

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN PARA ORANGTUA DI MASA PANDEMI COVID-19

Dedes Anuari¹, Arri Handayani², Farikha Wahyu Lestari³

Universitas PGRI Semarang^{1,2,3}

email: dedesanuari28@gmail.com¹, arrihandayani@upgris.ac.id², farikha@upgris.ac.id³

Abstrak

Kecemasan merupakan perasaan gelisah dan khawatir yang disebabkan oleh sesuatu hal yang belum jelas sehingga menimbulkan perasaan takut dan tidak nyaman baik emosi maupun sensasi fisik. Pandemi Covid19 mempengaruhi kecemasan para orangtua bukan hanya dari segi kesehatan fisik saja, melainkan dari kesehatan mental juga. Khususnya dampak bagi para orangtua, karena dengan kemunculan virus ini tidak sedikit para orangtua yang kehilangan pekerjaan, usahanya bangkrut atau anaknya yang terkena PHK namun sulit untuk pulang ke kampung halaman, sehingga orangtua mencemaskan nasib anaknya. Tempat ibadah sepi, aktivitas dibatasi termasuk sekolah. Jenis penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dan permasalahan yang diungkap dalam penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan masyarakat khususnya bagi orangtua pada masa pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil analisis penelitian data menunjukkan bahwa faktor yang paling utama berpengaruh terhadap kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19 ini yaitu faktor masalah kesehatan fisik, faktor yang kedua yaitu rasa tidak percaya diri atau pesimis, ketiga faktor pikiran yang tidak rasional, keempat adalah faktor akses informasi yang tidak mengenakkan, selanjutnya faktor kelima yaitu tingkat religiusitas yang rendah, faktor keenam ada faktor pengalaman negatif di masa lalu, selanjutnya faktor kehidupan atau kebiasaan sehari-hari dan terakhir faktor yang kurang berpengaruh terhadap kecemasan orangtua di masa pandemi Covid19 yaitu faktor kurangnya dukungan sosial.

Kata Kunci: faktor, kecemasan, pandemi, Covid-19.

Abstract

Anxiety is a feeling of anxiety and worry caused by something that is not yet clear, causing feelings of fear and discomfort both emotionally and physically, because with the emergence of this virus, not a few parents lost their jobs, their businesses went bankrupt or their children were laid off, but it was difficult to return to their hometowns, so parents were worried about their children. Places of worship were quiet, activities were limited, including schools. Revealed in this study aims to describe the factors that influence people's anxiety, especially for parents during the Covid-19 pandemic. Based on the results of data research analysis, it shows that the most important factor influencing parents' anxiety during the Covid19 pandemic is the physical health problem, the second factor is insecurity or pessimism, the third is irrational thinking, the fourth is access to information. Unpleasant, then the fifth factor is the low level of religiosity, the sixth factor is the negative experience factor in the past, then the factor of life or daily habits and finally the factor that has little effect on parental anxiety during the Covid19 pandemic, namely the factor of lack of social support.

Keywords: factor, anxiety, pandemic, Covid-19.

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah sebuah perasaan yang tidak mudah, khawatir, atau kondisi yang melibatkan suatu emosi maupun sensasi fisik yang mungkin kita alami saat mengalami takut atau gugup terhadap sesuatu (Pamungkas & Anta, 2015:3). Perasaan cemas merupakan hal normal yang pasti semua orang mengalaminya. Bagi sebagian orang hal ini merupakan hal biasa atau bahkan menjadi bermanfaat untuk melangkah ke depan, namun bagi sebagian orang juga kecemasan merupakan hal yang sangat mengganggu terhadap kegiatan sehari-hari seperti saat bekerja, belajar, sulit tidur, tidak nafsu makan, bahkan sampai mengganggu kesehatan mental dan fisik.

Pada saat ini dunia sedang mengalami pandemi virus corona atau Coronavirus disease (COVID-19). Virus ini muncul menggemparkan dunia pada awal 2020. Hingga saat ini sudah banyak daerah bahkan negara yang terdampak virus corona termasuk Indonesia. Menurut data WHO per tanggal 25 Juli 2020 jumlah negara yang terinfeksi virus corona ada 216 negara dengan kasus terkonfirmasi sejumlah 15.581.009 kasus dan kasus kematian terkonfirmasi 635.173. (WHO, 2020).

Dampak dari munculnya pandemi ini bukan hanya dari segi kesehatan fisik saja, melainkan dari kesehatan mental juga. Seperti yang dimuat di berita kompas.com tanggal 26 Maret 2020. Bahwa penyebaran Covid-19 sangat cepat dan tak heran jika banyak orang yang mengalami kecemasan. Dalam sebuah survei yang dilakukan Asosiasi Psikiatri Amerika (APA) terhadap lebih dari 1000 orang dewasa di Amerika Serikat bahwa ada 48 persen yang merasa cemas tertular Covid-19, 40 persen mereka mengkhawatirkan sakit berat atau bahkan meninggal karena Covid-19, dan 62 persen mengkhawatirkan keluarganya terpapar Covid-19. Kecemasan terbesar responden terhadap pandemi Covid-19 ini adalah keuangan, kekurangan makanan, obat dan kebutuhan lainnya.

Pada sebuah artikel, Aji (2020) menjelaskan bahwa ada dua dampak bagi keberlangsungan pendidikan di era pandemi ini. Pertama, dampak jangka pendek yaitu banyaknya keluarga yang familiar terhadap kegiatan belajar di rumah, baik keluarga yang tinggal di desa maupun di kota. Khususnya bagi orangtua yang terlalu sibuk dengan pekerjaan, orangtua yang masih kebingungan dalam hal teknologi modern dan kondisi psikologis anak yang terbiasa belajar dengan guru secara langsung atau tatap muka. Kedua adalah dampak jangka panjang. Dampak pendidikan dari sisi waktu jangka panjang yaitu aspek keadilan dan peningkatan ketidaksetaraan antar kelompok masyarakat dan antar daerah di Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, kebanyakan para orangtua mengalami kecemasan mengenai masa depan yang tidak pasti, aktivitas yang dibatasi, kebiasaan-kebiasaan baru yang sebelumnya tidak dilakukan seperti menggunakan masker, cuci tangan dengan benar,

menggunakan *hand sanitizer*, membersihkan barang-barang dengan desinfektan, mengalami kebosanan dalam *work from home*, penurunan penghasilan, membantu anak-anak belajar di rumah. Hal ini sepertinya menjadi kejutan yang luar biasa bagi negara Indonesia.

METODE

Pendekatan yang digunakan peneliti adalah pendekatan kualitatif. Menurut Creswell (dalam Ajat Rukajat, 2018: 5) pendekatan kualitatif adalah pendekatan untuk membangun pernyataan pengetahuan berdasarkan perspektif-konstruktif (misalnya, makna-makna yang bersumber dari pengalaman individu, nilai sosial dan sejarah). Pendekatan kualitatif juga merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.

Metode yang ditempuh dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat-sifat populasi atau daerah tertentu. Dalam penelitian deskriptif cenderung mendeskripsikan suatu kejadian-kejadian dan tidak perlu mencari atau menerangkan saling berhubungan dan menguji hipotesis (Hardani, dkk, 2020: 54).

Menurut Sugiyono (2018: 222) dalam penelitian kualitatif instrumen utama adalah peneliti itu sendiri. Oleh karena itu peneliti sebagai instrumen juga harus “divalidasi” seberapa jauh peneliti kualitatif siap melakukan penelitian yang selanjutnya terjun ke lapangan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada dua macam, yakni wawancara dan observasi. Informan yang menjadi sumber data primer dalam penelitian ini yaitu para orangtua dengan rentang usia lebih dari 30 tahun dan memiliki anak yang sedang menempuh pendidikan, bekerja maupun belum bekerja atau merantau. Jumlah orangtua baik ibu maupun bapak yang akan menjadi informan dalam penelitian ini yaitu 3 orang.

Teknik pengumpulan data yang pertama pada penelitian ini adalah wawancara mendalam. Jenis wawancara yang digunakan peneliti yaitu wawancara semi terstruktur, dimana peneliti telah menyiapkan seperangkat pertanyaan tertulis tetapi tidak menyediakan alternatif jawaban seperti halnya wawancara terstruktur. Wawancara semi terstruktur berada pada posisi tengah antara wawancara terstruktur dengan wawancara tak berstruktur. Dalam melakukan wawancara, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan (Sugiyono, 2018 : 233). Wawancara digunakan untuk menggali informasi lebih lanjut tentang faktor penyebab kecemasan para orangtua di masa pandemi covid-19. Observasi digunakan kepada masyarakat untuk mengetahui faktor penyebab kecemasan masyarakat khususnya para orangtua.

Menurut Sutrisno Hadi (dalam Sugiyono, 2018 : 145) observasi merupakan suatu proses yang kompleks, yang terdiri dari proses biologis maupun psikologis. Observasi dalam penelitian kualitatif dilakukan dengan tidak berstruktur, karena fokus penelitian belum jelas. Observasi tidak terstruktur adalah observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi (Sugiyono, 2018 : 228). Dalam masa pandemi covid-19 ini, peneliti perlu melakukan observasi mengenai perilaku informan saat diwawancara, guna

mendapatkan informasi pendukung mengenai faktor penyebab kecemasan para orangtua di masa pandemi covid-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam melakukan penelitian, peneliti menentukan permasalahan yang telah ada kemudian dijadikan penelitian, lalu peneliti menentukan informan penelitian. Setelah itu peneliti mengunjungi beberapa orang untuk dijadikan sebagai informan dan meminta persetujuan dalam menentukan tempat dan waktu untuk melakukan penelitian. Pengumpulan data dilakukan sesuai dengan waktu dan tempat yang sudah ditentukan dan disetujui oleh informan seperti di rumah informan ataupun di tempat lain dengan tetap mematuhi aturan protokol kesehatan. Setelah pengumpulan data selesai, peneliti melakukan proses analisis data dan menyusun laporan.

informan yang digunakan dalam penelitian merupakan informan yang yang berusia lebih dari 30 tahun, memiliki anak yang sedang menempuh pendidikan, bekerja maupun belum bekerja atau merantau. Peneliti memilih tiga informan yaitu I1, I2, dan I3. Informan merupakan warga yang merantau di Kampung Nagrak, Desa Sukadami, Kecamatan Cikarang Selatan Kabupaten Bekasi.

Temuan hasil penelitian yang telah dilakukan, ditemukan hasil yang menunjukkan bahwa adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan para orangtua di masa pandemi covid 19. Untuk memperjelas temuan hasil penelitian, maka data yang diperoleh peneliti akan diuraikan dalam tabel seperti berikut ini :

Tabel 1. Informan 1 (I1)

Indikator	Sub Indikator	Data yang diperoleh	Kalimat Informan
Internal	Tingkat religiusitas yang rendah	Kondisi dan situasi yang jauh berbeda ketika melakukan kegiatan ibadah dalam masa pandemi Covid19 dibandingkan sebelum adanya pandemi.	Tentunya ini kan pengaruh besar ya, yang biasanya kita kan suka ikut pengajian atau mungkin apa ya suka ada pertemuan-pertemuan keluarga kaya gitu kan pastinya sekarang dibatasi itu satu, keduanya juga kita agak takut juga kan kalau untuk masuk di ranah orang banyak. Apalagi kalo mau umroh jadinya susah banget.

	Tidak percaya diri atau pesimis	Merasa tidak nyaman karena kegiatan yang biasa dilakukan di luar rumah menjadi terhambat, merasa takut dan cemas ketika informan maupun anggota keluarga berada di keramaian.	Gak enak lah pastinya, hal penting untuk senang kan silaturahmi, apalagi salah satunya itu, keduanya juga kegiatan kita yang memang banyak kan diluar rumah, itu jelas itu pengaruh besar karena kan memang saya bekerja bergerak di luar ya, kerjanya di luar gitu tapi ya karena memang udah waktunya begini dan memang semuanya ngalamin ya mau nggak mau kita harus menerima dan sabar. Agak takut juga sih kalo di tempat ramai, tapi ya kembali lagi Bismillah Insya Allah kalau memang itu ujian.
	Pengalaman negatif di masa lalu	Menjauhi keramaian agar tidak terpapar virus Covid19, minum vitamin, makan makanan bergizi dan saling memberi informasi yang bermanfaat juga menjaga jarak dengan orang yang terpapar virus Covid19	Kita saling berbagi aja, saling menasehati, berbagi cerita sama keluarga, berbagi info terutama kan untuk anak-anak yang belum tahu ya dikasih tahu supaya bisa pakai masker salah satunya, sama minum vitamin terus jauhin juga keramaian yang terlalu berdesak-desakan kayak gitu sama banyakin makan makanan sehat dan istirahat aja, kalau itunya kurang berarti otomatis asupan gizinya memang kurang kan, terus kalo

			<p>nggak bahagia dari situ kan imun kita bisa turun juga. Memang harus seneng, benar-benar seneng bareng anak-anak ataupun keluarga kita gitu biar imun tetap stabil.</p>
	<p>Pikiran yang tidak rasional</p>	<p>Dalam satu rumah, semuanya terpapar virus Covid19. Merasa minder dijauhi oleh sekeliling dan merasa cemas, takut serta khawatir akan kematian.</p>	<p>Udah ngerasain saya Mbak, jadi rasanya nggak enak banget apalagi saya kan kenanya sekeluarga, tapi kembali lagi ya karena nggak sendiri jadi kita juga memang harus benar-benar paham bahwa penyakit yang sekarang lagi di alamin itu orang lain juga ngalamin. Salah satunya juga dari kita aja yang ceroboh mungkin kita makan buru-buru nggak pakai cuci tangan terus kalau namanya kita orang muslim itu seharusnya kita juga harus ada ibadah yang teratur, itu jaga kebersihan kan salah satunya yang untuk mencegah tapi ternyata kami kena korona, ya kembali lagi ya harus ikhlas sabar sama berdoa sambil diobatin. Yang paling saya khawatirin sih suami saya Mbak, soalnya dia paling parah sampe gamau makan 3 hari Mbak, ya Allah saya pikirannya udah kemana,</p>

			<p>sampe-sampe saya udah pesen kain kafan ke temen saya Mbak. Tapi alhamdulillah dikasih sehat lagi.</p>
Eksternal	Akses Informasi yang tidak mengenakan kan	Berita dan informasi yang berlebihan membuat I1 merasa panik dan takut, merasa cemas jika selalu mendapat informasi tentang varianbari Covid19.	<p>Masalah sih, itu yang sebenarnya yang bikin kita orang-orang makin panik dan takut dengernya, apalagi misal punya penyakit bawaan kan itu juga bikin bapak, anak dan keluarga pasti khawatir juga karena itu menyerangnya nggak yang lansia aja yang anak kecil, yang muda, yang tua. Kalau udah kena sekali kalau ada lansia atau orang yang punya penyakit bawaan ada rasa cemas khawatir dan lain sebagainya, takutlah pokoknya.</p>
	Masalah kesehatan fisik	Kondisi kesehatan yang semakin memburuk ketika terpapar virus Covid19 dan merasa dijauhi oleh orang disekitarnya.	<p>Pada saat kena covid, yang kena aja dulu ya memang ngedrop banget karena kan pasti dijauhin sama orang-orang. Cuman itu yang kalau menurut saya itu penyemangat terbesar Itu ya keluarga, itu paling penting. Kalau keluarga supportnya luar biasa itu jauh lebih besar khasiatnya ketimbang makanan yang sudah tersedia misalnya vitamin</p>

			<p>dan lain sebagainya itu nggak nggak bakal ada artinya menurut saya kalau kita nggak bahagia. Support aja support sama doain kita aja. Jadi kalau udah banyak yang suport dan kita jadi lebih senang dan tenang itu lebih merasa bahagia, kalau kita bahagia itu lambat laun juga bakalan cepat sembuhnya gitu.</p>
	<p>Kehidupan atau kebiasaan sehari-hari</p>	<p>Menjaga kebersihan dengan ketat, minum vitamin dan cuci tangan, berjemur, selain itu I1 merasa tertantang meskipun cukup sulit dalam mendampingi anak yang sedang berkegiatan belajar online dan merasa terbebani dengan adanya PPKM.</p>	<p>Harus hati-hati sih, yang tadinya kita suka lupa untuk cuci tangan, lupa untuk ngobrol sama orang nggak pakai masker terus kita lupa juga kalau tidur cukup istirahat sama pikiran positif itu nggak bisa diremehin. Jadi sekarang emang lebih ketat kebersihannya daripada sebelum ada covid ini. Kalo anak lagi belajar online kita kasih semangat aja sama anak, sekarang kalau anak yang belajar online itu kan cepet bosan terus nyepelein pelajaran dari gurunya karena nggak ngelihat langsung jadinya gimana gitu ya, jadi anak lebih cuek gitu sama belajar. Kita harus lebih sabar ngadepinnya, kalau kita memang ngalamin</p>

			kesulitan ya paling saya ngobrol sama bapaknya biar anak saya belajarnya gak males gitu. Jadi harus saya yang semangatnya ditambahin gitu. Tapi harusnya gak usah PKKMM juga sih menurut saya mah, karena jadi mengurangi aktivitas banget gitu, jadi aktivitas yang biasanya dilakukan di luar jadi terhambat.
	Kurangnya dukungan sosial	Merasa sedih karena tidak dapat bertemu secara langsung dengan keluarga yang jauh.	Baik, cuma itu agak sedih sih karena terbatas ya, lewat medsos aja gitu nggak bisa silaturahmi ketemu langsung.

Tabel 2. Informan 2 (I2)

Indikator	Sub Indikator	Data yang diperoleh	Kalimat Informan
Internal	Tingkat religiusitas yang rendah	Merasa kurang melakukan kegiatan ibadah secara langsung.	Ya kalau saya mah seperti biasa Mbak, misalnya shalat lima waktu gitu terus ikut acara pengajian kalau ada ya ikut tapi kalau sekarang mah jarang banget adanya bahkan nggak ada pengajian biasanya kan sebelum korona itu pengajian banyak di mana-mana. Paling nonton ceramah lewat youtube Mbak. Jadi sekarang mah kegiatan ngaji tuh jadi kurang banget.

	Tidak percaya diri atau pesimis	Merasa lebih parno dan khawatir saat di keramaian dan merasa serba dibatasi dengan adanya vaksinasi, PCR dan tes lainnya.	Kalau saya misalnya pergi ke pasar itu kan rame, saya kadang suka parno juga sih lihat kanan-kiri gitu kalau dekat sama orang kadang jadi agak nggak mau soalnya takut orangnya mungkin lagi sakit atau lagi flu kita jaga-jaga aja sih. Nggak karuan sih Mbak kalau menurut saya keadaannya jadi nggak enak serba dibatasi kesana nggak boleh kesini nggak boleh, jadi mau melakukan kegiatan apapun yang diluar rumah serba nggak boleh jadi tidak nyaman seperti dulu. Harus vaksin dulu lah harus PCR dulu lah ribet lah pokoknya.
	Pengalaman negatif di masa lalu	Merasa kaget, takut dan khawatir apabila ada orang yang dikenal terpapar virus Covid19	Ya pastinya saya bakalan kaget mungkin ya dan khawatir juga takutnya sakitnya lama gitu, terus takutnya pasti banyak orang yang menjauh dari dia yang terkena virus corona. Jadi saya sebagai orang yang kenal dengan dia pastinya harus saling support lah saling bantu minimal terus menjalin komunikasi lewat Whatsapp, menyemangati biar cepat sembuh.

	Pikiran yang tidak rasional	Merasa sedih jika terpapar virus Covid19 dan merasa tidak enak jika dijauhi oleh orang disekitarnya.	Tapi kalau misalnya tertular virus corona ya mungkin pastinya saya ngerasa sedih ya Mbak harus jaga jarak dari yang lain supaya yang lain juga tidak terkena corona. Terus yang paling penting adalah saya menjaga jarak dari anak-anak Saya, dari keluarga saya supaya mereka nggak tertular. Ya enggak enak sih kalau di jauhin. Tapi kan keadaannya memang kayak gini jadi ya udahlah ya dimaklumi aja, kalau memang mereka nggak mau ngedeketin saya karena saya sedang flu atau batuk ya mungkin karena mereka takut terkena virus corona.
Eksternal	Akses Informasi yang tidak mengenakan kan	Tidak ingin menonton atau tidak mau mendengarkan berita tentang virus Covid19 karena akan menjadi lebih takut dan khawatir dari sebelumnya	Saya mah kalau ada berita-berita tentang virus covid itu nggak pernah mau nonton Mbak, nggak mau aja gitu karena males dengernya dan berita begitu tuh bakalan bikin kita makin khawatir makin berpikiran negatif, makin ngerasa takut gitu. Nanti malah makin parno kan gak baik juga buat kesehatan kita sendiri.
	Masalah kesehatan fisik	Merasa khawatir karena lebih sering mengalami flu	Saya ngerasa kalau di masa pandemi covid ini

		dan batuk pada saat pandemi Covid19.	saya lebih sering flu atau tenggorokan kering, batuk, kadang bersin-bersin tapi nggak terlalu sering gitu. Jadi saya juga merasa khawatir, takutnya saya positif corona gitu. Beda sama waktu sebelum ada virus Corona, kalau lagi sakit flu atau batuk itu kan hal biasa gitu ya jadi nggak terlalu khawatir atau enggak terlalu parno jadinya gitu .
	Kehidupan atau kebiasaan sehari-hari	Melakukan bersih-bersih rumah lebih sering dari sebelumnya, merasa kesal ketika dalam mendampingi anak yang belajar secara online karena tidak mau mengerjakan tugas dari gurunya dan merasa kesulitan dengan adanya PPKM karena tidak dapat pulang kampung dan membuatnya menjadi sedih.	a biasa ya kegiatan sehari-hari kalau di rumah ya, karena sekarang mah musim penyakit virus, Saya mah lebih sering daripada biasanya Mbak, kayak melakukan pekerjaan rumah, kayak cuci piring, ngepel nyapu, dan lain-lain pokoknya beres-beres lah gitu biar bersih, kalau rumah bersih kan biar sehat gitu, sampah-sampah yang di dalam rumah ditaruh di luar dan di luar juga Saya biasanya menyediakan air cuci tangan untuk orang yang datang ke rumah saya. Nah ini Mbak, anak saya kan masih kelas 4 SD ya, kadang bikin saya kesal kalau ada tugas belajar online kan belum

			<p>terbiasa jadi saya sebagai orang tua juga merasa kaget merasa canggung karena belum terbiasa dan anak-anak juga jadinya susah, disuruh ngerjain tugas malah males karena nggak diliatin gurunya, jadi tugas-tugasnya minta diisiin sama ibunya alias saya. Kadang Saya pengen marah tapi gimana ya sudah jadi saya harus lebih sabar bantu anak saya supaya mau ngerjain tugas. Kalau menurut saya sih PPKM itu malah menyulitkan warga Mbak, menyulitkan masyarakat khususnya kayak saya sebagai orang perantau. Jadi susah kalau mau pulang kampung, mau mudik tuh susah. Apalagi dulu pas awal ada covid, pertama lockdown itu bener-bener rasanya sedih mbak, kangen sama keluarga yang di kampung pengen pulang tapi nggak bisa</p>
	Kurangnya dukungan sosial	Agak merasa takut jika ada orang yang dikenal terpapar virus dan merasa sedih karena tidak bisa bertemu keluarga secara langsung.	Sebenarnya agak takut sih. Kalau dengar berita kan kita jadi lebih parno ya, dengar berita banyak orang yang meninggal sekian, banyak orang yang sakit di rumah sakit

			<p>sampai penuh itukan bikin pikiran kita jadi semakin penuh semakin berpikiran negatif, terus apalagi tetangga kita ada yang kena jadi ya saya mungkin bakal merasa takut juga, cuman memang harus tetap ngasih dukungan si supaya dia cepat sembuh, kita ngasih doa atau mungkin bisa kita juga ngasih bantuan kayak makanan, vitamin gitu diantar depan rumah jangan sampai dia keluar atau kita masuk ke dalam, ya jaga jarak lah. Hubungan sama keluarga baik alhamdulillah cuman ya itu memang kita nggak bisa ketemu langsung, jadi agak kangen, agak sedih gitu nggak bisa ketemu secara langsung ya kita selalu saling ngasih kabar aja biar tetep ada komunikasi buat ngobatin rasa kangen.</p>
--	--	--	---

Tabel 3. Informan 3 (I3)

Indikator	Sub Indikator	Data yang diperoleh	Kalimat Informan
Internal	Tingkat religiusitas yang rendah	Hanya melakukan kegiatan ibadah sehari-hari di rumah.	Baik Mbak, saya mah tetap ibadah sehari-hari alhamdulillah, tapi nggak seperti dulu. Biasanya kan kalau di sini tuh ada pengajian di masjid setiap

			<p>hari Minggu khusus ibu-ibu disini, namanya hadiran. Tapi pas adanya pandemi ini ya nggak ada pengajian lagi, semua ibu-ibu yang di sini ini jadi nggak ada kegiatan pengajian setiap hari Minggu, karena nggak dibolehkan oleh pemerintah, karena ada PPKM. Jadi ibadah sehari-hari aja shalat lima waktu di rumah aja saya mah Mbak paling sambil jaga warung.</p>
	<p>Tidak percaya diri atau pesimis</p>	<p>Merasa usahanya terhambat, lebih berhati-hati dan waspada, merasa khawatir dengan penyakit Asma yang dideritanya.</p>	<p>Dulu sebenarnya mah nggak percaya si Mbak ada virus Corona teh, cuman kesini-sini teh semakin banyak tersebar kesana kemari, banyak berita jadi bikin saya nggak tenang juga sih apa lagi ada pppkm jadi kita nggak bisa pergi kemana-mana, mau belanja juga kadang jadi susah, mau main ke saudara juga susah pokoknya serba susah lah. Apalagi suami saya teh pedagang Mbak, jadi makin susah mbak suami saya kan dagang di sekolahan, malahan mah kemarin itu teh sekolahnya online. Jadi suami saya teh libur terus dagangnya Mbak. Kalau</p>

			<p>sekarang sih udah boleh ya Mbak tapi menurut saya gak serame yang dulu. Karena sekolahnya kadang masih dibagi-bagi gitu. Saya juga kan manusia, walaupun saya yang tadinya teh nggak begitu percaya sama virus Corona ini, tapi saya juga pikir lagi kalau misalnya saya beneran kena Corona, saya takutnya teh nggak bisa sembuh, karena saya sendiri tuh punya penyakit asma. Katanya kan kalau punya penyakit bawaan teh berat ya sembuhnya jadi saya juga berpikiran kesitu, saya lebih berjaga-jaga, jaga jarak, cuci tangan, pakai masker gitu sih Mbak.</p>
	<p>Pengalaman negatif di masa lalu</p>	<p>Merasa sedih dan bingung karena faktor ekonomi karena pendapatan menurun dengan ada pandemi Covid19.</p>	<p>Ya kita teh harus berusaha berpikir positif aja, karena adanya virus Corona ini teh emang bener-bener bikin sedih saya dan suami juga bingung gitu, karena bapaknya udah nggak rutin dagang kayak dulu dan nggak rame kayak dulu Mbak, mungkin sekarang orang juga berpikiran lebih baik masak sendiri daripada jajan di luar kali ya</p>

			takutnya kena virus segala macam gitu
	Pikiran yang tidak rasional	Merasa sedih dan takut kesepian jika terpapar virus Covid19 karena tidak dapat berdekatan dengan orang lain,	Amit-amit atuh Mbak, saya mah nggak mau sampai kena covid ya karena saya juga takut, saya kan punya penyakit asma jadi kalau saya kena covid ini takutnya kenapa-napa gitu, terus juga nanti mah pasti ngerepotin keluarga, kasihan suami saya atuh ya, buat berobat uangnya cukup atau nggak gitu kan, terus pastinya yang paling sedih mungkin bakalan jauh dari keluarga, susah buat salaman, susah buat berpelukan pokokna mah kalo ngebayangin saya kena covid kayaknya bakalan sedih banget sih Mbak amit-amit saya nggak mau ya Allah.
Eksternal	Akses Informasi yang tidak mengenakan kan	Berita yang berlebihan membuatnya khawatir terhadap kerabat jauh serta merasa bingung dengan adanya varian virus baru.	Tapi disatu sisi juga menurut saya kalau beritanya berlebihan bisa bikin orang khawatir juga, karena kan kita juga punya keluarga di Jonggol Bogor ya. Jadi kita juga kadang kepikiran sama keluarga kita yang jauh di sana, takut kenapa-napa gitu kan. Bingung sih Mbak, aneh gitu saya mah kenapa virus Corona

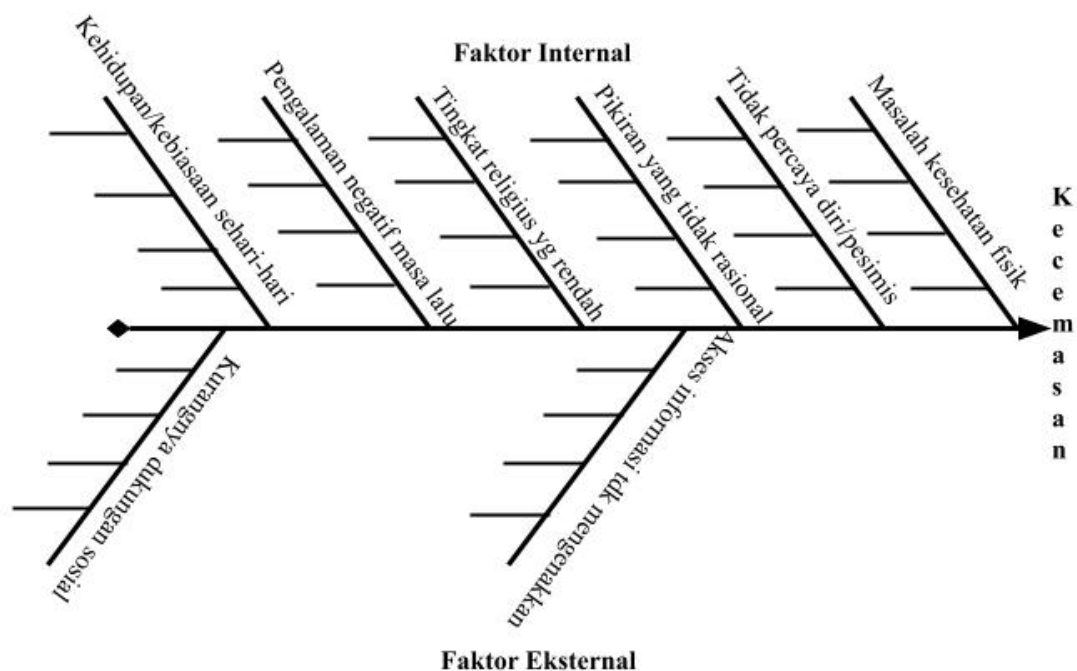
			terus-terusan ada, terus-terusan muncul pake varian-varian baru segala.
	Masalah kesehatan fisik	Kesehatan yang tidak stabil membuatnya khawatir, selalu mengalami sakit flu, batuk dan lain sebagainya.	Kesehatannya naik-turun saya Mbak, saya selama pandemi ini sering batuk nanti sembuh, sering flu nanti sembuh, sering bersin-bersin nanti sembuh, udah gitu aja terus nanti tenggorokan sakit nanti sembuh, gitu aja saya juga nggak pernah dan nggak mau pergi ke dokter karena takut aja gitu.
	Kehidupan atau kebiasaan sehari-hari	Sering mencuci tangan dan memakai masker jika keluar rumah, merasa kesulitan semenjak adanya PPKM sehingga tidak dapat pulang ke kampung halaman dan kesulitan dalam membeli kuota internet untuk anak.	Yang pastinya saya mah pakai masker weh Mbak, sedia air minum saya mah bawa kemanapun, terus juga cuci tangan gitu sih. Paling sering minta uang si mbak buat beli kuota, karena anak saya mah kan udah SMP kelas 3 jadi Saya cuman ngasih fasilitas aja ngasih uang buat beli kuota gitu dan alhamdulillah HP anak saya juga bisa lah buat belajar, buat sekolah online walaupun nggak sebagus orang lain hp-nya tapi udah bersyukur banget bisa buat sekolah. Itu juga kadang saya bingung kalo uang lagi gak ada, buat beli kuotanya

			paling minjem dulu tuh ka si ujang temennya biar bisa online katanya. Kalo anak saya yang satu mah kan udah nikah jadi udah gak terlalu pusing lah. Ya itu Mbak menyulitkan sih sebenarnya buat kita PPKM tuh.
	Kurangnya dukungan sosial	Merasa sedih karena tidak bisa pulang kampung bertemu dengan keluarga secara langsung.	Alhamdulillah tetap baik hubungannya, cuman emang sedih ya gak bisa ketemu selama 2 tahun teh ya pas lebaran nggak bisa pulang karena PPKM, selama 2 tahun berturut-turut nggak bisa ketemu jadi kita selalu ngobrol lewat telepon aja, lewat video call gitu yang penting tahu kabar satu sama lain.

Berdasarkan data yang terkumpul dan setelah dianalisis dalam tabel, selanjutnya peneliti akan mengkategorikan bahwa, faktor utama yang mempengaruhi kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19 ini dapat diurutkan mulai dari yang paling berpengaruh yaitu pertama, faktor masalah kesehatan fisik, karena kesehatan fisik para orangtua khususnya informan di masa pandemi Covid19 sangat tidak stabil bahkan kondisi kesehatan yang memburuk. Kedua, faktor tidak percaya diri atau pesimis ini juga sangat berpengaruh pada kecemasan para orangtua yang berkaitan dengan kesehatan yang memburuk sehingga membuat perasan khawatir berlebihan bahkan pesimis antara hidup dan mati serta pendapatan yang menurun drastis di masa pandemi Covid19 membuat perasaan cemas tentang bagaimana untuk menghidupi keluarga. Ketiga, faktor pikiran yang tidak rasional ini berpengaruh pada kecemasan para orangtua, karena terpengaruh dari faktor-faktor sebelumnya seperti sakit parah yang akan membuat kehidupan ini berakhir atau tentang perasaan gagal dalam menghidupi keluarga. Keempat, faktor akses informasi yang tidak mengenakkan juga berpengaruh karena banyaknya berita dan informasi tentang Covid19 yang berlebihan dapat membuat para orangtua merasa semakin khawatir. Kelima, faktor tingkat religiusitas yang rendah ini juga mempengaruhi kecemasan para orangtua, karena

berkurangnya kegiatan-kegiatan agama di masa pandemi Covid19 ini. Keenam, faktor pengalam negatif di masa lalu cukup berpengaruh hal ini karena terbawa oleh faktor-faktor sebelumnya, seperti berita korban meninggal dan terpapar virus, informasi tetangga yang terpapar, memiliki penyakit bawaan dan lain sebagainya. Ketujuh yaitu faktor kehidupan atau kebiasaan sehari-hari juga cukup berpengaruh karena kebiasaan sehari-hari para orangtua pada saat sebelum pandemi dengan pada saat masa pandemi sangat jauh berbeda, seperti harus memakai masker, selalu mencuci tangan, mendampingi anak belajar secara online dan berjaga jarak. Hal ini membuat para orangtua panik karena belum terbiasa. Yang terakhir atau kedelapan yaitu faktor kurangnya dukungan sosial, hal ini kurang berpengaruh pada kecemasan para orangtua, karena meskipun mereka tidak dapat bertemu secara langsung dengan teman dan kerabatnya, namun tetap menjalin komunikasi dengan baik walaupun hanya melalui media sosial.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti mengilustrasikannya dalam diagram tulang ikan dibawah ini.



Gambar.1. Diagram tulang ikan, tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19.

Berdasarkan hasil temuan penelitian dan hasil analisis yang disajikan dalam diagram tulang ikan, terkait dengan faktor yang mempengaruhi kecemasan para orangtua pada masa pandemi covid19 khususnya di Kampung Nagrak Desa Sukadami Kecamatan Cikarang Selatan Kabupaten Bekasi Jawa Barat. Dari ketiga informan penelitian yaitu I1, I2 dan I3 menunjukkan bahwa masa pandemi Covid19 mempengaruhi kecemasan para orangtua dalam berbagai aspek kehidupan baik dari faktor internal maupun eksternal. Faktor di urutan pertama yaitu Dedes Anuari¹, Arri Handayani², Farikha Wahyu Lestari, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Para Orangtua Di Masa Pandemi Covid-19

masalah kesehatan fisik merupakan faktor yang paling berpengaruh pada ketiga informan karena di masa pandemi Covid19 ketiga informan mengalami kondisi kesehatan yang tidak stabil hingga menunjukkan gejala-gejala virus Covid19 seperti selalu merasa sakit tenggorokan, flu dan batuk bahkan merasakan penderitaan karena terpapar virus Covid19.

Faktor di urutan kedua yaitu rasa tidak percaya diri atau pesimis, dalam hal ini informan merasa pesimis dengan kondisi kesehatan yang menurun yang membuat I1 merasa suaminya akan meninggal karena terpapar virus Covid19, serta I3 yang merasa pesimis dengan suaminya yang tidak bisa berjualan di sekolah karena adanya PPKM. Faktor di urutan ketiga yaitu pikiran yang tidak rasional, hal ini juga mempengaruhi kecemasan para informan karena terpengaruh dari faktor-faktor sebelumnya seperti sakit parah yang akan membuat kehidupan ini berakhir atau kematian dan tentang pendapatan yang menurun hingga memunculkan perasaan gagal dalam menghidupi keluarga. Faktor di urutan keempat ada faktor akses informasi yang tidak mengesankan mempengaruhi kecemasan para informan karena banyaknya berita dan informasi tentang Covid19 yang berlebihan dapat membuat para orangtua merasa semakin khawatir, seperti berita tentang jumlah korban positif Covid19 atau jumlah korban meninggal akibat Covid19.

Faktor di urutan selanjutnya yaitu faktor tingkat religiusitas yang rendah hal ini mempengaruhi kecemasan para informan karena berkurangnya kegiatan-kegiatan agama di masa pandemi Covid19 disebabkan adanya pemberlakuan PPKM sehingga membuat para informan merasa kurang maksimal dalam melakukan kegiatan ibadah. Faktor yang mempengaruhi kecemasan selanjutnya adalah faktor pengalaman negatif di masa lalu. Pengalaman negatif di masa lalu juga mempengaruhi kecemasan para informan seperti pernah merasakan terpapar virus Covid19, memiliki penyakit bawaan yang akan lebih rentan terkena virus Covid19 atau mendengar informasi mengerikan seperti korban meninggal akibat virus Covid19.

Di urutan ketujuh ada faktor kehidupan atau kebiasaan sehari-hari. Kebiasaan sehari-hari informan pada saat sebelum adanya pandemi dengan saat masa pandemi sangat jauh berbeda seperti selalu menggunakan masker ketika keluar rumah, menjaga jarak, menggunakan *hand sanitizer*, dan mendampingi anak dalam kegiatan belajar secara online. Hal tersebut merupakan hal baru yang membuat para informan merasa gugup dan cemas karena belum pernah melakukan kegiatan tersebut. Faktor di urutan terakhir yaitu kurangnya dukungan sosial, hal ini merupakan faktor yang kurang berpengaruh dalam kecemasan para informan di masa pandemi Covid19 ini, karena meskipun para informan tidak dapat bertemu secara langsung dengan teman maupun kerabat tetapi para informan tetap memiliki hubungan yang baik dengan teman dan kerabatnya dengan selalu melakukan komunikasi melalui media sosial. Berdasarkan hasil penemuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19, pada penelitian ini selaras dengan faktor-faktor yang dinyatakan oleh para ahli, yaitu :

Tingkat religiusitas yang rendah, secara umum faktor-faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan adalah faktor internal salah satunya yaitu tingkat religiusitas yang rendah, yang dinyatakan oleh Ghufroon dan Rini (2017: 147). Tidak percaya diri atau pesimis, Dedes Anuari¹, Arri Handayani², Farikha Wahyu Lestari, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Para Orangtua Di Masa Pandemi Covid-19

faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor internal salah satunya yaitu tidak percaya diri atau pesimis, yang dinyatakan oleh Ghufron dan Rini (2017: 147). Pengalaman negatif di masa lalu, bisa dibilang peristiwa traumatis muncul untuk memicu gangguan kecemasan pada orang yang sudah rentan untuk menjadi cemas, yang dinyatakan oleh Tirto Jiwo (2012: 4).

Masalah kesehatan fisik, kondisi tubuh dapat mempengaruhi pada kesehatan mental seseorang. Contoh, jika seseorang memiliki kondisi kesehatan fisik yang tidak baik dalam jangka panjang atau mengalami rasa nyeri yang kronis, ini akan membuat seseorang lebih rentan mengalami masalah kesehatan jiwa seperti kecemasan atau bahkan depresi, dinyatakan oleh Marsh (2015: 9). Kehidupan atau kebiasaan sehari-hari, gaya hidup dan cara seseorang menghabiskan waktu dari hari ke hari dapat mempengaruhi kecemasan itu sendiri. Keadaan yang mempengaruhi kecemasan, seperti kelelahan atau tekanan dalam hidup, jam kerja yang panjang, tekanan di rumah, tempat kerja, atau di tempat belajar, permasalahan rumah tangga dan permasalahan keuangan, dinyatakan oleh Marsh (2015: 9).

Pikiran yang tidak rasional, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya yaitu ikiran yang tidak rasional, yang dinyatakan oleh Ghufron dan Rini (2017: 147). Akses informasi yang tidak mengenakkan, pengalaman yang menakutkan yang disebabkan oleh tontonan di media sosial dan akses informasi yang tidak mengenakkan menjadi faktor munculnya rasa cemas serta sikap waspada, dinyatakan oleh Hamim (dalam Saputra, 2020). Kurangnya dukungan sosial, faktor eksternal yang mempengaruhi kecemasan yaitu seperti kurangnya dukungan sosial, misalnya dukungan dari orang tua, keluarga atau orang-orang terdekat, yang dinyatakan oleh Ghufron dan Rini (2017: 147).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, kecemasan yang ditunjukkan oleh para orangtua karena adanya pandemi Covid19 termasuk sangat berpengaruh terhadap kehidupan mereka, yang berdampak dalam berbagai aspek kehidupan baik dari faktor internal maupun faktor eksternal. Selain itu hasil temuan penelitian ini juga menghasilkan bahwa faktor yang paling berpengaruh terhadap kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19 adalah faktor masalah kesehatan fisik, dan faktor yang kurang berpengaruh terhadap kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19 yaitu faktor kurangnya dukungan sosial. Dengan demikian kesimpulan dari penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan para orangtua di masa pandemi Covid19 menunjukkan bahwa dengan adanya pandemi Covid19 ini sangat berpengaruh terhadap kecemasan para orangtua, seperti merasa takut dengan kesehatan yang menurun drastis hingga berpikiran mengenai akan segera datangnya kematian, merasa khawatir dengan penghasilan yang menurun drastis dan kegelisahan dalam mendampingi anak dalam belajar online serta tidak dapat pulang ke kampung halaman disebabkan adanya PPKM.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, Rizqon H S. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Keterampilan, dan Proses Pembelajaran. *Salam Jurnal Sosial & Budaya Syar-i*, 7, 396. https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&as_vis=1&q=dampak+covid+pada+pendidikan&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DE7z2C530HoYJ
- Annisa, Dona F., & Ildil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5, 94-96. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041>
- Fadli, dkk. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1), 59. <http://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/24546>
- Firmansyah, Manda. (2020, April 02). "Ancaman Psikologis dan Imbas Cemas Akibat Pandemi Covid-19." Alinea.id <https://www.alinea.id/gaya-hidup/ancaman-psikologis-dan-imbacemas-akibat-covid-19-b1ZLh9sWk> (Diakses 24 Juni 2022).
- Fitria, dkk. (2020). Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi Anxiety Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 10, 26. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>
- Ghufron, M Nur., & Rini Risnawita S. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hardani, dkk. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV. Pustaka Ilmu.
- KBBI. "KBBI Daring." kbbi.kemdikbud.go.id. <http://kbbi.kemdikbud.go.id/> (Diakses 20 September 2021).
- Kemkes. "Infeksi Emerging." covid19.kemkes.go.id. <https://covid19.kemkes.go.id/> (Diakses 17 Maret 2021).
- Kompas. (2020, Maret 26). "Tingkat Kecemasan Akibat Wabah Virus Corona Meningkat." Kompas.com. <https://amp.kompas.com/lifestyle/read/2020/03/26/112749520/tingkat-kecemasan-akibat-wabah-virus-corona-meningkat> (Diakses 29 September 2020).
- Marsh, Lily. (2015). *Understanding Anxiety and Panic Attacks*. London: Mind.
- Megatsari, Hario. (2020, Oktober 23). "Gangguan Kecemasan Masyarakat Indonesia Selama Pandemi Covid-19." news.unair.ac.id <https://news.unair.ac.id/2020/10/23/gangguan-kecemasan-masyarakat-indonesia-selama-pandemi-covid-19/?lang=id> (Diakses 24 Juni 2022).
- Pamungkas, Joko A., & Anta Samsara. (2015). *Mengenal Kecemasan & Serangan Panik*. London: Mind.
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2020). *Pneumonia Covid-19 Diagnosis & Penatalaksanaan di Indonesia*. Jakarta: PDPI.
- Pusat Informasi & Koordinasi Provinsi Jawa Barat. "Pusat Informasi & Koordinasi Covid-19 Jawa Barat." pikobar.jabarprov.go.id. <https://pikobar.jabarprov.go.id/data> (Diakses 24 Juni 2022).
- Dedes Anuari¹, Arri Handayani², Farikha Wahyu Lestari, Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Para Orangtua Di Masa Pandemi Covid-19

- Rukajat, Ajat. (2018). *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Santoso, Didik H., & Awan Santosa. (2020). *Covid-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*. Yogyakarta: MBridge Press.
- Saputra, Teuku A. (2020). Bentuk Kecemasan dan Resiliensi Mahasiswa Pascasarjana Aceh-Yogyakarta Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 6, 57. <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/BKA>
- Sidiq, Umar., & M Miftachul Choiri. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV. Nata Karya.
- Siyoto, Sandu., & M Ali Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tirtojiwo. (2012, Juni). *Anxiety (Kecemasan)*. Tirtojiwo. 2.
- WHO. "Coronavirus Disease Pandemic."
www.who.int. <https://www.who.int/emergencies/disease/novel-coronavirus-2019>
(Diakses 8 Maret 2021).
- Wikipedia. "Sukadami, Cikarang Selatan, Bekasi."
https://id.wikipedia.org/wiki/Sukadami,_Cikarang_Selatan,_Bekasi
(Diakses 16 September 2022).
- Yuliana. (2020). Corona Virus Disease (Covid-19); Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2, 188.
<https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/21026>