

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Pada dasarnya Kelurahan Kelayan Tengah terletak pada kecamatan Banjarmasin Selatan kota Banjarmasin yang mana memiliki luas wilayah 38,27 km. Kecamatan ini terdiri dari 12 Kelurahan, dan salah satunya yaitu Kelurahan Kelayan Tengah yang mana pada lokasi tersebut memiliki luas 3,93 km² dengan rincian 21 Rukun Tetangga dan 2 Rukun Warga dengan jumlah penduduknya kurang lebih 7.538 jiwa yaitu terdiri dari 3.858 laki-laki dan 3.680 perempuan.¹ Kelurahan tersebut terjadi fenomena kepadatan penduduk dan rumah yang saling berdempetan satu sama lain, rawannya terjadi keributan seperti perkelahian dan kemacetan. Adapun nama-nama gang yang terjadi kepadatan penduduk pada kelurahan Kelayan Tengah kota Banjarmasin.

TABLE 4.1 NAMA-NAMA GANG DI KELAYAN

NO	NAMA	RT	RW
1	Gang Cempaka	013	002
2	Gang Melati	012	002
3	Gang Akbar	021	002
4	Gang Germi	020	002
5	Gang Sukaria	018	002
6	Gang Cahayatatas	007	001
7	Gang Berkat	005	001
8	Gang Silaturratmi	002	001

¹ "Satu Data | Kota Banjarmasin," diakses 29 Oktober 2024,

<https://satudata.banjarmasinkota.go.id/data-statistik/022dd58c-7ce8-4e44-9a43-ba076e6ce300>.

B. Pelaksanaan Penelitian

Berikut merupakan prosedur dari pelaksanaan penelitian agar dapat diketahui bagaimana alur penelitian dalam melakukan penelitian.

TABLE 4.2 PELAKSANAAN PENELITIAN

No	Tanggal	Kegiatan	Keterangan
1	Senin, 13 maret 2023	Observasi	Datang ke wilayah Kelayan Tengah.
2	Kamis, 23 maret 2024 – selasa, 6 Febuari 2024	Mencari subjek remaja yang akan di teliti.	Datang ke gang-gang kelurahan kelayan tengah kota Banjarmasin
3	Minggu, 4 Agustus 2024	Wawancara pertama dengan subjek narasumber	<i>Interview</i> secara luring
4	Minggu, 18 Agustus 2024	Wawancara ke 2 dengan subjek narasumber	<i>Interview</i> secara luring
5	Sabtu, 31 Agustus 2024	Wawacara ke 3 dengan subjek narasumber	<i>Interview</i> secara luring
6	Senin, 16 September 2024	Wawancara Informan J	<i>Interview</i> secara daring
7	Sabtu, 21 September 2024	Wawancara Informan R	<i>Interview</i> secara daring
8	Minggu 22 September 2024	Wawancara Informan M	<i>Interview</i> secara daring

C. Deskripsi Subjek Penelitian

1. Identitas Subjek

Subjek pada penelitian ini berjumlah 3 orang dengan 3 kategori, adapun deskripsi subjek penelitian sebagai berikut:

TABLE 4.3 DESKRIPSI SUBJEK PENELITIAN

No.	Inisial	Umur	Pekerjaan	Kategori
1	J	20 Tahun	Mahasiswa	Kategori Remaja yang Bertempat Tinggal di kelurahan Kelayan Tengah
2	R	21 Tahun	Tukang cukur	Kategori Remaja yang Memiliki Usaha di kelurahan Kelayan Tengah
3	M	20 Tahun	Mahasiswa	Kategori Remaja yang Sering Berlalu Lintas di kelurahan Kelayan Tengah

2. Identitas Informan

Dalam penelitian ini memiliki 3 orang informan yang memiliki hubungan dengan masing-masing subjek penelitian, adapun 3 orang informan tersebut sebagai berikut:

TABLE 4.4 IDENTITAS INFORMAN

No.	Inisial	Hubungan dengan Subjek
1	Z	Teman kuliah dari subjek J
2	X	Teman semasa sekolah dari subjek R

3	Y	Teman dekat laki-laki dari subjek M
---	---	-------------------------------------

D. Penyajian Data Hasil Penelitian

Subjek yang digunakan pada penelitian ini dibagi menjadi 3 kategori yaitu kategori remaja yang bertempat tinggal di kelurahan Kelayan Tengah, kategori remaja yang memiliki usaha di kelurahan Kelayan Tengah dan kategori remaja yang sering berlalu lintas di kelurahan Kelayan Tengah. Adapun urainnya sebagai berikut:

1. Kategori Remaja yang Bertempat Tinggal di kelurahan Kelayan Tengah
 - a. Aspek Perilaku

“Kalo aku merasa gelisah, yah... Mungkin melakukan sesuatu sih, misal kalo aku mah main hp doang... atau diam doang gak ngelakuin apa-apa soalnya kan kalo kita berada di tempat kayak gitu pasti ada yang kita tunggu kan kayak nunggu antrian atau apalah... Nah kaya itu.” (W1, S, J, B13-18)

“Mungkin obrolan sih yang paling kuhindari” (W1, S, J, B25)

Subjek J menggambarkan perilakunya ketika mengalami kecemasan maupun kegelisahannya ialah dengan melakukan sesuatu yang bisa mengalihkannya dari kecemasan dan kegelisahannya. Selain itu subjek memberikan contoh gambaran kasus ketika subjek gelisah saat mengantri sesuatu, subjek kemudian akan bermain handphone ataupun hanya berdiam diri tanpa melakukan apapun.

“Kalo aku liat yaa orangnya baik, sopan, pendiam jua...” (W, I, Z, B11)

Informan mengungkapkan memang dari kepribadian dari subjek J memang pendiam. Pernyataan ini mendukung dari pernyataan subjek yang mengatakan diri suka menghindar dari interaksi sosial yang ada disekitarnya.

b. Aspek Kognitif

“Lebih ke bingung sih kalo aku bang” (W1, S, J, B55)

“Hmmm mungkin karena tidak ada yang bisa dilakukan di saat itu” (W1, S, J, B58-59)

“Mungkin karena sering begadang itu lah yang membuat ku jarang bangun pagi hehe”(W1, S, J, B65-66)

Subjek J menggambarkan keadaan kognitifnya saat sedang dalam kecemasannya yaitu ditandai dengan kebingungan yang subjek alami, dengan penjelasan bahwa subjek merasa tidak ada yang bisa dilakukan saat subjek mengalami kecemasan. Berkaitan dengan produktivitasnya, subjek J menggambarkan produktivitasnya mempunyai kaitan dengan kualitas tidurnya.

“Kalo aku lihat sih yaa... selama kuliah ini yaa paling presentasi tugas kuliah...” (W, I, Z, B18-19)

“Mungkin kaya ngomongnya agak-agak belibet sama kaya kosong aja matanya” (W, I, Z, B21-22)

“Iyaa kaya orang bingung...” (W, I, Z, B24)

Informan memberikan Gambaran ketika subjek J terlihat gugup saat presentasi di depan orang banyak di kelasnya,

dengan karakteristiknya bicara terbata-bata dan diam dengan tatapan kosong dan lebih terlihat seperti bingung menurut informan.

c. Aspek Afektif

“Soal ini yah jarang sih bagi ku untuk terganggu dari hal kecil, mungkin ku terganggu ketika emang pada saat emosi ku tidak stabil lah” (W1, S, J, B77-79)

“Mungkin terjadinya perkelahian atau pencurian” (W1, S, J, B93)

“iyaa tapi sekarang agak jarang terjadinya kebisingan di tengah malam jadi yah aman-aman aja” (W1, S, J, B70-71)

Subjek J menyebutkan bahwa subjek tidak akan mudah terganggu apabila emosinya tergolong stabil. Kekhawatiran serta ketakutan subjek berkenaan dengan tempat tinggalnya yang padat penduduk ialah kemungkinan terjadinya perkelahian, pencurian dan tindak kriminal lainnya. Berkaitan dengan perasaan terganggunya saat tidur, subjek mengakui adanya rasa terganggu ketika adanya kebisingan saat subjek tidur yang menjadi salah satu alasan subjek sering begadang tetapi frekuensi kebisingan menurut subjek kini sudah menurun dari pada sebelumnya.

2. Kategori Remaja yang Memiliki Usaha di kelurahan Kelayan Tengah

a. Aspek Perilaku

“kalau yang saya lakukan biasanya paling menyetel musik mun hati pina kada nyaman paling bikin kopi berokok di toko...” (W2, S, R, B16-18)

“menghindari keributan yang terjadi disini ya. Contohnya banyak yaa anggaplah seperti kawan-kawan yang sering minuman itu, ya walaupun kadang saya juga ikut minum” (W2, S, R, B22-25)

“biasanya ya kalo faktor cuaca atau alam ya disini biasanya saya merasa gak enak saat banjir soalnya sangat sulit untuk beraktivitas, faktor bau-bau yang di hasilkan dari sampah dekat pasar ini juga kadang mengganggu bang.” (W2, S, R, B31-35)

“biasanya yaa lebih menjaga diri dari hal yang tidak baik sih bang, kalo misalkan sering terjadi banjir yaa buang sampahnya jangan kesungai lagi, dan kita tidak mengganggu orang itu sih...” (W2, S, R, B40-43)

Subjek R memberikan gambaran perilaku subjek ketika mengalami kecemasan yaitu berusaha untuk menenangkan diri dengan cara mendengarkan musik dan duduk santai sambil merokok di tokonya. Kemudian subjek menerangkan beberapa alasan sehingga subjek merasa harus menghindar dari keramaian yang ada disekitarnya yaitu ketika adanya kegiatan minum-minuman keras di sekitar tokonya, selain itu ada pula faktor lingkungannya yang kurang bersih sehingga menimbulkan ketidaknyamanan pada subjek. Untuk mengurangi dari potensi ketidaknyamanannya muncul subjek akan menjaga dirinya dalam bentuk bertindak dengan baik pada lingkungannya.

“Kayanya lah kalo inya lagi ada masalah jadi diam aja kalo lah jadi pendiam kaya tu nah” (W, I, X, B28-29)

“Inggih inya perokok...” (W, I, X, B32)

“Inggih... karena parak pasar jua pang lah” (W, I, X, B44)

Informan membenarkan ketika narasumber menghadapi cemasnya, maka narasumber akan terlihat jadi lebih diam dari pada biasanya. Selain itu berkenaan dengan perilaku merokoknya informan membenarkan narasumber merupakan perokok aktif. Informan juga membenarkan permasalahan kebersihan yang ada disekitar tempat usahanya.

b. Aspek Kognitif

“saya mikirkan gimana caranya cepet sampai tujuan bang, pastinya gelisahkan yang biasanya kita buka toko jam 8 dan orang sudah ada nunggu di toko jam segitu...” (W, S, R, B97-100)

“Biasanya bang keributan yang terjadi sih seperti yaa acara dangdutan atau perkelahian yang terjadi di daerah sini bang, dan acara itu di lakukan malam hari sambil meminum minuman keras bang, jadi saya kadang terganggu sampai juga gak bisa tidur, mau menegur juga orang tua dan saya gak berani bang, sampai jam 3 subuh biasanya juga bang, dan pada akhirnya saya bergadang dan bangun kelandungan bang.” (W, S, R, B122-130)

Subjek R memberikan gambaran kognitifnya yang berkaitan dengan kecemasannya, yaitu subjek akan menggunakan kognitifnya untuk pemecahan masalah ketimbang subjek harus fokus pada kecemasan atau kegelisahannya. Subjek menyebutkan ketidak produktifannya dari lingkungannya, subjek membenarkan bahwa lingkungannya memiliki andil dalam menimbulkan tidak produktifnya subjek.

“Paling kaya bingung kaya apa menyelesaikan masalahnya jar” (W, I, X, B36-37)

Dari pernyataan informan dapat tergambar bahwa ketika narasumber menghadapi cemasnya, maka narasumber akan menggunakan kognitifnya untuk menyelesaikan masalahnya.

c. Aspek Afektif

“Kalo saya biasa-biasa aja ya karena mungkin sudah dari kecil di sini, kerja buka toko disini jua. Cuma memang ada sedikit kekhawatiran tadi yang minum-minum (alkohol)” (W, S, R, B156-159)

“Mungkin yang sudah saya katakan tadi, khawatir dengan yang kaitannya dengan ketidaknyamanan saya.” (W, S, R, B167-169)

“Ya pastinya terganggu kata saya tadi, dan hanya bisa sabar karena mau negur juga gak berani.” (W, S, R, B135-136)

“iyaa bang sampai terkadang ibu saya pun stress beliau akibat gak bisa tidur itu bang, di tegur juga percuma bang. Takut nambah masalah kan, yaa serba salah yaa jadi nya.” (W, S, R, B140-143)

Subjek memberikan gambaran yang berkaitan dengan aspek afektifnya yaitu ketidaknyamanannya dan kekhawatirannya menjadi aspek afektif yang paling sering ditekankan subjek. Hal ini akibat dari kebisingan yang bahkan membuat ibu subjek stres menurut penuturannya, keadaan dilingkungannya sering minum-minum (alkohol), dan kurangnya terjaga kebersihan.

“Inggih misal aja nah kaya pas parak rumahnya tu beacaraan inya membawai nongkrongan jar, pas ditakuni tumben membawai nongkrongan abut jar parak rumah ku” (W, I, X, B53-56)

Informan menceritakan alasan mengapa narasumber mengajak informan untuk nongkrong dengan tujuan menghindari kebisingan yang ada di sekitar rumahnya.

3. Kategori Remaja yang Sering Berlalu Lintas di kelurahan Kelayan Tengah

a. Aspek Perilaku

“...kondisi lingkungan yang tidak bersih seperti, sampah yang berserakan, polusi udara atau kebisingan berlebih. yang kedua adalah masalah keamanan seperti tingkat kriminalitas yang tinggi, penerangan jalan yang kurang memadai, adanya kelompok atau individu yang mengancam. yang ketiga adalah kepadatan penduduk yang berlebih seperti, ruang publik yang selalu sesak, kurangnya privasi, antrian selalu panjang. yang keempat adalah masalah parkir dan lalu lintas seperti kesulitan menemukan tempat parkir, kemacetan di jalan.” (W, S, M, B32-43)

“untuk mewaspadaikan akan terjadinya hal yang tidak diinginkan di kawasan tempat tinggal saya adalah mengenali dulu lingkungan sekitar dengan baik, jalin komunikasi yang baik dengan tetangga, perhatikan aktivitas yang mencurigakan kalo perlu dilaporkan, pasang penerangan yang cukup, gunakan kunci rumah atau kunci kendaraan, simpan barang berharga dengan aman.” (W, S, M, B47-55)

“Iya kayanya sering.” (W, S, M, B133)

Subjek M menerangkan bahwa subjek bisa saja menghindar dari lingkungan tempat tinggalnya karena beberapa hal yang membuatnya cemas, beberapa alasan yang diantaranya ialah karena alasan keamanan, kenyamanan, kebersihan kepadatan lalu lintas dan lain sebagainya. Akibat dari kecemasan itu dapat memunculkan perilaku narasumber menjadi lebih sering untuk

bolak balik toilet. Subjek kemudian mengungkapkan upaya-upaya pencegahan guna mengurangi potensi kecemasannya yang berkaitan dengan tempat tinggalnya termasuk pada kepadatan lalu lintas di sana.

“Nahh iyaa... inya gampang kebelet jadinya...” (W, I, Y, B39)

Informan membenarkan terkait salah satu perilaku narasumber yang bisa menandakan narasumber sedang cemas atau gelisah yaitu gampang kebelet.

b. Aspek Kognitif

“Pikiran saya saat merasa kecemasan adalah pikiran berlebihan tentang potensi bahaya atau ancaman, kekhawatiran tentang hal-hal buruk yang mungkin terjadi, kesulitan berkonsentrasi pada hal-hal selain sumber kecemasan atau kebingungan.” (W, S, M, B93-98)

“Saat merasakan cemas, kebingungan sering kali muncul karena pikiran yang berlarian dan sulit untuk fokus pada satu hal. Cemas bisa membuat saya merasa tertekan oleh banyak hal sekaligus, membuat sulit untuk menentukan prioritas atau mengambil keputusan dengan jelas.” (W, S, M, B101-106)

“Beberapa hal diantaranya kondisi lingkungan, lingkungan yang kotor atau tidak teratur bisa mengganggu konsentrasi dan kenyamanan, membuat seseorang merasa tidak nyaman atau tidak aman. Stres dan Kesehatan, tingkat stres yang tinggi karena kondisi lingkungan yang kurang baik, seperti kebisingan atau polusi, dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, mengurangi energi dan motivasi...” (W, S, M, B113-121)

Subjek M memberikan gambaran kognitifnya saat subjek mengalami kecemasan dengan pikiran berlebihan, kesulitan berkonsentrasi dan kebingungan. Kebingungan yang digambarkan oleh subjek M ialah sulitnya untuk fokus pada satu

hal sehingga membuatnya kesulitan untuk menentukan keputusan. Kemudian berkaitan dengan produktivitas, subjek mengaku memang lingkungannya berpengaruh pada produktivitasnya karena ketidak nyamanannya berpengaruh pada kesehatan fisik dan mentalnya sehingga motivasinya akan berkurang.

“Kaya sering kelupaan sesuatu, kaya orang linglung, terus kaya sensi kayatu gampang marah lahh” (W, I, Y, B32-33)

Informan memberikan Gambaran kognitif dari narasumber M ketika sedang cemas yaitu sering kelupaan sesuatu, terlihat seperti orang linglung dan gampang marah.

c. Aspek Afektif

“ya karena mengganggu konsentrasi dan produktivitas saya”
(W, S, M, B129-130)

“ada perasaan cemas atau kekhawatiran karena kalo kita berada dilingkungan tersebut banyak hal-hal yang sering kali terjadi seperti salah satunya adalah kebakaran dan banyak tidaknya orang dilingkungan padat ini membuang sampah sembarangan” (W, S, M, B16-22)

“yang membuat saya takut saat terjadi kerumunan banyak orang adalah kehilangan kendali atau ketidakmampuan untuk mengontrol situasi atau bergerak dengan bebas dalam kerumunan bisa menyebabkan kecemasan. Kesulitan bernafas, kekhawatiran tentang potensi ancaman keamanan.” (W, S, M, B160-166)

Subjek M memberikan gambaran afektifnya ketika subjek dihadapkan dengan suatu hal kecil yang menggangukannya maka subjek akan merasa terganggu karena konsentrasi dan produktivitasnya menurun. Kemudian berkenaan dengan emosi

negatif yang subjek rasakan pada kecemasan di lingkungan padat penduduk ialah adanya kekhawatiran pada kebersihan lingkungannya atau kekhawatiran pada kenyamanannya, dan subjek juga menggambarkan adanya ketakutannya saat berada dikerumunan orang banyak.

“Ada pernah tu kaya tetangganya ada kisah kemalingan kaya itutuu sihh kisahnya...” (W, I, Y, B44-45)

“Kayanya khawatir...” (W, I, Y, B48)

“Kalo sampai curhat kada sihh... Cuman karena orangnya tu rapi lah jadi kayanya inya emang terganggu sama tempat-tempat yang kada bersih... wajar lah binian...” (W, I, Y, B51-54)

Informan kemudian menggambarkan narasumber akan khawatir ketika ada kasus kriminal yang ada di sekitar tempat tinggalnya. Selain itu menurut informan kemungkinan narasumber terganggu dengan kebersihan yang kurang itu ada, karena narasumber memiliki tipikal orang yang rapi.

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan bagaimana gambaran kecemasan pada remaja yang tumbuh di kawasan padat penduduk, dengan mengungkapkan dari 3 sudut pandang kategori remaja dan penggalan data ini melalui wawancara terhadap 3 subjek. Berikut gambaran kecemasan yang ada pada para subjek, sebagai berikut:

a. Aspek Perilaku

Subjek J menggambarkan perilakunya ketika mengalami kecemasan maupun kegelisahannya ialah dengan melakukan sesuatu yang bisa mengalihkannya dari kecemasan dan kegelisahannya. Selain itu subjek memberikan contoh gambaran kasus ketika subjek gelisah saat mengantri sesuatu, subjek kemudian akan bermain handphone ataupun hanya berdiam diri tanpa melakukan apapun. Kemudian pada Subjek R memberikan gambaran aspek perilakunya ketika mengalami kecemasan yaitu berusaha untuk menenangkan diri dengan cara mendengarkan musik dan duduk santai sambil merokok di tokonya. Kemudian subjek menerangkan beberapa alasan sehingga subjek merasa harus menghindar dari keramaian yang ada disekitarnya yaitu ketika adanya kegiatan minum-minuman keras di sekitar tokonya, selain itu ada pula faktor lingkungannya yang kurang bersih sehingga menimbulkan ketidaknyamanan pada subjek. Untuk mengurangi dari potensi ketidaknyamanannya muncul subjek akan menjaga dirinya dalam bentuk bertindak dengan baik pada lingkungannya. Terakhir gambaran perilaku pada subjek M, subjek M menerangkan bahwa subjek bisa saja menghindar dari lingkungan tempat tinggalnya karena beberapa hal yang membuatnya cemas, beberapa alasan yang diantaranya ialah karena alasan keamanan, kenyamanan, kebersihan kepadatan lalu lintas dan lain sebagainya. Salah satu perilakunya saat dihadapkan dengan kecemasan ialah subjek menjadi lebih sering untuk bolak balik toilet. Subjek kemudian mengungkapkan upaya-upaya pencegahan guna

mengurangi potensi kecemasannya yang berkaitan dengan tempat tinggalnya termasuk pada kepadatan lalu lintas di sana.

Berdasarkan hasil wawancara sebelumnya, semua subjek memiliki karakteristik perilaku yang berbeda-beda ketika mengalami kecemasannya. Mulai dari bermain *handphone*, hanya berdiam diri, merokok, mendengarkan musik, mencoba menghindari potensi kecemasannya dan sering bolak-balik toilet. Jika dilihat dari sudut pandang psikoanalisis dengan pemikiran Freud, perilaku-perilaku ini merupakan bentuk dari *defense mechanisms* para subjek. *Defense mechanisms* merupakan salah satu bentuk kerja dari ego agar seseorang terhindar kecemasan yang terbentuk oleh suatu keadaan.² Yang dapat diartikan bahwa ketika potensi cemas muncul pada seseorang maka secara otomatis ego akan memunculkan sistem pertahanan diri guna mengurangi potensi cemas itu. *Defense mechanisms* yang ditemui pada para subjek ialah *displacement* atau peralihan, yang artinya menyamakan reaksi aslinya dengan membentuk sebuah reaksi lainnya. Misalnya yang terjadi pada subjek R, ketika subjek R cemas perilaku yang akan ditunjukkannya ialah merokok atau perilaku dari subjek J yang menggambarkan perilakunya ketika cemas dengan bermain *handphone*.

b. Aspek Kognitif

² Jess Feist dan Gregory J. Feist, *Theory of Personality*, 7th ed. (Amerika Serikat: McGraw-Hill Companies, 2009), 41.

Subjek J menggambarkan keadaan kognitifnya saat sedang dalam kecemasannya yaitu ditandai dengan kebingungan yang subjek alami, dengan penjelasan bahwa subjek merasa tidak ada yang bisa dilakukan saat subjek mengalami kecemasan. Berkaitan dengan produktivitasnya, subjek J menggambarkan produktivitasnya mempunyai kaitan dengan kualitas tidurnya. Kemudian pada subjek R memberikan gambaran kognitifnya yang berkaitan dengan kecemasannya, yaitu subjek akan menggunakan kognitifnya untuk pemecahan masalah dari pada harus fokus pada kecemasan atau kegelisahannya. Subjek menyebutkan ketidakproduktifannya yang muncul dari lingkungannya, hal ini muncul dari kebisingan dan aktivitas yang meresahkan di sekitar rumahnya maupun di sekitar tokonya. Terakhir subjek M memberikan gambaran kognitifnya saat subjek mengalami kecemasan dengan pikiran berlebihan, kesulitan berkonsentrasi dan kebingungan. Kebingungan yang digambarkan oleh subjek M ialah sulitnya untuk fokus pada satu hal sehingga membuatnya kesulitan untuk menentukan keputusan. Kemudian berkaitan dengan produktivitas, subjek mengaku memang lingkungannya berpengaruh pada produktivitasnya karena ketidaknyamanannya berpengaruh pada kesehatan fisik dan mentalnya sehingga motivasinya akan berkurang.

Masuk pada gambaran aspek kognitif para subjek, terdapat 2 subjek yang mengalami kebingungan yang didefinisikan dengan tidak tahu untuk melakukan sesuatu, sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan yang tepat pada saat cemasnya. Sedangkan satu subjek lainnya mencoba

memaksimalkan kognitifnya untuk pemecahan masalah kecemasannya dari pada harus fokus dengan kecemasan atau kegelisahannya. Kesamaan gambaran kognitif lainnya ialah adanya kurang produktifnya subjek yang berkaitan dengan keadaan lingkungannya, menurut subjek M kaitan ini berkenaan dengan ketidak nyamanannya dengan kebersihan dan kebisingan yang ada di sekitaran tempat tinggalnya. Hal ini sejalan berdasarkan penelitian literatur yang dilakukan Adwas, dkk., yang menyebutkan salah satu tanda paling umum dari kecemasan yang dirasakan oleh seseorang ialah tekanan pada konsentrasi yang ujungnya pada penurunan kualitas fungsi sosialnya dan produktivitas pekerjaannya.³

c. Aspek Afektif

Pada aspek afektifnya, subjek J menyebutkan bahwa subjek tidak akan mudah terganggu apabila emosinya tergolong stabil. Kekhawatiran serta ketakutan subjek berkenaan dengan tempat tinggalnya yang padat penduduk ialah kemungkinan terjadinya perkelahian, pencurian dan tindak kriminal lainnya. Berkaitan dengan perasaan terganggunya saat tidur, subjek mengakui adanya rasa terganggu ketika adanya kebisingan saat subjek tidur yang menjadi salah satu alasan subjek sering begadang tetapi frekuensi kebisingan menurut subjek kini sudah menurun dari pada sebelumnya. Dan terakhir subjek R memberikan gambaran yang berkaitan dengan aspek afektifnya yaitu ketidaknyamanannya dan kekhawatirannya

³ Almokhtar A. Adwas, J. Jbireal, dan A. Azab, "Anxiety: Insights into Signs, Symptoms, Etiology, Pathophysiology, and Treatment" (Kenya: East African Scholars Journal of Medical sciences, 2020), 581.

menjadi aspek afektif yang paling sering ditekankan subjek. Hal ini akibat dari kebisingan yang bahkan membuat ibu subjek stres menurut penuturannya, keadaan dilingkungannya sering minum-minum (alkohol), dan kurangnya terjaga kebersihan. Terakhir subjek M memberikan gambaran afektifnya ketika subjek dihadapkan dengan suatu hal kecil yang menggangukannya maka subjek akan merasa terganggu karena konsentrasi dan produktivitasnya menurun. Kemudian berkenaan dengan emosi negatif yang subjek rasakan pada kecemasan di lingkungan padat penduduk ialah adanya kekhawatiran pada kebersihan lingkungannya atau kekhawatiran pada kenyamanannya, dan subjek juga menggambarkan adanya ketakutannya saat berada dikerumunan orang banyak.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan sebelumnya, ketiga subjek memiliki gambaran afektif yang serupa yaitu ketakutan dan kekhawatiran terhadap tindak kriminal yang ada di tempat tinggalnya yang notabeneanya tempat padat penduduk. Kekhawatiran ini pula bertambah dari perilaku masyarakat sekitar subjek yang sering mabuk-mabukkan, perilaku ini sangat berpotensi untuk menciptakan tindak kriminal di sekitar tempat tinggalnya ataupun tempat usahanya. Kesamaan lain dapat dilihat dari adanya ketidaknyamanan dari para subjek berkenaan dengan tempat tinggalnya yaitu masalah kebersihan dan kebisingan yang ada disekitar tempat tinggalnya maupun tempat usahanya, hal ini digambarkan dari terganggunya subjek dengan bau sampah yang menyengat, sering

terjadinya banjir, sulitnya subjek beristirahat sampai membuat para subjek menurun produktivitasnya.

Kekhawatiran dan ketakutan ini memang dirasa wajar. Karena menurut penelitian yang dilakukan oleh Saputra, dkk., terdapat setidaknya ada 4 dampak negatifnya dari kawasan padat penduduk ialah masalah kebersihan, ekonomi, kriminalitas, dan permasalahan rumah tangga.⁴ Menurut Handayani dalam Putra, dkk., kriminalitas yang tinggi pada suatu daerah dapat dikaitkan pada tingginya jumlah penduduknya.⁵ Hal ini sangat dimungkinkan dari permasalahan ekonomi sosial yang tinggi dan akan menjadi masalah ketika permasalahan ini tidak dapat diatasi. Menurut Saputra, dkk., penduduk yang berada pada kawasan padat penduduk seringkali lalai dalam manajemen sampah rumah tangganya.⁶ Padahal sejatinya kebersihan lingkungan menjadi salah satu aspek yang bisa mempengaruhi ketenangan hati seseorang. Wasik dalam skripsinya⁷ yang bertujuan mengetahui pengaruh kebersihan lingkungan di Pondok Pesantren Al-Wafa' Bandung terhadap ketenangan hati para santri, menemukan hasil bahwa semakin bersih lingkungan semakin

⁴ Wahyu Saputra, Sukmaniar, dan Muhammad Hapiz Hermansyah, "Pemukiman Kumuh Perkotaan: Penyebab, Dampak Dan Solusi," *Environmental Science Journal (Esjo) : Jurnal Ilmu Lingkungan*, 23 Desember 2022, 14, <https://doi.org/10.31851/esjo.v1i1.10929>.

⁵ Andrian Dwi Putra dkk., "Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Tingkat Kriminalitas Di Indonesia Tahun 2018," *Indonesian Journal of Applied Statistics* 3, no. 2 (24 Januari 2021): 125, <https://doi.org/10.13057/ijas.v3i2.41917>.

⁶ Saputra, Sukmaniar, dan Hermansyah, "Pemukiman Kumuh Perkotaan," 14.

⁷ Abdul Wasik, "Pengaruh Kebersihan Lingkungan Terhadap Ketenangan Hati : Studi Kasus di Pondok Pesantren Al-Wafa Bandung" (diploma, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2018), vii, <https://etheses.uinsgd.ac.id/7029/>.

tenang hati seseorang dan semakin kotornya lingkungan semakin tidak tenang pula hati seseorang.

Kecemasan pada umumnya pasti pernah dirasakan setiap manusia, bahkan setingkat Nabi dan Rasul pun pernah merasakannya. Karena pada dasarnya kecemasan, kegelisahan dan kesedihan merupakan kondisi manusawi yang diciptakan oleh Allah Ta'ala kepada manusia dan kemudian manusia harus kembali menyerahkan semua itu kepada Allah Ta'ala agar bisa dibebaskan dari kondisi tersebut. Hal ini diperkuat oleh sebuah hadits, yaitu:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ آلِهٍ مِ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ،
وَضَلَعِ الدَّيْنِ، وَغَلْبَةِ الرِّجَالِ

Artinya: Ya Allah aku berlindung kepadamu dari cemas dan kesedihan, dan dari kelemahan dan kemalasan, dan dari sifat pengecut dan pelit, dan dari lilitan hutang dan penindasan orang lain.

Dari hadits sebelumnya dapat dipahami bahwa kecemasan merupakan salah satu kondisi yang rawan dirasakan oleh setiap manusia, dan dari hadits nabi yang ada sebelumnya menandakan bahwa ketika seseorang berada dalam kondisi cemas hendaknya seseorang meminta perlindungan kepada Allah Ta'ala dengan cara sholat, puasa sampai dengan hal paling mudah ialah dengan dzikir maupun sholawat kepada Nabi Muhammad.

Sebagaimana ciptaan dari Allah Ta'ala lainnya, kecemasan juga bisa bermanfaat yaitu sebagai pertahanan diri seseorang terhadap suatu kondisi yang dirasa berdampak buruk. Kecemasan dalam perspektif tasawwuf bisa menjadi langkah dalam seseorang mendekati diri kepada Allah Ta'ala, Istilah *al-khauf* atau *khashyah* merujuk pada kecemasan yang muncul dalam bentuk ketakutan, yang mendorong seseorang untuk lebih mendekati diri kepada Allah Ta'ala. *Khauf* juga diartikan sebagai ketakutan terhadap sesuatu yang akan dihadapi. Sedangkan takut kepada Allah Ta'ala (*al-khauf min Allāh*) adalah rasa takut akan hukuman-Nya, baik di dunia maupun di akhirat. Beberapa ayat dalam al-Qur'an menegaskan bahwa rasa takut kepada Allah Ta'ala adalah salah satu tanda dari orang-orang yang beriman.⁸ Kembali lagi ada kalanya cemas yang dirasakan seseorang akan berdampak buruk apabila kadarnya berlebih sampai mengganggu aktivitas seseorang.

F. Keterbatasan Penelitian

Pada sebuah penelitian ilmiah sangat mungkin ditemui kelemahan-kelemahan yang ada, termasuk pada penelitian ini. Oleh karena itu peneliti kemudian menggambarkan beberapa keterbatasan yang ditemui oleh peneliti dalam penelitian ini, adapun keterbatasan-keterbatasan yang ada, sebagai berikut:

1. Teori kecemasan yang ada dalam penelitian ini masih belum merujuk langsung kepada buku teori aslinya.

⁸ Ahmad Rusydi, *KECEMASAN DAN PSIKOTERAPI SPRITUAL ISLAM* (Yogyakarta: Istana Publisher, 2015), 76.

2. Wawancara dirasa masih belum mendalam sehingga mungkin ada variabel-variabel lain yang mempengaruhi kecemasan narasumber.
3. Beberapa kali masih terjadi bias antara pertanyaan peneliti dengan pernyataan narasumber.

