



JURNAL KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH TANJUNGPINANG

<https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/>
P-ISSN 2086 – 9703 | E – ISSN 2621 – 7694
DOI: 10.59870/jurkep.v12i1.126

Hubungan Tingkat Pengetahuan dalam Mengontrol Emosi dengan Kecemasan pada Nelayan *Correlation between Knowledge Level of Controlling Emotions and Anxiety in Fishermen*

Jesica Fitriani¹, Safra Ria Kurniati², Ernawati³

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Tanjungpinang
E-mail Korespondensi: safra_nezz@yahoo.com

Abstrak

Masyarakat pesisir merupakan kelompok masyarakat yang bertempat tinggal di daerah pesisir atau sepanjang garis pantai yang memiliki karakter dan ciri khas yang berbeda yang hidup terpola dalam suatu struktur sosial masyarakat yang keseluruhan hidupnya menggantungkan hidup dari sumber daya laut maupun pesisir. Kecemasan sering terjadi pada nelayan dimana penyebabnya adalah kurangnya pengetahuan dalam mengontrol emosi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dalam mengontrol emosi dengan kecemasan pada nelayan di Desa Rewak Kecamatan Jemaja Kabupaten Anambas. Metode penelitian yang di gunakan adalah kuantitatif dengan design Cross sectional. Dari uji spearman rank yang dilakukan didapatkan hasil p value (0.031), nilai correlation coefficient adalah (-371). Kesimpulan pada penelitian ini menunjukkan adanya Hubungan Tingkat Pengetahuan Dalam Mengontrol Emosi dengan kecemasan Pada Nelayan Di Desa Rewak Kecamatan Jemaja Kabupaten Anambas.

Kata kunci: Kecemasan, Nelayan, Tingkat Pengetahuan

Abstract

Coastal communities are groups of people who live in coastal areas or along the coastline that have different characters and characteristics who live patterned in a social structure of society whose whole life depends on marine and coastal resources. Anxiety often occurs in fishermen in Rewak Village where one of the causes is a lack of knowledge in controlling emotions. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between the level of knowledge in controlling emotions with anxiety in fishermen in Rewak Village, Jemaja District, Anambas Regency. The research method used is a quantitative research method, with a cross sectional design, this study uses the Spearman Rank Test which is intended to determine the relationship between the two variables. Univariate data analysis technique to determine the frequency distribution and characteristics of respondents based on the age and education of fishermen, the relationship between the level of knowledge in controlling emotions with anxiety in fishermen in Rewak Village, Jemaja District, Anambas Regency, the results obtained p value (0.031), the correlation coefficient value is (- 371). The conclusion of this study shows that there is a relationship between the level of knowledge in controlling emotions in fishermen in Rewak Village, Jemaja District, Anambas Regency

Keywords: Anxiety, Fishermen, Knowledge

1. PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai salah satu negara kepulauan dengan jumlah pulau yang mencapai 17.508 dan memiliki garis pantai sepanjang kurang lebih 81.000 Km. Keadaan ini menyebabkan kawasan pesisir menjadi sumber penghasilan dan pendapatan masyarakat Indonesia (Tinambunan, 2016). Sementara itu sebagai negara maritim, Indonesia memiliki potensi sumber daya kelautan yang berlimpah untuk dikelola secara optimal sehingga bisa memberi dampak multidimensi yang signifikan bagi negara dan bangsa (Hariyanto, 2014). Daerah pesisir pantai di Indonesia pada umumnya dihuni oleh para nelayan tradisional dan nelayan buruh atau nelayan pekerja. Kelompok masyarakat ini bertempat tinggal di sepanjang garis pantai yang memiliki karakter dan ciri khas yang berbeda serta hidup terpola dalam suatu struktur sosial masyarakat. Sama halnya dengan para nelayan yang ada di Desa Rewak.

Desa Rewak merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Jemaja, Kabupaten Kepulauan Anambas, Provinsi Kepulauan Riau. Masyarakat Desa Rewak memiliki penghasilan sebagai nelayan dimana sumber kehidupan perekonomiannya bergantung secara langsung pada pemanfaatan sumber daya laut dan pesisir. Risiko dari pekerjaan nelayan sangat besar, karena terbatasnya untuk mencari penghasilan sehari-hari apabila saat kondisi cuaca tidak baik. Hal ini bisa memengaruhi kesehatan mental dari para nelayan. Karena selain kesehatan mental yang terganggu disebabkan oleh faktor ekonomi dan faktor cuaca, tentunya dengan berkembangnya cara nelayan dalam mencari penghasilan, maka dikhawatirkan resiko tersebut menjadi kendala mereka masing-masing.

Masalah kesehatan yang dialami masyarakat pesisir ditinjau dari segi fisik yang sering terjadi pada nelayan pesisir yaitu mengalami penyakit kulit yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti masa kerja, kebersihan diri (Kasiadi et al., 2018). Beberapa jenis penyakit kulit yang dialami nelayan diantaranya psoriasis, kusta atau hansen, dermatitis, scabies, panu, cacar dan lain-lain. Masalah kulit yang paling umum ditemukan diantaranya abrasi lapisan epidermis, kulit menjadi kasar, kering, bersisik dan biasanya berada pada area tangan dan kaki (Retnoningsih, 2017). Penyakit kulit yang dialami nelayan disebabkan karena kurangnya menjaga kebersihan diri, kulit sensitif dengan air laut, gigitan binatang laut dan paparan sinar matahari (Wibisono et al., 2018).

Dampak yang akan terjadi ini akan menimbulkan kecemasan berkepanjangan yang sangat tinggi, sampai kondisi cuaca membaik kembali, fenomena iklim global yang menyebabkan gelombang laut sulit untuk diperkirakan, sehingga nelayan mengalami kendala berlayar untuk menangkap ikan (Mulyatun, 2019). Kecemasan dapat dialami oleh nelayan, selain kondisi cuaca, dampak ini juga akan berpengaruh pada kondisi keluarga yang mempunyai pendapatan melalui hasil nelayan, dari nelayan justru akan mempengaruhi masyarakat sekitar, akibat dari kondisi demografis yang tidak baik, nelayan akan mengalami terputusnya penghasilan, sedangkan masyarakat akan mengalami terhambatnya kebutuhan sehari-hari. Kecemasan merupakan sesuatu yang dialami oleh hampir setiap orang pada periode tertentu dalam hidupnya. Reaksi ini normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang, dimana kecemasan bisa muncul sendiri atau diikuti dengan dengan gejala-gejala gangguan emosi lainnya (Savitri, 2003).

Menurut hasil studi pendahuluan, faktor cuaca yang memicu kecemasan pada nelayan yang paling tinggi terjadi pada saat kondisi cuaca yang tidak baik, saat musim utara tiba, cuaca buruk, dan saat itulah cemas para nelayan timbul, ketika melaut dalam keadaan gelombang besar, ada timbul kekhawatiran baik di keluarga maupun orang sekitarnya, biasanya saat cuaca tidak mendukung untuk melaut penghasilan terhenti, kebutuhan keuangan dan kebutuhan makan sehari-hari jadi terbatas, maka cemas pada nelayan sangat tinggi, masyarakat sekitar sering mengeluh, susah untuk menenangkan pikiran bila cemas timbul, dan menyebabkan beberapa nelayan yang memiliki riwayat hipertensi kambuh. Selain itu, faktor yang mejadi penyebab kecemasan nelayan di Desa rewak ini disebabkan kurangnya pengetahuan dalam mengontrol emosi mereka. Kurangnya pengetahuan

nelayan sehingga sulit mengelola kecemasan pada nelayan pesisir, yang menjadi faktor utama mempengaruhi pengetahuan nelayan salah satunya adalah sosial ekonomi, karena mencakup tingginya tingkat pendidikan, semakin tinggi pendidikan, maka semakin tinggi pula pengetahuannya (Nuafir Az-Zahrani 2015).

Ada beberapa nelayan dengan tingkat pendidikan yang rendah yaitu SD, ketidaktahuan dalam mengatasi mengontrol emosi dapat menyebabkan munculnya kecemasan, dengan pengetahuan dalam mengontrol emosi bisa untuk digunakan dalam mengatasi masalah yang ada. Sedangkan para nelayan kurang mengetahui dalam mengelola kecemasannya tersebut, Selain itu, masyarakat setempat kurangnya akses tentang pendidikan kesehatan mental dalam mengatasi kecemasan, kurangnya pengetahuan tersebut akan berdampak pada masyarakat terutama pada nelayan sekitar. Nelayan Desa Rewak menjadi subjek dalam penelitian ini dilihat dari keluhan masyarakat nelayan, pada saat kondisi cuaca yang tidak baik, maka para nelayan sering gelisah tak menentu, cemas dan juga sulit mengelolanya, ini dilihat dari data yang di peroleh, ada beberapa nelayan memang berpendidikan rendah yaitu SD, peneliti ingin mengetahui apakah memang ada hubungannya tingkat pengetahuan dalam mengelola emosi dengan kecemasan yang dialami oleh nelayan yang ada di Desa Rewak tersebut. Selain itu, masyarakat setempat kurang mendapatkan akses tentang pendidikan kesehatan mental dalam mengatasi kecemasan, kurangnya pengetahuan tersebut akan berdampak pada masyarakat terutama pada nelayan sekitar yang ada di Desa Rewak.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan studi korelasi analitik atau penelaahan antara dua variabel pada suatu situasi atau kelompok subjektif. Pendekatan yang di gunakan pada penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Desain *cross-sectional* adalah jenis penelitian yang menekan waktu pengukuran/ observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam 2020).

Populasi dalam penelitian adalah subjek (misalnya manusia: klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat nelayan yang ada di Desa Rewak berdasarkan data yang diperoleh dari Desa tersebut berjumlah 51 orang. Dari hasil perhitungan rumus diatas didapatkan jumlah total sampel sebanyak 34 orang nelayan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non probability yaitu dengan *purposive sampling*.

Kecemasan dapat diukur dengan pengukuran tingkat kecemasan menurut alat ukur kecemasan yang disebut Skala Tingkat Kecemasan Hamilton (*Hamilton Anxiety Rating Scale-HARS*). Tingkat pengetahuan dapat diukur menggunakan kuisisioner yang disusun oleh peneliti, sebanyak 19 pertanyaan untuk memudahkan dalam dalam melakukan penelitian tingkat pengetahuan dalam mengontrol emosi pada nelayan di Desa Rewak

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Rewak, jenis penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dan menggunakan design cross sectional. Untuk melakukan uji antara kedua variabel menggunakan uji spearman rank dimana ingin melihat hubungan anatar kedua variabel dengan skala ordinal. Jumlah populasi 51 orang, pengambilan sampel menggunakan rumus Lameslow stanle dengan jumlah sampel 34 orang. Pengumpulan data dimulai pada tanggal 1-5 Agustus 2022. Data terkumpul selanjutnya dilakukan editing, coding dan dianalisis, hasil penelitian ini berupa hasil analisis univariat dan bivariate berupa korelasi antara masing-masing variabel independen dan dependen.

Tabel 4.1

Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia dan pendidikan pada nelayan di Desa Rewak tahun 2022

Variabel		Frekuensi	Presentase%
Usia	30-39	7	20.6
	40-49	16	47.1
	50-59	11	32.4
Pendidikan	SD	12	35.3
	SMP	17	50.0
	SMA	5	14.7
Total		34	100.0

Sumber: Hasil penelitian 2022

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, diperoleh analisis bahwa usia dari responden terbanyak adalah 40-49 sebanyak 16 orang (47.1%). Sedangkan pendidikan lebih banyak SMP yaitu sebanyak 17 (50.0%). Analisis hasil ini selaras dengan hasil dari penelitian sebelumnya yaitu paling banyak berusia 36-60 tahun dengan presentase 46.6%.

Tabel 4.2

Distribusi Tingkat Pengetahuan Dalam mengontrol emosi Pada Nelayan Di Desa Rewak Tahun 2022

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	23	67.6
Rendah	4	11.8
Cukup	4	11.8
Tinggi	3	8.8
Total	34	100

Sumber: Hasil penelitian 2022

mengontrol emosi lebih banyak responden dengan skor sangat rendah sebanyak 23 orang (67.6), responden tingkat pengetahuan dengan skor Rendah sebanyak 4 orang (11.8%), skor cukup 4 orang (11.8%) dan skor tinggi 3 orang (8.8%).

Kesehatan mental merupakan hal yang sangat penting dan menduduki sentral dalam segala aspek di dunia perikanan tangkap, mental yang terganggu dapat berdampak buruk bagi nelayan. Kecemasan diawali dengan adanya situasi yang mengancam sebagai situasi yang berbahaya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang mengalami kecemasan dengan skor berat sekali sebanyak 20 orang (58.8%), responden dengan skor berat sebanyak 8 orang (23.5%), responden skor Sedang sebanyak 3 orang (8.8%), dan skor responden yang ringan sebanyak 3 orang (8.8%).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan tingkat pengetahuan dalam mengontrol emosi pada nelayan di Desa Rewak . Hal yang dapat dilakukan para nelayan adalah mengelola emosinya dengan cara relaksasi nafas dalam bila kecemasan mereka muncul, sehingga bisa mengatasi kecemasannya, dibantu dengan istirahat yang cukup, pola makan yang teratur dan melakukan aktifitas yang bermanfaat ketika tidak bisa melaut karena cuaca sedang tidak membaik, sehingga bisa mengalihkan perasaan cemas tersebut, sehingga musim cuaca tidak baik datang pada tahun berikutnya, para nelayan sudah mampu mengelola emosi yang menyebabkan kecemasan berlebihan.

Kecemasan dapat dialami oleh nelayan, selain kondisi cuaca, dampak ini juga akan berpengaruh pada kondisi keluarga yang mempunyai pendapatan melalui hasil nelayan, dari nelayan justru akan mempengaruhi masyarakat sekitar, akibat dari kondisi demografis yang tidak baik, nelayan akan mengalami terputusnya pengasilan, sedangkan masyarakat akan mengalami terhambatnya kebutuhan sehari-hari seperti makan. Kecemasan sebagai suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Kecemasan pada nelayan bisa dijelaskan dengan model stress neurotisme. Nelayan laut dengan stres lingkungan yang tinggi memiliki gejala kecemasan yang lebih besar dibandingkan dengan stres lingkungan yang rendah. Neurotisme pada nelayan laut selanjutnya mempengaruhi gejala kecemasan dengan mempengaruhi tingkat stres hubungan kerja. Analisis regresi menunjukkan stres lingkungan memiliki efek moderasi yang signifikan pada hubungan antara neurotisme dan gejala kecemasan, dan analisis lebih lanjut menunjukkan efek mediasi stres hubungan kerja pada hubungan antara neurotisme dan gejala kecemasan (Hu et al., 2022)

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dalam Mengontrol Emosi Dengan Kecemasan Pada Nelayan Di Desa Rewak Kecamatan Jemaja Kabupaten Anambas yang menggunakan 34 responden maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan .

DAFTAR PUSTAKA

- Hariyanto, S. (2014). Analisis Pemberdayaan Masyarakat Nelayan di Pantai Prigi Kecamatan Watulimo Kabupaten Trenggalek. *Bonorowo*, 2(1), 1–28.
<http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf>
- Hu, K., Li, S., Jiang, H., & Yang, J. (2022). The stress model of neuroticism and anxiety symptoms in fishermen. *International Maritime Health*. <https://doi.org/10.5603/IMH.2022.0035>
- Kasiadi, Y., Kawatu, P. A. T., & Langi, F. F. L. G. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Kulit Pada Nelayan di Desa Kalinaun Kecamatan Likupang Timur Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal KESMAS*, 7(5), 1–10.
- Mulyatun, M. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Pesisir Berbasis Potensi Lokal; Alternatif Ketahanan Pangan Berupa Tepung Magrove. *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama Untuk Pemberdayaan*.
<https://doi.org/10.21580/dms.2018.182.3260>
- Retnoningsih, A. (2017). Analisis Faktor-Faktor Kejadian Dermatitis Kontak pada Nelayan (Studi Kasus di Kawasan Tambak Lorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang Tahun 2017). *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang 2017*.

- Savitri, R. (2003). Kecemasan, Bagaimana Mengatasi Penyebabnya. In *Pusat Populer Obor*.
- Tinambunan, H. S. R. (2016). Model Pemberdayaan Wilayah Pesisir Dalam Menghadapi. *Mimbar Hukum*, 28(2), 250–262.
- Wibisono, G. N., Kawatu, P. A. T., Kolibu, F. K., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2018). *FAKTOR-FAKTOR KECAMATAN LEMBEH UTARA KOTA BITUNG PENDAHULUAN Dalam Undang-Undang Dasar Nomor Tahun mengatur aspek akibatkan oleh pekerjaan (Kemenkes RI , Sesuai dengan Keppres RI No . Tahun oleh peyakit dengan kerja , sekitar Penyakit hubungan yang yang . 7(5).*