

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pandemi Covid-19 dan isu Covid-19 varian *Omicron* saat ini membuat masyarakat seperti lansia, ibu hamil, ibu menyusui, orang yang sedang sakit, anak-anak, dewasa dan remaja mengalami perasaan khawatir akan penyebarannya. Penyebaran Covid-19 cukup membuat masyarakat mengalami ketakutan hingga berdampak pada psikisnya. Menurut Dewi (2021) Covid-19 merupakan bencana non-alam yang dialami oleh seluruh masyarakat dan memengaruhi berbagai aspek kehidupan seperti kesehatan, ekonomi, pendidikan, sosial budaya, dan politik. Penyebaran Covid-19 membuat masyarakat mengalami ketakutan hingga berdampak pada gangguan kesehatan baik secara fisik maupun mental. Menurut Levin (dalam Herwawan, 2021) pandemi Covid-19 juga menyebabkan timbulnya tekanan emosional seperti cemas. Setiap orang, keluarga, maupun kelompok tertentu merasakan putus asa, sedih, dan kehilangan tujuan akan kehidupan yang disebabkan oleh perasaan cemas selama pandemi Covid-19.

Menurut Herwawan (2021) kasus Covid-19 masih berlangsung di Indonesia dan seluruh dunia dengan ditunjukkan data dari *Worldmeters* yang di akses pada 9 Maret 2021 yang melaporkan jumlah kasus positif di dunia sekitar 111.732.717 kasus, diantaranya yang telah sembuh 93.395.866 orang, meninggal dunia sebanyak 2.611.470 orang. Berdasarkan data Kemenkes pada tanggal 10 Maret 2021 jumlah kasus Covid-19 di Indonesia berjumlah 1.398.578, dengan kasus sembuh sebanyak 1.216.433 orang, dan jumlah kasus meninggal dunia akibat

virus corona sebanyak 37.793 orang. Data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Provinsi Kalimantan Selatan juga melaporkan perkembangan kasus Covid-19 yang di akses pada 6 Januari 2022 jumlah positif 69.959, dengan kasus sembuh 67.559, yang dirawat berjumlah 8, dan jumlah yang meninggal berjumlah 2.392 orang. Menurut Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Barito Kuala juga menyatakan bahwa yang terpapar positif Covid-19 berjumlah 4.543, yang sembuh berjumlah 4.483, dirawat inap dengan jumlah 4 orang, dan yang meninggal 59 orang.

Menurut organisasi kesehatan Dunia (*WHO*) Iqbal, S. Yang di akses pada 10 Desember 2021 memberikan kabar terbaru mengenai pandemi Covid-19 yang bernama varian *Omicron Virus Corona*. WHO menyebut varian *Omicron* sudah masuk ke 57 Negara. WHO mengkhawatirkan bahwa temuan varian *Omicron* di 57 Negara ini dapat memicu lonjakan angka rawat inap di fasilitas kesehatan dan memicu lonjakan kekhawatiran masyarakat akan varian baru. WHO sendiri menegaskan bahwa sejauh ini penelitiannya mengenai *Omicron* berkesimpulan bahwa mutasi yang ada pada varian *Omicron* dapat mengurangi aktivitas penetralan antibodi. Ini berarti kekebalan alami manusia juga akan ikut berpengaruh. Dalam sebuah artikel dari materi edukasi masyarakat umum pada tanggal 16 Desember 2020 yang menyebutkan bahwa dampak jangka panjang Virus Covid-19 pada kesehatan yaitu kelelahan, kesulitan bernapas atau sesak napas, batuk, nyeri sendi, dan juga nyeri di dada. CDC (*Centers For Disease Control*) juga mencatat laporan dampak jangka panjang serius yang mempengaruhi sistem organ tubuh secara berbeda-beda. Liputan media pada tanggal 27 Mei 2022 juga menyatakan bahwa Covid-19 ternyata meninggalkan

gejala sisa jangka panjang bagi pasien yang sudah sembuh. Gejala yang di sebut sebagai *Long Covid-19* ini bisa ditandai dengan berbagai gejala mulai dari kelelahan hingga depresi.

Menurut Rosyanti (2020) Covid-19 telah menyebabkan krisis kesehatan global dengan meningkatnya jumlah orang yang terinfeksi dan meninggal setiap hari. Menurut Ilpaj (2020) banyaknya jumlah kematian yang bertambah hari demi hari akibat virus corona ini tidak hanya menimbulkan gejala dan penyakit fisik saja akan tetapi, berpengaruh besar terhadap kesejahteraan masyarakat Indonesia yang didalamnya mencakup kesehatan mental. Seperti berdampak pada kondisi sosial ekonomi keluarga yang ditinggalkan, hal ini dapat berpengaruh secara signifikan apabila seseorang yang terjangkit virus corona lalu meninggal dunia adalah tulang punggung dalam keluarganya. Lalu pengaruhnya terhadap masyarakat yaitu membuat menjadi lebih mudah panik, cemas dan stress. Rasa cemas atau khawatir secara berlebihan karena terlalu banyak menerima informasi tersebut yang akhirnya menyebabkan tubuh menciptakan gejala mirip Coronavirus. Padahal gejala tersebut hanya perwujudan dari rasa cemas berlebihan, bukan terinfeksi Coronavirus. Namun begitu, para ahli kesehatan dalam Ilpaj (2020) juga mengatakan bahwa keadaan seperti ini normal terjadi jika orang-orang merasakan kecemasan dan kekhawatiran ditengah pandemic ini, ditambah dengan tidak mengetahui kapan akan berakhir. Hardiyati (2020) juga menyatakan bahwa menghadapi situasi yang tidak pasti dapat meningkatkan kecemasan seseorang, terutama ketika ada potensi risiko kematian.

Menurut Banerjee (dalam Vibriyanti, 2020) juga menyatakan bahwa pandemi Covid-19 memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan baik fisik maupun psikologis individu dan masyarakat. Menurut Brooks (dalam Vibriyanti, 2020) dampak psikologis pada masa pandemi diantaranya adalah gangguan stress pascatrauma (*post-traumatic stress disorder*), kebingungan, kegelisahan, frustrasi, ketakutan akan infeksi, insomnia, dan merasa tidak berdaya. Berdasarkan data dari beberapa psikolog serta psikiatris mencatat hampir semua jenis gangguan mental ringan hingga berat dapat terjadi di masa pandemi. Kasus *Xenofobia* dan kasus bunuh diri karena ketakutan terinfeksi virus sudah mulai bermunculan. Torales, et al (dalam Putra, 2021) menyatakan bahwa pandemi Covid-19 berdampak pada aspek kesehatan mental yang salah satunya berupa munculnya rasa cemas.

Atkinson (dalam Kumbara, 2018) menyatakan bahwa kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, seperti tidak enak, was-was, perasaan kacau yang ditandai dengan istilah kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang di alami dalam tingkat dan situasi yang berbeda-beda. Menurut Stuart (dalam Herwawan, 2021) tingkat kecemasan yang dialami setiap orang beragam, mulai dari kecemasan ringan, sedang, berat, sangat berat, bahkan mengalami panik. Menurut Vibriyanti (2020) reaksi kecemasan ini akan berbeda pada setiap individu. Untuk sebagian individu reaksi kecemasan tidak selalu diiringi dengan reaksi fisiologis. Namun pada individu-individu tertentu, kompleksitas respons dalam kecemasan dapat melibatkan reaksi fisiologis sesaat seperti detak jantung menjadi lebih cepat, berkeringat, sakit perut, sakit kepala, gatal-gatal, dan gejala lainnya. Setelah individu merasakan kecemasan maka sistem pertahanan diri

selanjutnya akan menilai kembali ancaman diiringi dengan usaha untuk mengatasi, mengurangi, atau menghilangkan perasaan terancam tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putra (2021) didapatkan hasil bahwa kecemasan masyarakat terhadap pandemi Covid-19 berada pada kategori sedang, adapun kecemasan masyarakat terhadap pandemi Covid-19 dengan persentase paling tinggi berada pada kategori lanjut usia yaitu sebesar 100% sedangkan pada usia dewasa akhir sebesar 30,77% sedangkan tingkat kecemasan kategori rendah paling tinggi berada pada usia remaja sebesar 3,74%.

Nevid (dalam Putra, 2021) menjelaskan bahwa dampak kecemasan sebagai salah satu kondisi emosional yang dapat mempengaruhi fisiologis seperti, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan khawatir akan terjadi sesuatu yang buruk. Akibatnya, individu akan bertingkah laku diluar kontrol. Kemudian, kecemasan akan mengganggu siklus tidur, menurunkan kebugaran tubuh serta menurunkan nafsu makan. Firmansyah (dalam Kumbara, 2018) juga menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk, yang akan menimpa dirinya atau diri orang lain yang dikenalnya dengan baik. Biasanya seseorang yang mengalami kecemasan cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan untuk tidur.

Menurut Muslimah (2014) kecemasan dapat diatasi dengan meningkatkan religiusitas. Keberagamaan atau religiusitas diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupan manusia. Agama adalah sistem simbol, sistem keyakinan, sistem nilai, dan sistem perilaku yang terlembagakan, yang semuanya itu berpusat pada

persoalan-persoalan yang dihayati. Agama membentuk pribadi-pribadi yang kokoh dalam berperilaku, seperti, kejujuran, kedisiplinan, kesetiakawanan, keoptimisan, semangat, dan toleran terhadap sesama masyarakat. Masyarakat yang mempunyai masalah dalam kehidupan di dunia ini cenderung menyerahkan segala masalah dan kepenatannya dengan cara berinteraksi dengan Tuhan. Interaksi tersebut dilakukan salah satunya dengan berdoa, mencurahkan semua masalah kecemasan yang sedang dirasakan dan dalam berdoa tersebut masyarakat biasanya meminta bantuan agar masalah yang terjadi bisa diberikan kemudahan dan diselesaikan dengan baik.

Aisyah (dalam Wahyuni, 2020) menjelaskan bahwa setiap stressor merupakan penyebab individu mengalami kecemasan, maka secara otomatis muncul upaya untuk mengatasinya dengan berbagai mekanisme *coping*. Menurut Narayanasamy (dalam Wahyuni, 2020) religiusitas dapat menjadi mekanisme *coping* dan faktor yang berkontribusi penting terhadap proses pemulihan seseorang. Religiusitas berdampak baik bagi kesehatan. Ancok dan Suroso (dalam Sumanty, 2018) religiusitas atau keberagamaan tidak hanya diwujudkan saat individu melakukan ritual peribadatan saja, tetapi juga saat individu melakukan kegiatan sehari-hari yang didorong oleh kekuatan supranatural, baik kegiatan yang tampak maupun kegiatan tidak tampak atau terjadi didalam hati karena menurut Nisya (2012) manusia adalah makhluk yang mempunyai dorongan untuk berhubungan dengan sesuatu kekuatan yang di luar dirinya sendiri. Fitriani (2016) juga menyatakan bahwa religiusitas adalah sistem yang kompleks dari kepercayaan dan keyakinan

serta sikap dan ucapan yang menghubungkan individu dengan satu keberadaan atau kepada sesuatu yang bersifat ketuhanan.

Mutammimah (dalam Wahyuni, 2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara religiusitas dengan kecemasan, karena seseorang akan meningkatkan religiusitasnya saat mengalami kecemasan dengan *coping* yang positif yaitu dengan banyak berdzikir dan berdo'a kepada Allah swt. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Yono (dalam Wahyuni, 2020) bahwa sholat, berdzikir, berbaik sangka, berikhitar, dan banyak berdoa, mampu mencegah dan mengatasi serta membantu masyarakat dalam menghadapi kecemasan akibat pandemi Covid-19. Salah satu penelitian juga dilakukan oleh Wijayanti (dalam Karim, 2021) yang berpendapat bahwa religiusitas berpengaruh terhadap kecemasan seseorang, di mana ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi maka akan memiliki tingkat kecemasan yang rendah. Sebaliknya, ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas yang rendah maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dimiliki.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan menggunakan metode wawancara dan observasi kepada 3 subjek di Desa Anjir Pasar didapatkan hasil bahwa subjek pertama, inisial A berjenis kelamin perempuan berumur 24 Tahun sebagai ibu rumah tangga dan sebagai pedagang yang berjualan kue, baju, dan snack. Subjek pertama menjelaskan bahwa pandemi sudah berjalan hampir dua tahun, tetapi subjek masih merasakan ketakutan beraktivitas keluar rumah karena takut bersentuhan dengan orang lain. Subjek pertama pernah merasakan bagaimana terkena virus Covid-19, sehingga ketakutan-ketakutan itu masih

dirasakannya dengan menunjukkan perasaan cemas seperti jantung berdetak kencang, badan terasa gemetar, dan merasakan munculnya pikiran-pikiran negatif seperti apabila keluar rumah mendapati orang yang sedang batuk, maka pikiran negatif tentang orang tersebutpun muncul seperti menganggap bahwa orang yang batuk itu disebabkan terpaparnya virus Covid-19. Berdasarkan dari aspek kecemasan menurut Nevid et al (2014), yang paling dominan dirasakan subjek pertama dari aspek fisik adalah cemas dan jantung berdegup kencang, dalam aspek perilakunya menghindari, dan dalam aspek kognitifnya subjek pertama merasakan takut, karena pada posisinya subjek pernah terpapar virus Covid-19.

Subjek kedua, inisial L berjenis kelamin laki-laki berumur 24 Tahun, berprofesi sebagai wiraswasta yang pekerjaan sehari-harinya adalah sopir. Subjek kedua ini menjelaskan bahwa mengalami perasaan cemas yang ditunjukkan seperti, apabila mau bekerja mengalami rasa takut karena berdekatan dengan penumpang, walaupun subjek dan penumpang sudah melakukan protokol kesehatan seperti memakai masker dan berjarak. Perasaan khawatir terkena virus selalu ada pada saat mau keluar rumah dan bahkan saat berdekatan dengan penumpang badan terasa gemetar karena perasaan takut yang selalu muncul. Subjek kedua ini juga menjelaskan bahwa perasaan takut itu muncul karena terkadang ada beberapa penumpang yang merasakan gerah atau panas, merasa tidak bisa menghela nafas panjang karena memakai masker, maka ada beberapa penumpang yang terkadang melepas maskernya beberapa menit dan ada pula penumpang yang batuk. Sehingga itulah yang membuat subjek mengalami ketakutan, khawatir akan terpaparnya Covid-19. Berdasarkan dari aspek kecemasan menurut Nevid et al

(2014), yang paling dominan dirasakan subjek kedua dari aspek fisik adalah gemetar, dalam aspek perilakunya menghindar, dan dalam aspek kognitifnya subjek kedua merasakan takut dan khawatir, karena subjek kedua ini profesinya sebagai sopir yang harus membawa penumpang.

Subjek ketiga, berinisial I berjenis kelamin perempuan yang berumur 23 Tahun, berprofesi sebagai guru di salah satu instansi perguruan swasta. Subjek ketiga ini menjelaskan bahwa Covid-19 tidak bisa dihindari karena penyebarannya melalui udara dan tidak dapat dilihat. Subjek ini menjelaskan bahwa mengalami ketakutan itu pada saat berada di ruangan bersama anak muridnya. Sama halnya dengan subjek kedua tadi bahwa, perasaan takut itu muncul apabila ada salah satu diantara murid yang melepas maskernya karena merasakan tidak bisa menghela nafas panjang, pengap, gerah saat berada di ruangan, lalu beberapa murid ada yang tidak memakai masker beberapa menit, ada yang batuk, dan ada yang bersin- bersin sehingga hal itulah yang membuat subjek ketiga merasakan ketakutan akan penyebaran Covid-19 menurutnya. Ketakutan subjek ketiga tidak hanya sampai disitu, tetapi subjek juga pernah merasakan jantung berdegup kencang pada saat mau masuk ke ruang kelas, karena ada salah satu murid yang sedang sakit dengan gejala yang ditunjukkan seperti tidak berhenti batuk dan bersin-bersin. Pada posisinya subjek sebenarnya ingin menghindar tetapi karena tuntutan pekerjaan membuat subjek tetap melakukan pengajaran. Itulah yang membuat subjek merasakan detak jantung berdegup kencang apabila berdekatan dengan anak murid yang memiliki gejala seperti itu. Berdasarkan dari aspek kecemasan menurut Nevid et al (2014), yang paling

dominan dirasakan subjek ketiga dari aspek fisik adalah jantung berdegup kencang, dalam aspek perilakunya juga menghindar, sama seperti subjek pertama dan kedua. Aspek kognitifnya subjek ketiga merasakan takut.

Disisi lain, adapun cara subjek dalam mengatasi rasa cemasnya adalah mengurangi ketakutan akan penyebaran Covid-19 dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah swt, sholat lima waktu, memakan makan yang cukup dan bergizi, serta memakan buah-buahan yang mengandung vitamin. Selain itu menjaga iman dengan cara murojaah hafalan setiap selesai sholat, mengerjakan sholat sunnah isyraq, dhuha serta tahajud setiap harinya, dan berdoa setiap saat agar dihindarkan dari bahaya. Menurut mereka hal tersebut sangat penting dilakukan agar selalu dijaga Tuhan, Allah Swt dari segala musibah yang ada.

Adapaun hasil observasi, didapat bahwa di Desa Anjir Pasar kabupaten Barito Kuala didapatkan bahwa masyarakat disana memiliki pekerjaan sebagai buruh tani, pedagang dipasar, ibu rumah tangga, dan hanya sebagian yang berprofesi sebagai tenaga kesehatan maupun sebagai guru. Berdasarkan dari hasil observasi juga lonjakan Covid-19 di Desa Anjir Pasar meningkat ditambah ada varian *Omicron* sehingga masyarakat disana pada saat itu sepi kembali setelah varian itu muncul. Ditambah ada yang terpapar Covid-19 pada bulan maret lalu. Vaksinasi di Desa sudah dilakukan dan berjalan dengan lancar, hanya saja melihat dari pekerjaan mereka yang turun langsung kelapangan membuat masyarakat disana mudah sekali terpapar Covid-19. Dilihat dari masyarakatnya seperti pekerjaan yang tidak bisa ditinggalkan dengan alasan seperti yang sudah berumah tangga, harus menghidupi keluarganya, guru yang harus memenuhi kewajibannya sebagai

pengajar, dan beberapa masyarakat yang masih menyelesaikan studi pendidikan, yang semua itu dilakukan di luar rumah.

Berdasarkan dari pemaparan latar belakang yang sudah di paparkan diatas maka dalam hal tersebut peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi virus Covid-19 pada masyarakat di Desa Anjir Pasar Kota.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan sebelumnya, maka rumusan masalah yang ingin dijawab dalam penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi virus Covid-19 pada masyarakat di Desa Anjir Pasar Kota ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi virus Covid-19 pada masyarakat di Desa Anjir Pasar Kota.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu dan informasi bagi bidang psikologi khususnya dalam bidang psikologi agama dan psikologi klinis. Terutama yang berhubungan dengan topik penelitian ini, yaitu hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi virus Covid-19 pada masyarakat di Desa Anjir Pasar Kota. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi sebagai penelitian selanjutnya.

## **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat:

a. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya religiusitas, kecemasan dan memberikan pengetahuan kepada masyarakat bagaimana hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi virus Covid-19 pada masyarakat di Desa Anjir Pasar Kota.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan dikembangkan lebih lanjut, serta sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya lebih khusus bagi yang mengambil topik penelitian yang sama.

c. Bagi Desa Anjir Pasar Kota

Diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat Desa Anjir Pasar Kota tentang pentingnya menjaga religiusitas yang akan memberikan hal positif untuk kesehatan mental masyarakat, sehingga dapat meminimalisir kecemasan.