

Pengaruh Kesabaran terhadap Kecemasan di Masa Pandemi pada Dewasa Awal Kecamatan Bojongloa Kaler

Anggia Putri Pradini, Umar Yusuf Supriatna

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi
Universitas Islam Bandung
Bandung, Indonesia
Anggiaptrprdni@gmail.com

Abstract—Bojongloa Kaler sub-District is included in one of the areas with the highest active Covid-19 cases in Bandung. To deal with Covid-19 pandemic. Bojongloa Kaler sub-district community is currently still lacking in patience behavior, including people who responded with excessive fear and worry, violated health protocols so that it affects their psychological anxiety condition. Anxiety that occurs in the Bojongloa Kaler community is caused by people who have decreased income, excessive fear of being exposed to the virus so that headache symptom appears, decreased appetite, excessive fear of things that are not certain to happen. Patience is one of many methods to go through pandemic situation nowadays. The purpose of this research is to see how patience affect peoples on their early adulthood age with anxiety condition during the pandemic in Bojongloa Kaler sub-district. The method used in this research is a causality method using a quantitative approach with a total of 400 subjects in the early adult age group of Bojongloa Kaler sub-district. This research uses measuring instrument for patience from Umar Yusuf, as well as a measuring instrument for anxiety measuring the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) from Max Hamilton. The analysis used in this research is the Simple Regression Test technique with the R Square value of 0.152 which implies that anxiety is affected by 15.2%. Obtained a significance value of 0.000 < 0.05 so it can be concluded that there is a significant effect of patience on anxiety.

Keywords— *Patience, Anxiety, Early Adult Society.*

Abstrak—Kecamatan Bojongloa kaler termasuk salah satu wilayah kasus aktif Covid-19 tertinggi di Kota Bandung. Dalam menghadapi pandemi Covid-19 masyarakat kecamatan bojongloa kaler masih kurang dalam penerapan perilaku sabar, diantaranya masyarakat yang merespon dengan rasa takut dan khawatir berlebih, melanggar protokol kesehatan sehingga mempengaruhi kondisi psikologisnya, yaitu kecemasan. Kecemasan yang diantaranya karena selama pandemi terdapat masyarakat yang mengalami penurunan pendapatan, takut berlebihan akan terpapar virus sehingga muncul gejala sakit kepala, nafsu makan menurun, takut berlebihan akan hal yang belum pasti terjadi. Cobaan yang masyarakat hadapi dapat dilalui salah satunya melalui sikap sabar. Penelitian ini bertujuan melihat bagaimana pengaruh kesabaran terhadap kecemasan di masa pandemi pada usia dewasa awal kecamatan bojongloa kaler. Metode yang digunakan yaitu metode kausalitas menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah subjek 400 masyarakat kelompok usia dewasa awal kecamatan bojongloa Kaler. Penelitian ini menggunakan alat ukur

Kesabaran dari Umar Yusuf, serta alat ukur kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dari Max Hamilton. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik Uji Regresi Sederhana dengan hasil nilai R Square sebesar 0,152 yang mengandung pengertian bahwa kecemasan dipengaruhi sebesar 15,2%. Didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05 sehingga disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan kesabaran terhadap kecemasan.

Kata Kunci—*Kesabaran, Kecemasan, Masyarakat dewasa awal.*

I. PENDAHULUAN

Coronavirus disease 2019 (Covid-19) termasuk jenis virus yang baru ditemukan pada tahun 2019 (Hatta, 2020). Terhitung sejak bulan maret tahun 2020 Organisasi Kesehatan Dunia dengan resmi menetapkan Covid-19 sebagai pandemi dengan kasus lebih dari ratusan ribu yang terjadi di lebih dari 100 negara di seluruh dunia (Hatta, 2020). Selain menyerang kesehatan fisik, Covid-19 juga menyerang psikologis seseorang (Savage, 2020). Gejala seperti kecemasan, depresi, ketakutan, stres, dan masalah tidur lebih sering terlihat selama pandemi Covid-19 (Torales et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan (Sarah et al., 2020) mengungkapkan bahwa selama Covid-19 kecemasan menjadi gangguan mental terbesar yang banyak terjadi pada masyarakat. Keluhan psikologis yang sering ditemukan pada semua kalangan di tengah pandemi, diantaranya keluhan stres dan kecemasan, keluhan terjadi ketika dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan stres dan menganggap pandemi sebagai suatu ancaman yang membahayakan (Pranita, 2020).

Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada 23 April melakukan survei kesehatan mental selama pandemi melalui swaperiksa daring pada 1.552 responden berkaitan dengan tiga masalah psikologis, yaitu cemas, depresi dan trauma (Aziz, 2020). Mayoritas responden berasal dari Jawa Barat dengan presentasi 76,1% berusia 14 tahun hingga 71 tahun. Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 63% responden mengalami akibat terjadinya pandemi Covid-19. Gejala cemas yang muncul pada masyarakat berdasarkan hasil Swaperiksa diantaranya khawatir akan terjadi hal yang buruk, khawatir

berlebih, emosi negatif meningkat menjadi mudah marah atau jengkel dan sulit merasa tenang (PDSKJI.org,2020).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh (Wayan et al., 2020) terkait gangguan mental yang terjadi di masa pandemi, diperoleh hasil bahwa responden yang berdomisili dengan jumlah kasus COVID-19 tertinggi salah satunya provinsi Jawa Barat mengalami tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan provinsi lainnya. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan informasi yang peneliti dapatkan dari dinas kesehatan kota Bandung yang menyatakan bahwa Kecamatan Bojongloa Kaler selama masa pandemi Covid-19 beberapa kali termasuk ke dalam zona merah dan termasuk dalam 10 kecamatan dengan kasus positif Covid-19 tertinggi di kota Bandung. Terhitung sejak bulan desember 2020 kecamatan bojongloa kaler termasuk kedalam kecamatan dengan jumlah kasus positif aktif Covid tertinggi di kota Bandung (Kurniawan, 2021). Bojongloa kaler menjadi kecamatan dengan kasus positif tertinggi dikarenakan berdasarkan apa yang disampaikan oleh humas porlestabes bandung dalam website infopolrestabesbandung.com, masih banyaknya masyarakat kecamatan bojongloa kaler yang tidak menjalankan protokol kesehatan yang dianjurkan oleh pemerintah sehingga jajaran polsek wilayah bojongloa kaler pun melaksanakan giat operasi yustisi dalam rangka penegakkan disiplin bekerjasama dengan 3 pilar dan gugus tugas Covid 19 untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar disiplin dalam menjalankan protokol kesehatan.

Informasi yang peneliti dapatkan dari dinas kesehatan kota Bandung bahwa kecamatan Bojongloa Kaler saat ini menempati posisi ke 4 tertinggi sebagai wilayah dengan kasus kecemasan tertinggi di kota Bandung. Data kecemasan yang peneliti dapatkan berdasarkan hasil survei dari UPT puskesmas Sukaparkir dan UPT puskesmas Citarip menyatakan setiap bulannya selama tahun 2020 hingga saat ini kurang lebih sebanyak 40 masyarakat mengalami gejala kecemasan. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala Puskesmas UPT Sukaparkir dan Citarip, munculnya gejala kecemasan pada masyarakat dapat terjadi karena adanya berbagai faktor seperti faktor ekonomi dan sosial. Selama masa pandemi banyak masyarakat yang terkena dampak negatif seperti penurunan pendapatan, tutupnya usaha yang dijalankan, Selain itu tidak bisa interaksi secara langsung dengan teman dan keluarga lainnya, terlalu sering membaca berita hoax, takut berlebihan akan tertular, ketidakpastian mengenai penyebab dan apa yang dapat menularkan Covid-19 juga menjadi salah satu penyebab masyarakat menjadi cemas. Terdapat beberapa gejala kecemasan yang muncul terkait kecemasan pada masyarakat bojongloa kaler selama tahun 2020 ketika situasi pandemi Covid-19 melalui hasil pengukuran alat ukur SRQ (Self-Reporting Questionnaire) yang terdiri dari 29 pertanyaan, diantaranya gejala kecemasan seperti sakit kepala, nafsu makan menurun, tidur tidak nyenyak, takut berlebihan tetapi diantara mereka tidak tahu pasti apa yang ditakutkannya, khawatir akan kematian, gemetar, gangguan pencernaan, sulit berpikir jernih, sulit menikmati aktivitas

sehari-hari, kehilangan minat, dan khawatir berlebihan hingga stress akibat terkena PHK dan mengalami penurunan pendapatan. Gejala kecemasan tersebut sebagian besar dialami oleh masyarakat kecamatan bojongloa kaler pada usia 17-40 tahun. Berdasarkan teori hurlock, masa ini dapat dikatakan masa yang penuh dengan ketegangan yang mempengaruhi emosinya seperti ketakutan dan kekhawatiran yang muncul pada diri seseorang akan tergantung pada penyesuaian persoalan yang sedang ditemui (Hurlock, 1966).

Kecemasan adalah perasaan khawatir yang tidak menentu disertai dengan adanya perasaan tidak pasti, terisolasi, tidak berdaya, dan tidak aman (Stuart G. W., 2013). Tinggi rendahnya kecemasan dalam menghadapi permasalahan juga tergantung pada masalah kondisi psikologis seseorang, salah satunya kesabaran. Semakin tinggi tingkat kesabaran yang dimiliki oleh seseorang, maka akan semakin kukuh ketika menghadapi kesulitan yang terjadi dalam kehidupan seseorang sehingga tidak menyebabkan munculnya gangguan kesehatan mental seperti kecemasan pada masyarakat (Yusuf, 2020). Hal ini tampak dari sikap masyarakat bojongloa kaler dalam merespon pandemi covid-19, berdasarkan apa yang disampaikan humas porlestabes bandung dalam website infopolrestabesbandung.com bojongloa kaler, jajaran polsek bojongloa kaler melaksanakan giat operasi yustisi dalam rangka penegakkan disiplin bekerjasama dengan 3 pilar dan gugus tugas covid 19 karena masih banyaknya masyarakat yang tidak patuh dalam menjalankan protokol kesehatan di wilayah kecamatan Bojongloa Kaler kota Bandung ketika berada dalam situasi sulit dimasa pandemi, diantaranya dengan banyak mengeluh dan memberikan respon negatif seperti takut akan hal yang tidak pasti hingga panik dan khawatir berlebih serta terdapat juga masyarakat yang putus asa hingga menyalahkan pemerintah dan melanggar aturan yang diberikan oleh pemerintah untuk mengurangi penularan covid-19, seperti tidak memakai masker, tidak mencuci tangan, serta tidak menjaga jarak. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kesabaran masyarakat kurang dalam mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan dalam masa pandemi covid-19.

Konsep sabar menurut (Yusuf, 2020), seseorang dikatakan sabar apabila mampu untuk mengatur serta mengendalikan pikiran, perasaan dan perbuatan disertai dengan adanya pengetahuan yang dimiliki dalam mengatasi kesulitan secara luas dan integratif berdasarkan pada etika dan moral. Sabar dapat dijadikan bekal bagi orang dalam menjalankan kehidupannya apabila mampu menahan lidah agar tidak mengeluh (Yusuf, 2020). Jika dikaitkan dengan fenomena pandemi yang terjadi saat ini, banyaknya masyarakat yang tidak mampu menahan lidah untuk tidak mengeluh, ditandai dengan merespon pandemi dengan rasa takut dan khawatir berlebih akan hal-hal yang tidak pasti, menghadapi pandemi dengan panik berlebih, putus asa menghadapi pandemi sehingga tidak berupaya untuk mencegah dirinya agar tidak terkena virus Covid-19 sehingga masyarakat dapat dikatakan masih kurangnya

kesabaran pada masyarakat karena apabila masyarakat dapat bersabar yang ditandai dengan mampu mengendalikan pikiran, perasaan dan tindakan selama menghadapi situasi pandemi covid-19, maka ketika menghadapi situasi pandemi covid-19 perilaku masyarakat dapat lebih terkontrol dan dikelola dengan baik sehingga tidak menimbulkan gangguan kecemasan. Sesuai dengan pengertian sabar Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, seseorang dikatakan sabar apabila dapat menahan diri dari rasa gelisah, dan nafsu amarah, menahan lidah untuk tidak berkeluh kesah, menahan anggota tubuh agar terhindar dari kekacauan (Yusuf, 2020). Konsep sabar dapat dikaitkan dengan aktivitas keagamaan yang dilakukan seseorang, dimana penerapan sikap sabar merupakan perilaku penting yang diajarkan dalam seluruh agama yang harus dijalankan karena dalam setiap agama diajarkan bagaimana mengatasi permasalahan yang ada dalam kehidupan salah satunya dengan menerapkan perilaku sabar, apabila seseorang benar-benar meyakini agamanya dengan menerapkan apa yang diajarkan dalam agamanya masing-masing maka akan lebih mengendalikan diri, pikiran dan perasaan agar terhindar dari rasa gelisah, nafsu amarah, dan keluh kesah dalam menjalankan kehidupannya, sehingga terhindar dari gangguan kondisi mental salah satunya kecemasan sebagaimana penelitian yang dilakukan (Prabowo & Subarkah, 2020) mengatakan semakin baik aktivitas keagamaan seseorang maka semakin baik pula kesehatan mental yang dimiliki..

Berdasarkan pemaparan tersebut maka tujuan dari penelitian ini adalah Untuk memperoleh gambaran empiris kesabaran dan kecemasan serta untuk menguji pengaruh kesabaran terhadap kecemasan dalam kaitan dengan situasi pandemi covid-19 pada kelompok usia Dewasa Awal di Kecamatan Bojongloa Kaler sehingga dapat menjadi landasan untuk intervensi dalam menurunkan kecemasan.

II. METODOLOGI

A. Kesabaran

Menurut Umar Yusuf (2020) Sabar yaitu kemampuan untuk mengatur serta mengendalikan pikiran, perasaan dan tindakan dalam mengatasi kesulitan secara luas dan integratif berdasarkan pada etika dan moral. Terdapat 3 aspek penting yang terkandung dalam perilaku sabar (Yusuf, 2020), yaitu :

1. Teguh pada Pendirian, yaitu keyakinan dan sikap seseorang ketika menjalankan kehidupan serta berusaha untuk mencapai apa yang diinginkannya.
2. Tabah, yaitu kekuatan dalam menghadapi cobaan, bahaya, ujian dan kesulitan ketika menjalani kehidupan.
3. Tekun, yaitu giat dan sungguh-sungguh dalam melaksanakan pekerjaan meskipun mendapat berbagai hambatan dan rintangan

B. Kecemasan

Menurut Gail W. Stuart kecemasan adalah perasaan

khawatir yang tidak menentu disertai dengan adanya perasaan tidak pasti, terisolasi, tidak berdaya, dan tidak aman (Stuart G. W., 2013). Terdapat beberapa aspek dalam kecemasan (Stuart, 2013), yaitu :

1. Fisiologis, meliputi gejala somatik, sensori, kardiovaskular, pernapasan, gastrointestinal, genitourinari dan otonom.
2. Perilaku, meliputi gejala gelisah, tegang fisik, gemetar tidak terkendali, mudah merasa kaget, kurang koordinasi, menarik diri, inhibisi, lari dari masalah, menghindari, hiperventilasi dan sangat waspada.
3. Kognitif, meliputi gejala konsentrasi buruk, perhatian mudah terganggu, mudah lupa, salah dalam memberi penilaian, preokupasi, hambatan dalam berpikir, persepsi menurun, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, hilangnya objektivitas, takut kehilangan kendali, takut kematian, kilas balik dari mimpi buruk.
4. Afektif, meliputi gejala mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, gugup, waspada, ketakutan, khawatir, mati rasa, merasa bersalah dan malu.

Terdapat Faktor internal yang mempengaruhi kecemasan menurut Stuart (2013) :

1. Usia

Usia muda akan rentan mengalami kecemasan dibandingkan usia lebih tua. Hal ini dikarenakan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh kematangan. Semakin tua usia seseorang semakin matang kemampuan adaptasi dalam menyelesaikan masalah sehingga sukar untuk mengalami kecemasan.

2. Tingkat Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah seseorang menangkap informasi baru dan mampu berpikir secara rasional.

3. Jenis Kelamin

Wanita lebih sering mengalami kecemasan daripada pria. Hal ini dikarenakan wanita lebih peka terhadap emosi sehingga mempengaruhi perasaan cemas.

C. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan adalah kausalitas dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh antara variabel independen yaitu Kesabaran (X) terhadap variabel dependen yaitu Kecemasan (Y)

D. Partisipan penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat dewasa awal di kecamatan Bojongloa Kaler. Sampel Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah masyarakat dewasa awal di kecamatan bojongloa kaler yang berusia 18-40 tahun. Subjek berjumlah 400 orang yang dipilih menggunakan convenience sampling.

E. Metode Pengambilan data dan Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui google form dengan menggunakan alat ukur alat ukur Kesabaran dari konsep Umar Yusuf (2021) dan Alat Ukur Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dari Max Hamilton yang sudah diadaptasi ke bahasa Indonesia Oleh Iwan Muhammad Ramdan (2018).

III. PEMBAHASAN DAN DISKUSI

A. Pengaruh Kesabaran Terhadap Adiksi Kecemasan

TABEL 1. HASIL UJI ANALISIS REGRESI LINIER SEDERHANA

Model	unstandardized Coefficients			
	B	Std.Error	t	sig
1 (constant)	42.013	3.142	13.371	.000
var_Kesabaran	-,191	,023	8.436	.000

Berdasarkan tabel 1, konstanta sebesar 42,013 memiliki arti bahwa nilai konsistensi variabel Kecemasan sebesar 42,013 dengan koefisien regresi bersifat negatif sebesar -0,191 yang menyatakan bahwa penambahan 1% nilai Kesabaran maka Kecemasan akan berkurang sebesar 0,191. Dan berdasarkan hasil perhitungan nilai t_{hitung} sebesar 8,436 lebih besar dari nilai t_{tabel} 1,672 dengan nilai sigifikansi $0,00 < 0,05$. nilai signifikansi dapat disimpulkan bahwa variabel Kesabaran (X) berpengaruh terhadap variabel Kecemasan (Y).

TABEL 2. KOEFISIEN DETERMINASI

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.389 ^a	.152	.150	10.19592

Tabel 2 menjelaskan bahwa besarnya nilai hubungan (R) yaitu sebesar 0,389. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,152 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (Kesabaran) terhadap variabel terikat (Kecemasan) adalah sebesar 15,2%. Sedangkan sisanya sebesar 84,8% lainnya merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak diteliti.

TABEL 3. HASIL PENGUKURAN PENGARUH ASPEK VARIABEL KESABARAN TERHADAP KECEMASAN

Model		Standardized Coefficients	Correlations
		Beta	Zero-order
1	Teguh	-.254	-.459
	Tabah	-.196	-.453
	Tekun	-.039	-.424

Berdasarkan output di atas dilakukan perhitungan sebagai berikut:

Pengaruh X_1 (Teguh) terhadap $Y = -0,254 \times -0,459 =$

0,116 atau 11,6%

Pengaruh X_2 (Tabah) terhadap $Y = -0,196 \times -0,453 = 0,089$ atau 8,9%

Pengaruh X_3 (Tekun) terhadap $Y = -0,039 \times -0,424 = 0,016$ atau 1,6%

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, terlihat bahwa aspek Teguh (X_1) memberikan pengaruh paling besar terhadap Kecemasan (Y) dengan pengaruh yang diberikan sebesar 0.116 (11,6%) dan yang berpengaruh paling rendah aspek Tekun (X_3) sebesar 0.016 (1,6%).

B. Gambaran Kesabaran dan Kecemasan

TABEL 4. REKAPITULASI HASIL PENGUKURAN RESPONDEN VARIABEL KESABARAN

No	Kesabaran	Frekuensi	%
1	Rendah	124	31
2	Tinggi	276	69
Total		400	100

Tabel 4 menjelaskan rekapitulasi hasil pengukuran responden terhadap variabel kesabaran, diketahui bahwa 276 orang dikategorikan memiliki kesabaran yang tinggi dan 124 orang dikategorikan memiliki kesabaran yang rendah. Masyarakat dengan tingkat kesabaran tinggi memiliki kekuatan untuk mengarahkan dirinya kepada segala bentuk yang bermanfaat bagi dirinya, serta dapat mengarahkan dirinya untuk mencegah hal yang dapat merugikan dirinya salah satunya kecemasan. Konsep sabar dalam teori (Yusuf, 2020) berhubungan dengan pengetahuan dan keyakinan dalam melakukan aktivitasnya, Ketika seseorang mampu mengarahkan dirinya dalam menghadapi pandemi covid-19 misalnya dengan memiliki pengetahuan mengenai pandemi Covid-19 sehingga mengetahui apa yang harus dilakukan dalam menghadapi pandemi dengan mengikuti aturan pemerintah dalam upaya mencegah penyebaran virus Covid-19, taat kepada Allah SWT dalam beribadah, maka seseorang akan terhindar dari segala bentuk yang merugikan dirinya seperti perasaan cemas dan khawatir yang berlebihan.

TABEL 5. REKAPITULASI HASIL PENGUKURAN RESPONDEN VARIABEL KECEMASAN

No	Kecemasan	Frekuensi	%
1	Rendah	311	77,75
2	Tinggi	89	22,25
Total		400	100

Tabel 5 menjelaskan rekapitulasi hasil pengukuran responden terhadap variabel kecemasan, diketahui bahwa 311 orang dikategorikan memiliki kecemasan yang rendah dan 89 orang dikategorikan memiliki kecemasan yang tinggi. Masyarakat kecamatan bojongloa kaler menunjukkan bahwa mayoritas mengalami tingkat kecemasan rendah dimana adanya perasaan tegang dalam menjalankan aktivitas sehari-hari yang membuat diri seseorang menjadi lebih waspada tetapi masih dapat berpikir rasional sehingga perasaan rasa gelisah dan

khawatir berlebih masih dapat terkendali.

C. Tabulasi Silang

TABEL 6. TABULASI SILANG KESABARAN DENGAN KECEMASAN

Kesabaran	Kecemasan		Total
	Rendah	Tinggi	
	Rendah	73	
Tinggi	238	38	276
Total	311	89	400

Berdasarkan Tabel 6, diperoleh bahwa responden yang memiliki tingkat kesabaran rendah dan kecemasan rendah berjumlah 73 orang dan responden yang memiliki tingkat kesabaran rendah dan kecemasan tinggi berjumlah 51 orang Responden dengan tingkat kesabaran tinggi dan kecemasan rendah berjumlah 238 orang dan responden dengan tingkat kesabaran tinggi dan kecemasan tinggi berjumlah 38 orang Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa kesabaran tinggi berkaitan dengan rendahnya kecemasan. Hasil tersebut Sejalan dengan konsep sabar umar yusuf dan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ernawati (2009) dan zulhami(2016) bahwa sabar sangat relevan dengan kesehatan mental salah satunya kecemasan. Apabila seseorang bersabar dalam menghadapi kesulitan dan musibah dalam kehidupan, serta bersabar dalam gangguan yang terjadi, bersabar dalam beribadah dan taat kepada Allah SWT, maka mentalnya akan sehat terhindar dari masalah kesehatan mental seperti kecemasan.

TABEL 7. TABULASI SILANG AKTIVITAS KEAGAMAAN DENGAN KECEMASAN

Aktivitas Keagamaan	Kecemasan		Total
	Rendah	Tinggi	
	Secara Rutin	238	
Kadang-kadang	73	37	110
Tidak pernah	0	2	2
Total	311	89	400
	77,75%	22,25%	100%

Tabel 7 menunjukkan bahwa responden yang melakukan aktivitas keagamaan secara rutin dan kecemasan rendah berjumlah 238 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 50 orang. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan bahwa semakin rutin aktivitas keagamaan semakin rendah tingkat kecemasan. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Prabowo & Subarkah, 2020) menyatakan bahwa aktivitas keagamaan memiliki hubungan dengan kesehatan mental, dimana semakin baik aktivitas keagamaan yang dilakukan seseorang maka semakin baik pula kesehatan mental yang dimiliki.

TABEL 8. TABULASI SILANG JENIS KELAMIN DENGAN KECEMASAN

L	Kecemasan		Total
	Rendah	Tinggi	
	112	35	147

Jenis Kelamin	P	199	54	253
Total		311	89	400

Tabel 8 menunjukkan bahwa berdasarkan responden yang berjenis kelamin laki-laki yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 112 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 35 orang. Responden dengan jenis kelamin perempuan yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 199 dan kecemasan tinggi berjumlah 54. Hasil perhitungan tersebut menunjukkan kecemasan pada masyarakat bojongloa kaler baik pada responden perempuan maupun laki-laki berada pada tingkat kecemasan rendah yang dimana menurut teori stuart pada seseorang dengan kecemasan rendah terjadi peningkatan kewaspadaan pada seseorang yang memotivasi individu untuk belajar mengatasinya dengan melihat, mendengar lingkungan sekitar sehingga tidak menimbulkan kecemasan tingkat tinggi. sedangkan tingkat kecemasan tinggi pada masyarakat dengan jenis kelamin perempuan terjadi karena hormon pada wanita berperan terhadap sensitivitas emosi, sehingga perempuan lebih peka terhadap emosi sehingga akan menimbulkan perasaan lebih cemas.

TABEL 9. TABULASI SILANG TINGKAT PENDIDIKAN DENGAN KECEMASAN

Tingkat pendidikan	Kecemasan		Total
	Rendah	Tinggi	
	SD	5	
	71,73	28,57	100
SMP	11	3	14
	78,57	21,43	100
SLA	98	31	129
	75,96	24,04	100%
DIPLOMA	48	14	62
	77,42	22,58	100%
S1	148	39	187
	88,24	11,76	100
S2	2	0	2
	100	0	100
Total	311	89	400
	77,75	22,25	100

Tabel 9 menunjukkan responden dengan tingkat pendidikan SD yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 5 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 2 orang. Responden dengan tingkat pendidikan SMP yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 11 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 3 orang. Responden dengan tingkat pendidikan SLA yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 98 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 31 orang. Responden dengan tingkat pendidikan DIPLOMA yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 48 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 14 orang. Responden dengan tingkat pendidikan S1 yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 148 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 39 orang. Responden dengan tingkat pendidikan S2 yang memiliki kecemasan rendah berjumlah 2 orang dan kecemasan tinggi berjumlah 0 orang. Menurut teori (Stuart G. W., 2013) tingkat kecemasan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, berdasarkan hasil penelitian yang telah

dilakukan, ditemukan bahwa responden didominasi oleh tingkat pendidikan Diploma dan S1 dimana kecemasan berada pada tingkat rendah. Dalam konsep teori stuart tingkat pendidikan memiliki keterkaitan dengan kemampuan seseorang dalam berpikir, sehingga semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah seseorang dalam menangkap informasi dan berpikir sehingga ketika dalam menghadapi kesulitan mereka akan disertai pengetahuan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan diskusi, maka dapat disimpulkan :

1. Kecemasan dipengaruhi sebesar 15,2% oleh variabel Kesabaran. Hal tersebut mengartikan bahwa sisanya sebesar 84,8% lainnya merupakan pengaruh dari variabel lain yang tidak diteliti.
2. Kesabaran masyarakat pada kelompok usia dewasa awal kecamatan bojongloa kaler mayoritas berada pada kategori tinggi.
3. Kecemasan masyarakat pada kelompok usia dewasa awal kecamatan bojongloa kaler mayoritas berada pada kategori rendah.
4. Aspek Teguh memberikan kontribusi paling dominan terhadap kecemasan dengan pengaruh yang diberikan sebesar 11,6% dan yang memberikan pengaruh paling kecil adalah aspek tekun sebesar 1,6%.

ACKNOWLEDGE

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berkontribusi sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan dan diselesaikan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 93-99.
- [2] Aziz, A. (2020, 04 23). Retrieved from pdkji.org.
- [3] B. S., & Sadock, V. (2007). *Kaplan & Sadock's Synopsis of psychiatry*. Philadelphia: lippincott Williams&Wilkins.
- [4] Dr. Ulber Silalahi, M. (2017). *Metode Penelitian Sosial Kuantitatif*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- [5] Ernawati, S. (2009). Konsep Sabar menurut M. Quraish Shihab dan hubungannya dengan kesehatan Mental. Doctoral Dissertation, IAIN Walisongo.
- [6] Fitria, I., & ifdil, I. (2020). Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 . *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1-4.
- [7] Hatta, R. T. (2020). Alasan WHO Tetapkan Virus Corona COVID-19 sebagai Pandemi. Jakarta: [Liputan6.com](https://liputan6.com).
- [8] Hurlock, E. (1966). *Psikologi Perkembangan suatu kehidupan sepanjang rentang kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- [9] Konghoiro, I., Kartasmita, S., & Subroto, U. (2018). Penerapan Group Gestalt Therapy Bagi Warga Binaan Lapas Narkotika X Yang Mengalami Kecemasan Menjelang Bebas. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*.

- [10] Kurniawan, I. (2021, juni 30). Retrieved from [Prfmnews.pikiran-rakyat.com: https://prfmnews.pikiran-rakyat.com/bandung-raya/pr-132142173/10-kecamatan-konfirmasi-aktif-tertinggi-di-kota-bandung-per-30-juni-2021-bojongloa-kaler-posisi-pertama](https://prfmnews.pikiran-rakyat.com/bandung-raya/pr-132142173/10-kecamatan-konfirmasi-aktif-tertinggi-di-kota-bandung-per-30-juni-2021-bojongloa-kaler-posisi-pertama)
- [11] (2021). Pelaksanaan Operasi Yustisi Inpres No.6 Tahun 2020 Polsek Bojongloa Kaler Polrestabes Bandung. infopolrestabesbandung.com.
- [12] Prabowo, D. (2020). Jumlah Bertambah, 19 Pasien di Indonesia Positif Virus Corona. . [Kompas.com](https://kompas.com).
- [13] Pranita, E. (2020). 6 Masalah Psikologis yang Paling Banyak Muncul Akibat Pandemi Covid-19. [Kompas.com](https://kompas.com).
- [14] Ram, N., & Gerstorf, D. (2009). Time-structured and net intraindividual variability: Tools for examining the development of dynamic characteristics and processes. *Psychology and Aging*, 778-791.
- [15] Rohmah, U. (2012). Resiliensi dan Sabar sebagai Respon Pertahanan Psikologis dalam Menghadapi Post-Traumatic. *Ilmu Dakwah: Academic Journal For Homiletic Studies*, 312-330.
- [16] Sarah, B., lara, r., Nandana, S., & Jones, N. (2020). Severe Mental Illness and risk from COVID-19.
- [17] Savage, M. (2020, oktober 29). Covid-19 has increased anxiety for many of us, and experts warn a sizable minority could be left with mental health problems that outlast the pandemic. Retrieved from www.bbc.com.
- [18] Stuart, G. W. (2013). *PRINCIPLES AND PRACTICE OF PSYCHIATRIC NURSING*, 10th edition. Charleston, South Carolina: ELSEVIER.
- [19] Torales, J., O'Higgins, M., Castaldelli-Maia, J. M., & Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, Vol. 66(4) 317-320.
- [20] Wayan, S., Bondan, S., & Listiono. (2020, 07 21). Gangguan Kesehatan Mental Meningkatkan Tajam di Masa Pandemi COVID-19? Retrieved from [SurveyMeter: https://surveymeter.org/](https://surveymeter.org/)
- [21] Yusuf, U. (2020). Sabar sebagai Psychological Strength Untuk Mencapai Kesuksesan. Jakarta: S I R A J A.
- [22] Zulhammi. (2016). Tingkah Laku Sabar Relevansinya dengan Kesehatan Mental. *Jurnal Darul Ilmi*.
- [23] Triutama Aryo, Yanuviant Milda. (2021). *Profil Kepribadian Gamers Esports Dota 2 di Kota Bandung*. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 1-6.