** *2 major themes were found, namely: the experience of perceived anxiety, and socioeconomic disturbances.* **Discussion;** *The majority of respondents stated their experience and level of anxiety in dealing with Covid-19, namely if they lost their jobs and socio-economic disturbances because most people were no longer working or trading.* **Conclusion;** *Most of the respondents experienced a level of anxiety in dealing with the Covid-19 pandemic, in this case, the respondents were worried about losing their jobs.*

**Keywords:** *Experience, Anxiety, Covid-19*

### Abstrak

**Latar Belakang;** Dunia saat ini tengah waspada dengan penyebaran sebuah virus yang dikenal dengan virus corona muncul dan menyerang manusia dampak penyebaran virus corona menyebabkan banyak masyarakat yang mengalami kecemasan. **Tujuan;** mengeksplorasi Pengalaman kecemasan masyarakat pada masa pandemi COVID-19. **Metode;** Menggunakan *desain kualitatif* dengan pendekatan *fenomonologi*, dengan 5 orang partisipan, teknik penentuan sampel secara *Snowball Sampling*, pengelolaan dan Analisis data menggunakan *Interpertasi Phenomenological Analysis (IPA)*. **Hasil;** ditemukan 2 tema besar, yaitu: pengalaman kecemasan yang dirasakan, dan gangguan sosial ekonomi. **Pembahasan;** Mayoritas responden menyatakan pengalaman dan tingkat kecemasan dalam menghadapi Covid-19 yaitu jika mereka kehilangan pekerjaan dan gangguan sosial ekonomi karena sebagian besar masyarakat banyak yang tidak lagi bekerja atau berdagang. **Kesimpulan;** Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam menghadapi pandemic covid-19 dalam hal ini responden cemas akan kehilangan pekerjaan.

**Kata Kunci:** Pengalaman, Kecemasan, Covid-19

## LATAR BELAKANG

Dunia saat ini tengah waspada dengan penyebaran sebuah virus yang dikenal dengan virus corona atau COVID-19. Kasus virus corona muncul dan menyerang manusia pertama kali China tepatnya di provinsi Wuhan. Pertama kali kemunculan seperti penyakit pneumonia, dengan tanda dan gejala sakit flu sampai mengalami kondisi yang darurat jika pasien mengalami penyakit bawaan (WHO, 2021). Jumlah kasus COVID-19 terjadi peningkatan dalam waktu singkat tanpa memandang usia dan jenis kelamin tak ada negara di dunia yang dapat memastikan terhindar dari virus tersebut sehingga membutuhkan penanganan segera (Saubani A., 2020).

Pada awal tahun 2020 menjadi tahun yang mengejutkan bagi dunia, karena terjadi wabah yang tidak biasanya yaitu serangan Virus Corona (COVID-19) yang tidak terduga sehingga menyebabkan kepanikan di mana-mana. Penderita mencapai jutaan orang yang telah terinfeksi, dan ribuan telah meninggal dunia (Risna Halidi, 2021.) Menurut data badan Kesehatan dunia pada tahun 2020, jumlah negara yang terpapar mencapai 106 negara dan akan terus bertambah sehingga jumlah pasien yang terkonfirmasi sebanyak 2.804.796 kasus dengan angka kematian mencapai 193.710. Negara Indonesia sebagai salah satu negara yang merasakan dampak penyebaran virus corona baru sehingga banyak masyarakat yang mengalami kecemasan (Saubani A., 2020).

Kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu kondisi psikis dan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari sehingga produktivitas seseorang akan menurun atau berkurang (Fikriyani, N., Lestari, S. M. P., Fitriani, D., & Utari, 2020). Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat buruk selain itu terjadi gangguan fisiologis mencakup ketegangan otot, jantung berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas. Kecemasan adalah pengalaman pribadi seseorang yang dialami sehingga dapat menimbulkan perilaku yang disfungsi yang diartikan sebagai perasaan “kesulitan” dan kesusahan terhadap kejadian yang tidak diketahui dengan pasti (Fitria, L., & Ifdil, 2020).

Individu yang mengalami kecemasan juga ditandai dengan munculnya karakteristik behavior seperti perilaku menghindar, perilaku melekat dan dependen, serta perilaku yang mencerminkan keterguncangan (Hendriani, 2018). Karakteristik selanjutnya dalam kecemasan adalah fokus pada aspek kognitif seperti khawatir tentang sesuatu yang tidak

jelas, mengalami perasaan yang menakutkan yang mempresepsikan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, terpaku pada suasana perasaan takut dan bahkan menimbulkan kehilangan kontrol, adanya pikiran bahwa semuanya tidak normal dan sulit fokus pada tujuan yang dianggap penting bagi dirinya, serta beberapa karakteristik yang ada hubungannya dengan aspek kognitif (Hasibuan, 2021). Kecemasan yang tinggi dapat membuat daya tahan tubuh menurun, sehingga masyarakat beresiko untuk tertular corona virus. Oleh sebab itu masyarakat harus melakukan upaya untuk mengurangi kecemasan (Saubani A., 2020).

Berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan didapati jumlah kepala keluarga (KK) untuk Desa Latta berjumlah 563 KK dan 2.056 jiwa. Dan dari 28 orang, diantaranya mengatakan bahwa mereka sering mengalami tingkat kecemasan pada saat masa pandemi Covid-19 beberapa diantaranya sempat berhenti dari pekerjaan dan banyak juga yang tidak mendapatkan pekerjaan saat masa pandemi Covid-19, mereka mengatakan sangat stres karena tidak tau mau bekerja apalagi. Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti ingin meneliti tentang Gambaran Kecemasan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Latta Kecamatan Baguala Kota Ambon.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan *desain kualitatif* dengan pendekatan *fenomonologi* tentang pengalaman kecemasan masyarakat pada masa pandemi covid-19, dengan 5 orang partisipan. Penelitian dilakukan di Desa Latta Kota Ambon. teknik penentuan sampel secara *Snowball Sampling* karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Instrument adalah peneliti itu sendiri yang akan divalidasi.

Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara semi terstruktur yang bertujuan untuk menentukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana partisipan yang diwawancarai diminta pendapat maupun ide-idenya, dengan menjelaskan dan menggambarkan secara mendalam sesuai pengalaman partisipan yang mengalami tingkat kecemasan pada masa pandemi covid-19.

Pengolahan dan dilakukan dengan cara hasil wawancara dibuat transkrip yaitu catatan tertulis dari bahasa lisan dalam bentuk verbatim yaitu seni mengubah kata yang diucapkan kedalam sebuah teks sehingga pesan yang disampaikan sesuai yang dikatakan partisipan.

Analisis data menggunakan *Interpertasi Phenomenological Analysis* (IPA) yaitu menggali pengalaman individu dengan lebih baik dan mendalam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ditemukan 2 tema besar, yaitu: pengalaman kecemasan yang dirasakan, dan gangguan sosial ekonomi yang dijelaskan pada tabel berikut :

Tabel 1. Hasil Penelitian Pengalaman Kecemasan Masyarakat Pada Masa Pandemi COVID-19

Kategori	Sub Tema	Tema
Gelisah	Kurang informasi tentang penyakit	<b>Kecemasan</b>
Rasa takut		
Takut keluar rumah		
Merasa bosan	Keterbatasan ruang gerak	<b>Gangguan sosial ekonomi</b>
Kurangnya bersosialisasi		
Lamanya pandemi	Isolasi diri	
Aktivitas terbatas		
Diam dirumah		
Membatasi diri	Kurang pendapat	
Merasa kesulitan		
Tidak bisa berbuat apa-apa		

### 1. Pengalaman Dan Tingkat Kecemasan yang Dirasakan

Mayoritas responden menyatakan pengalaman dan tingkat kecemasan dalam menghadapi Covid-19 yaitu jika mereka kehilangan pekerjaan dan tingkat kecemasannya adalah kecemasan sedang dimana mereka hanya berfokus pada kehilangan pekerjaan tersebut. Kecemasan hampir serupa dengan rasa takut, namun kecemasan cenderung kurang mempresepsikan dan bersifat lebih ringan tentang ancaman keselamatan yang terjadi pada masa depan. Biasanya diiringi dengan munculnya firasat dan somatik ketegangan, seperti berdebar-debar, sesak napas, dan berkeringat (Oktawirawan, 2020).

Kecemasan merupakan perasaan emosional yang dapat menimbulkan perilaku kesedihan, marah, takut, galau, minat dan bahkan rasa bersalah yang tak terkontrol terhadap ancaman dari luar terhadap dirinya. Jadi yang dimaksud dengan kecemasan merupakan kekhawatiran pribadi akan masa mendatang dimana biasanya disertai dengan gejala fisiologis terhadap ancaman penularan corona virus, ataupun mengalami

kegagalan usaha dan menanggung kerugian baik moril maupun materiil di masa pandemi Covid-19 (Vibriyanti, 2020). Kekhawatiran yang berlebihan akibat ancaman penyakit Covid-19 mengakibatkan perubahan fisiologis dan psikologis akibat kecemasan yang ditimbulkan sehingga perlu memberikan pemahaman agar pengetahuan masyarakat bisa lebih baik.

## **2. Gangguan Sosial Ekonomi**

Hasil penelitian, partisipan memiliki gangguan sosial ekonomi dalam menghadapi pandemi covid-19. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang di ungkapkan oleh Jarnawi bahwa COVID-19 yang terus menerus menyebar luas semakin memperpanjang kecemasan masyarakat terutama dalam memenuhi kebutuhan hidupnya (Jarnawi, 2020). Hal ini disebabkan karena sebagian besar masyarakat yang tidak bisa lagi bekerja dan meneruskan usahanya. Masyarakat yang bekerja secara informal dengan pendapatan harian dan pendapatan tidak pasti juga mengalami penurunan pendapatan seperti hari-hari sebelum Covid-19 (WHO, 2020).

Penyebaran virus corona yang luas dan cepat membuat pemerintah bereaksi dengan membatasi mobilitas di tempat umum, bahkan berdampak pada perusahaan dan sekolahpun diliburkan, aktivitas tempat rekreasi dan rumah makan bahkan restoran tidak menerima pengunjung, Segala aktivitas yang membuat orang berkumpul menjadi tabu. Di satu sisi, sosial distancing ini berhasil menekan jumlah kasus hal ini dibuktikan dengan data bahwa kasus baru menurun tren penurunan secara positif. Namun konsekuensi dari aturan ini banyak yang kehilangan pekerjaan dan pemutusan hubungan kerja (PHK)

## **KESIMPULAN**

Hasil tematik penelitian ini terdiri dari 2 tema utama, yaitu. Pengalaman dan tingkat kecemasan serta gangguan sosial ekonomi. Sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam menghadapi pandemic covid-19 dalam hal ini responden cemas akan kehilangan pekerjaan dan juga di sertai dengan dukungan keluarga yang positif dan baik sehingga tingkat kecemasan responden hanya dalam tingkatan kecemasan sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fikriyani, N., Lestari, S. M. P., Fitriani, D., & Utari, E. M. (2020). *Hubungan Efikasi Diri Dan Kecemasan Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa. Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2), 224–231. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i2.413>.
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.29210/120202592>.
- Hasibuan, M. T. D. (2021). *Hubungan Stres Belajar Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pendidikan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Murni Teguh. Indonesian Trust Health Journal*, 2(1), 128–131. <https://doi.org/10.37104/ithj.v2i1.24>.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis (1 ed.)*. Jakarta Timur: Prenada Media Group.
- Jarnawi, J. (2020). *Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.7216>.
- Oktawirawan, D. H. (2020). *Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932>.
- Risna Halidi, D. R. (n.d.). *Studi di Indonesia Ungkap Pandemi Covid-19 Pengaruhi Gaya Hidup Kaum Urban*. Suara.com [Internet]. 2021;1–8. Available from: <https://www.suara.com/lifestyle/2020/04/13/123939/studi-di-indonesia-ungkappandemi-covid-19-pengaruhi-gaya-hidup-kaum-urban>. 2021.
- Saubani A. (2020). *Pasien Positif Covid di Sumbar Didominasi Usia 20-29 Tahun*. *Republika*. 2020 May 20;
- Vibriyanti, D. (2020). *Kesehatan Mental Masyarakat : Mengelola Kecemasan Di Tengah Pandemi Covid-19. Jurnal Kependudukan: Edisi Khusus Demografi*, 2902, 69–74.
- WHO. (2020). *WHO. Novel coronavirus e China (12 January 2020)*. Available at: <https://www.who.int/csr/don/12-january-2020-novel-coronavirus-china/en/>. Diakses 6 September 2020.
- WHO. (2021). *WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard [Internet]*. [cited 2021 Jul 4]. Available from: <https://covid19.who.int/table>.