

Pengaruh Kesabaran terhadap Kecemasan pada Perempuan Dewasa di Kecamatan Kiaracondong

Kusumaningtyas Retno Palupi*, Umar Yusuf Supriatna

Prodi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*kusumaningtyasrpalupi@gmail.com, kr_umar@yahoo.co.id

Abstract. The current development of the COVID-19 pandemic in Indonesia has an impact on people's mental health. Anxiety is one of the mental health disorders experienced by society today. The daily pressures make it difficult for adult women to control their worries about the current COVID-19 pandemic situation. The level of individual vulnerability to anxiety is influenced by psychological conditions such as patience. This study was conducted to determine the effect of patience on anxiety during the pandemic in adult women in Kiaracondong District. The subjects of this study were 344 adult women aged 18-40 years in Kiaracondong District. In this study, using a measuring tool for patience from the Yusuf concept (2021) with 48 items and using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) measuring instrument with 14 items. This research was conducted using a simple linear regression test. The results showed that the R square value was 0.316. This means that patience affects anxiety during the pandemic in adult women in Kiaracondong District by 31.6%.

Keywords: *Patience, Anxiety, Mature Woman, Kiaracondong District.*

Abstrak. Perkembangan pandemi COVID-19 di Indonesia saat ini berdampak pada kesehatan mental masyarakat. Kecemasan merupakan salah satu gangguan kesehatan mental yang dialami oleh masyarakat saat ini. Tekanan sehari-hari menyebabkan perempuan dewasa mengalami kesulitan untuk mengontrol kekhawatiran terhadap situasi pandemi COVID-19 yang terjadi saat ini. Tinggi rendahnya kerentanan individu mengalami kecemasan salah satunya dipengaruhi oleh kondisi psikologis seperti kesabaran. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kesabaran terhadap kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong. Subjek penelitian ini merupakan 344 perempuan dewasa berusia 18-40 tahun di Kecamatan Kiaracondong. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur kesabaran dari konsep Yusuf (2021) dengan 48 item dan menggunakan alat ukur *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan 14 item. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan nilai *R square* 0,316. Artinya kesabaran mempengaruhi kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong sebesar 31,6%.

Kata Kunci: Kesabaran, Kecemasan, Perempuan Dewasa, Kecamatan Kiaracondong.

A. Pendahuluan

Virus COVID-19 saat ini sudah menjadi permasalahan dunia dan sudah menjadi pandemi. WHO telah menetapkan menggunakan istilah pandemi pada virus COVID-19 sejak 9 Maret 2020 (Covid19.go.id, 2020). Penyebaran virus COVID-19 terjadi di berbagai negara salah satunya Indonesia. Semua orang berisiko terpapar virus COVID-19, namun ada beberapa orang yang memiliki penyakit kronis menjadi berisiko lebih tinggi (Siagian, 2020). Perkembangan virus COVID-19 di Indonesia mengalami peningkatan sejak Maret 2020 hingga saat ini. Pada awal bulan Maret 2021, sebanyak 1.386.556 orang dinyatakan positif dan sebanyak 37.547 orang dinyatakan meninggal dunia akibat COVID-19 (Covid19.go.id, 2021). Kota Bandung merupakan wilayah yang tinggi dalam persebaran virus COVID-19. Terhitung dari awal kemunculan virus COVID-19 hingga awal bulan Maret 2021, sekitar 13.629 masyarakat Kota Bandung terkonfirmasi positif dan sebanyak 253 dinyatakan meninggal dunia akibat COVID-19 (Pusicov Kota Bandung, 2021). Perkembangan virus COVID-19 hingga awal bulan Maret 2021 juga terjadi di Kecamatan Kiaracondong, sekitar 582 masyarakat terkonfirmasi positif dan 15 orang meninggal dunia (Pusicov Kota Bandung, 2021).

Pandemi COVID-19 yang terus terjadi di Indonesia juga berdampak pada kesehatan mental masyarakat Indonesia. Gangguan kesehatan mental yang dialami oleh masyarakat salah satunya adalah gangguan kecemasan. Berdasarkan hasil survei PDSKJI, sekitar 69% masyarakat Indonesia mengalami masalah psikologis seperti cemas, depresi, dan trauma psikologis. Permasalahan psikologis banyak ditemukan pada kelompok usia 17-29 tahun dan kelompok usia lebih dari 60 tahun atau lansia (PDSKJI.org, 2020). Perhimpunan Sarjana dan Profesional Kesehatan Masyarakat Indonesia (Persakmi) menyebutkan bahwa 50% dari 8.031 responden mengalami kecemasan (Persakmi.or.id, 2020). Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Puslitbang Kemenkes, sekitar 6,8% masyarakat mengalami gangguan kecemasan selama pandemi dan 8% berasal dari Jakarta, Jawa Barat, dan Banten (Litbang.kemkes.go.id, 2020). Dari survei yang dilakukan PDSKJI, perempuan mengalami permasalahan psikologi sebesar 72% (PDSKJI.ORG, 2020). Selain itu, berdasarkan survei yang dilakukan Persakmi, sekitar 77,7% perempuan mengalami kecemasan lebih tinggi daripada laki-laki. Berdasarkan survei, perempuan yang berusia 17-39 tahun rentan mengalami kecemasan. Perempuan mengalami kesulitan dalam mengontrol kekhawatiran terhadap situasi yang terjadi saat ini. Hal ini menyebabkan perempuan memberikan respon yang berlebihan terhadap sebuah situasi yang terjadi terutama pada saat ini yang termasuk situasi baru yang dialami oleh perempuan, sehingga menyebabkan perempuan cenderung mengalami gangguan kecemasan (Bahrami & Yousefi, 2011). Sumber kecemasan yang dialami perempuan berasal dari tekanan-tekanan sehari-hari yang menyebabkan stres. Perempuan dituntut untuk menyelesaikan peran dan tugas-tugasnya. Hal ini memungkinkan perempuan mengalami kecemasan (Zalta & Chambless, 2012).

Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang dirasakan oleh individu secara tidak jelas dan terjadi secara menyebar karena adanya perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Kecemasan yang dirasakan biasanya tidak memiliki objek yang spesifik, namun dapat menyebabkan gangguan fisiologis dan perubahan perilaku (Stuart, 2013). Kecemasan dapat terjadi ketika individu merasa terancam dengan situasi yang sedang terjadi (Puspitasari & Aristawati, 2020). Kecemasan adalah keadaan mood yang berorientasi pada masa depan yang terkait dengan persiapan terhadap kemungkinan kejadian negatif yang akan datang (Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S., & Zinbarg, R. E, 2011). Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Bandung menunjukkan bahwa sebanyak 445 masyarakat Kota Bandung mengalami gangguan kecemasan selama pandemi COVID-19. Sebanyak 123 masyarakat mengalami kecemasan pada tahun 2019 dan saat ini mengalami peningkatan sebanyak 322 kasus gangguan kecemasan. Data dari Dinas Kesehatan Kota Bandung menunjukkan bahwa Kecamatan Kiaracondong menduduki posisi ke-6 dengan masyarakat mengalami gangguan kecemasan sebanyak 22 orang.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Babakan Surabaya dan Puskesmas Babakan Sari, gejala kecemasan yang dialami oleh masyarakat Kecamatan Kiaracondong yaitu

sakit kepala, nafsu makan menurun, kesulitan tidur, merasa takut, tegang atau khawatir yang berlebihan, mudah lelah, dan mengalami gangguan tidur. Data dari Dinas Kesehatan Kota Bandung menunjukkan bahwa gangguan kecemasan banyak dialami oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Sebanyak 134 perempuan dewasa mengalami gangguan kecemasan.

Tinggi rendahnya kerentanan individu mengalami gejala kecemasan salah satunya dipengaruhi oleh kondisi psikologis seperti kesabaran. Kecemasan yang dialami oleh individu berkaitan dengan kesabaran. Hal ini telah dikemukakan oleh Al-Ghazali bahwa individu yang memiliki kesabaran dapat mengendalikan diri untuk mencapai kebahagiaan dan terbebas dari stres maupun kegelisahan. Oleh karena itu, individu yang memiliki kesabaran yang tinggi dikatakan memiliki jiwa yang sehat karena memiliki kematangan emosional, tidak ceroboh, percaya diri, realistis, teguh dan bertahan dalam kondisi terkena musibah, serta tetap merasakan kebahagiaan dan ketenangan (Yusuf, 2020). Ibn Qayyim al-Jauziyyah memberikan arti sabar sesuai pandangan psikologis seperti menghentikan diri dari perasaan putus asa, panik, mengeluh, dan menghentikan aktivitas yang merusak diri sendiri ketika mengalami kesedihan dan stres (Yusuf, 2020). Selain itu, Agte & Ciplonkar (2007) berpendapat bahwa individu yang sabar memiliki ketenangan, pengendalian diri, dan kemampuan untuk mentolerir suatu penundaan sehingga tidak mengalami stres yang berlebihan. Kesabaran berisi kemampuan individu untuk mengatur, mengendalikan, mengarahkan (pikiran, perasaan, dan tindakan) untuk mengatasi berbagai permasalahan, rintangan maupun kesulitan yang dihadapi secara komprehensif dan integratif (Yusuf, 2010).

B. Metodologi Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini merupakan desain kausalitas kuantitatif non eksperimental. Dalam penelitian ini data kuantitatif diperoleh dari hasil penyebaran kuesioner. Lebih lanjut, penelitian ini dilakukan untuk mencari sebab akibat dari kedua variabel yaitu variabel kesabaran dan variabel kecemasan. Selain itu, penelitian ini dilakukan langsung tanpa adanya perlakuan yang dibuat oleh peneliti dan tidak adanya treatment dalam penelitian. Pada penelitian ini analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesabaran perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong menggunakan alat ukur konsep kesabaran Yusuf (2021). Alat ukur ini terdiri dari 48 item kuesioner dengan nilai validitas $> 0,062$ dan nilai reliabilitas 0,901. Hasil nilai reliabilitas alat ukur kesabaran $> 0,70$, maka alat ukur kesabaran dari konsep Yusuf (2021) dapat digunakan untuk mengukur kesabaran.

Alat ukur yang akan digunakan untuk mengukur kecemasan perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong yaitu alat ukur *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang telah diterjemahkan oleh Ramdan (2018) terdiri dari 14 item dengan nilai validitas $> 0,105$ dan nilai reliabilitas 0,933.

Populasi dalam penelitian ini merupakan seluruh perempuan dewasa yang berusia 20-39 tahun yang berada di Kecamatan Kiaracondong yaitu sekitar 22.590 perempuan dewasa. Dari perhitungan dengan menggunakan metode Slovin, maka sampel penelitian yaitu 400 perempuan dewasa yang berada di Kecamatan Kiaracondong.

Teknik sampling yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu teknik *cluster random sampling*. *Cluster* dipilih secara acak dan semua masyarakat Kecamatan Kiaracondong diambil sebagai sampel (Smith et al., 2013). Data demografis yang diperoleh seperti jumlah kelurahan di Kecamatan Kiaracondong digunakan untuk membuat pengelompokan dari variabel penelitian.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh Kesabaran Terhadap Kecemasan pada Perempuan Dewasa

Berikut adalah hasil dari penelitian pengaruh kesabaran terhadap kecemasan pada perempuan dewasa dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana.

Tabel 1. Uji Regresi Linier

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
(Constant)	73.510	5.020		14.642	.000
Kesabaran	-.425	.034	-.562	-12.582	.000

a. Dependent Variable: Kecemasan

Tabel 2. Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.562 ^a	.316	.314	8.38305

a. Predictors: (Constant), Kesabaran

b. Dependent Variable: Kecemasan

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui nilai *t* hitung = -12.582 dengan tingkat signifikansi 0,000. Jika tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara kesabaran terhadap kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat tanda negatif yang menunjukkan hubungan dari kedua variabel tersebut negatif. Artinya, jika variabel kesabaran meningkat maka akan menurunkan kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong. Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai *R Square* sebesar 0,316. Artinya pengaruh antara kesabaran terhadap kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong sebesar 31,6%. Sedangkan sisanya ($100\% - 31,6\% = 68,4\%$) merupakan pengaruh variabel lain yang tidak diteliti.

Tabel 3. Kesabaran Berdasarkan Aspek Keteguhan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	328	95.3	95.3	95.3
Rendah	16	4.7	4.7	100.0
Total	344	100.0	100.0	

Tabel 4. Kesabaran Berdasarkan Aspek Ketabahan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	326	94.8	94.8	94.8
Rendah	18	5.2	5.2	100.0
Total	344	100.0	100.0	

Tabel 5. Kesabaran Berdasarkan Aspek Ketekunan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	301	87.5	87.5	87.5
Rendah	43	12.5	12.5	100.0
Total	344	100.0	100.0	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa kesabaran perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong sebanyak 328 orang (95,3%) memiliki aspek keteguhan yang tinggi, sebanyak 326 orang (94,8%) memiliki aspek ketabahan yang tinggi, dan sebanyak 301 orang (87,5%)

memiliki aspek ketekunan yang tinggi. Jika dilihat dari seluruh aspek kesabaran, maka aspek keteguhan banyak dimiliki oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong. Kesabaran yang dimiliki oleh perempuan dewasa terdiri aspek keteguhan, ketabahan, dan ketekunan. Namun, aspek keteguhan paling tinggi dimiliki oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dibandingkan dengan aspek ketabahan dan ketekunan.

Aspek keteguhan yang tinggi menunjukkan bahwa perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong mengambil hikmah dari terjadinya pandemi COVID-19 dan selalu *husnudzon* kepada Allah Swt. Aspek keteguhan meliputi optimis, berani mengambil resiko, taat menjalankan aturan, dan tertib dalam bekerja.

Selain itu, perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong memiliki keyakinan yang besar kepada Allah Swt bahwa orang-orang yang bertawakal akan mendapatkan ganjaran yang setimpal. Hal ini sesuai dengan surat An-Nahl (16): 42 bahwa orang sabar yaitu orang yang terus menerus bertawakal kepada Allah dalam keadaan senang maupun susah (teguh pendirian), karena mereka yakin Allah akan memberi ganjaran yang besar (Yusuf, 2020). Yusuf (2020) berpendapat bahwa keteguhan merupakan syarat kesabaran.

Aspek keteguhan tinggi menandakan perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong berani dan siap menghadapi cobaan khususnya pandemi COVID-19 yang sedang terjadi. Hal ini bisa terjadi karena perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong bertawakal kepada Allah Swt, sehingga menghadapi cobaan dengan ikhlas. Keteguhan tinggi yang dimiliki oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong ini sejalan dengan pendapat al-Ubaydli, Jones, Weel (2013) yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki kesabaran yang tinggi maka memiliki keputusan yang tepat untuk jangka panjang maupun jangka pendek.

Dalam aspek keteguhan terkandung optimisme, artinya perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong memiliki pemikiran positif dan keyakinan yang tinggi untuk dapat menyelesaikan dan keluar dari masalah yang dihadapi. Hal ini sesuai dengan pendapat Vazquez, Hervas, Rahona, & Gomez (2009) yang menyatakan bahwa optimisme merupakan cara berpikir positif yang memberikan dampak positif terhadap kesehatan. Lebih lanjut Vazquez berpendapat bahwa optimisme yang tinggi dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh. Artinya, pemikiran positif dan keyakinan yang dimiliki oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mencegah stres terhadap permasalahan dan dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

Kesabaran yang tinggi membuat individu menghadapi situasi dengan tenang sehingga tidak merasakan penderitaan, kesulitan, dan frustrasi. Individu yang merasa tenang dapat memaksimalkan peran yang dimilikinya dan membuat merasakan kebahagiaan dan kesejahteraan (Schnitker, 2012).

Seperti halnya perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong memiliki kesabaran yang tinggi karena menghadapi situasi pandemi COVID-19 dengan tenang sehingga memiliki optimisme yang tinggi untuk menyelesaikan permasalahannya sebaik mungkin. Hal ini sesuai dengan konsep kesabaran yang dikemukakan oleh Yusuf (2010), bahwa perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengarahkan perasaan, tindakan, dan pikiran sehingga dapat mengatasi permasalahan pandemi COVID-19 yang sedang dialami dan tetap memperhatikan etika dan moral.

Tabel 6. Kaitan Kesabaran dan Kecemasan

		Kategori Kecemasan		Total
		Tinggi	Rendah	
Kesabaran	Tinggi	27	302	329
	Rendah	7	8	15
Total		34	310	344

Berdasarkan pengolahan data dengan menggunakan statistika didapatkan bahwa 310 orang (90,1%) dapat dikatakan sebagai mayoritas perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong memiliki kecemasan yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perempuan

dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengatasi kekhawatiran dan ketakutan pada pandemi COVID-19 dan berusaha untuk keluar dari masalahnya. Perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengelola stres sehingga kecemasan yang dimiliki rendah.

Kecemasan rendah merupakan kecemasan yang dialami individu ketika merasakan ketegangan yang diakibatkan dari kehidupan sehari-hari (Stuart, 2013). Seperti halnya perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong yang memiliki kecemasan rendah. Artinya, perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong masih merasakan kecemasan yang membuat perempuan dewasa lebih berhati-hati terhadap situasi saat ini. Kecemasan yang dialami oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.

Stuart (2013) berpendapat bahwa situasi yang menyebabkan perasaan terancam dapat menimbulkan perasaan khawatir yang berlebihan terhadap situasi sehingga menyebabkan individu merasa tidak berdaya serta tidak aman. Namun, hal ini tidak terjadi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong. Perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong merespon situasi dengan semestinya sehingga perempuan dewasa dapat tetap bekerja dan melakukan perannya. Artinya, perempuan dewasa dapat mengelola stres dan mengatasi hambatan yang dihadapi. Hal ini sejalan dengan penelitian Handayani (2013) yang menyatakan bahwa perempuan tetap menyelesaikan berbagai macam peran serta mengurangi konflik yang memicu stres dengan cara membagi setiap peran secara seimbang.

Perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengambil hikmah dan berlapang dada atas terjadinya pandemi COVID-19 di Indonesia yang belum berakhir. Hal ini sesuai dengan pendapat Al-Ghazali yang menyatakan bahwa kesabaran merupakan keyakinan yang kuat dari hasil pemikiran kritis dan logis terhadap suatu masalah yang dihadapi, sehingga dapat memiliki keputusan yang tepat dan menunjukkan tingkah laku yang adaptif (Yusuf, 2020).

Individu yang memiliki kesabaran dapat mengontrol hawa nafsu untuk menjaga kesucian hati dan senantiasa terhindar dari keluh kesah (Yusuf, 2020). Seperti yang telah dijelaskan mengenai gambaran kesabaran perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong, bahwa perempuan dewasa yang memiliki aspek keteguhan tinggi ternyata memiliki pemikiran positif dan keyakinan untuk menghadapi permasalahannya. Dalam hal ini, perempuan dewasa Kecamatan Kiaracondong dapat mengatasi stres sehingga dapat berpikiran positif dan senantiasa berprasangka baik terhadap ketetapan Allah Swt. Sesuai dengan QS. An-Nahl ayat 42, individu yang sabar merupakan individu yang senantiasa bertawakal kepada Allah Swt. Tingginya kesabaran membuat kecemasan perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong rendah. Hal ini terjadi karena pemikiran positif yang dikembangkan oleh perempuan dewasa dan selalu mencari jalan keluar membuat perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengatasi stres. Stres yang dapat ditangani oleh perempuan dewasa menyebabkan perempuan dewasa dapat mengontrol respon terhadap pandemi COVID-19 menjadi tidak berlebihan. Selain itu, perempuan dewasa yang memiliki berbagai macam peran seperti menjadi ibu rumah tangga, bekerja sebagai pegawai, mahasiswa, maupun mendirikan usaha sendiri memiliki tingkat kesabaran yang tinggi dan tingkat kecemasan yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong dapat mengatasi tekanan sehari-hari yang menyebabkan kecemasan.

Yusuf (2020) berpendapat bahwa individu yang memiliki kesabaran tinggi memiliki jiwa yang sehat karena memiliki kematangan emosional, tidak ceroboh, percaya diri, realistis, teguh dan bertahan dalam kondisi terkena musibah, serta tetap merasakan ketenangan dan kebahagiaan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa kesabaran perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong tinggi. Artinya, perempuan dewasa dapat merasa tenang dan bahagia dalam kondisi pandemi COVID-19 sehingga memutuskan untuk tetap bertahan dalam kondisi pandemi.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

Kesabaran perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong tinggi. Perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong memiliki aspek keteguhan yang tinggi, sehingga perempuan

dewasa dapat tetap berpikir positif, memiliki optimisme dan keyakinan untuk dapat menghadapi permasalahan pandemi dengan tetap memperhatikan aturan yang berlaku.

Kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong rendah. Perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong mengalami kecemasan yang rendah disebabkan dari ketegangan dari kehidupan sehari-hari, namun tidak mengganggu aktivitasnya dan perempuan tetap dapat melakukan peran-perannya.

Kesabaran (X) mempengaruhi kecemasan masa pandemi pada perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong (Y) sebesar 31,6% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti. Artinya, kesabaran perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong yang tinggi dapat menurunkan kecemasan masa pandemi yang dialami oleh perempuan dewasa saat ini. Dari data demografi menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan yang dilakukan oleh perempuan dewasa di Kecamatan Kiaracondong secara rutin menunjukkan bahwa perempuan dewasa memiliki kesabaran yang tinggi dan kecemasan yang rendah.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih terhadap semua pihak yang terlibat dalam proses penelitian ini dan telah memberikan kontribusi terhadap penelitian ini sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- [1] Agte, V. V. & Chiplonkar, S. A. (2007). Linkage of Concepts of Good Nutrition in Yoga and Modern Science. *Current Science*. 92(7), 956-961.
- [2] Al-Ubaydli, O., Jones, G., & Weel, J. (2013). Patience, Cognitive Skill, and Coordination in the Repeated Stag Hunt. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*. 6(2), 71-96. <https://doi.org/10.1037/npe0000005>.
- [3] Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan RI. (2020, Desember 2). Kajian COVID-19 Badan Litbangkes. <https://www.litbang.kemkes.go.id/kajian-covid-19-badan-litbangkes>.
- [4] Bahrami, F. & Yousefi, N. (2011). Females are more Anxious than Males: A Meta Cognitive Perspective. *Iranian Journal Psychiatry and Behavioral Sciences*. 5(2), 83-90.
- [5] Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S., & Zinbarg, R. E. (2011). What is an Anxiety Disorder. *Focus The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry*. 9(3), 369-388. <https://doi.org/10.1176/foc.9.3.foc369>.
- [6] Dinas Kesehatan Kota Bandung. (2020). Data Kecemasan Masyarakat Kota Bandung Selama Pandemi Covid-19. <https://dinkes.bandung.go.id>.
- [7] Hamilton, M. (1959). The Assessment of Anxiety States by Rating. *British Journal of Medical Psychology*. 32(1), 50-55. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>.
- [8] Handayani, A. (2013). Keseimbangan Kerja Keluarga pada Perempuan Bekerja: Tinjauan Teori Border. *Buletin Psikologi*. 21(2), 90-101.
- [9] Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa. (2020, Mei 14). Swaperiksa Masalah Psikologis. <http://pdkji.org/home>.
- [10] Persakmi. (2020, Desember 2). Mayoritas Masyarakat Indonesia Alami Kecemasan di Masa Pandemi COVID-19. <http://persakmi.or.id/headlines/mayoritas-masyarakat-indonesia-alami-kecemasan-di-masa-pandemi-covid-19>.
- [11] Pusat Informasi dan Koordinasi COVID-19 Provinsi Jawa Barat. (2020, Desember 2). Angka Kejadian di Jawa Barat. <https://pikobar.jabarprov.go.id>.
- [12] Pusat Informasi dan Koordinasi COVID-19 Kota Bandung. (2020, Desember 2). Peta Persebaran Kasus COVID-19 di Kota Bandung. <https://covid19.bandung.go.id/peta>.
- [13] Puspitasari, R. A. H & Aristawati, E. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Wanita Pra Menopause dengan Masa Pra Menopause di MI Miftakhul Ulum Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*. 15(1), 100-106. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v15i1.90>.
- [14] Ramdan, I. M. (2018). Reliability and Validity Test of the Indonesian Version of the

- Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to Measure Work-related Stress in Nursing. *Jurnal Ners.* 14(1), 33-40.
- [15] Schnitker, S. A. (2012). An Examination of Patience and Wellbeing. *The Journal of Positive Psychology.* 7(4), 263-280.
- [16] Siagian, T. H. (2020). Mencari Kelompok Berisiko Tinggi Terinfeksi Virus Corona dengan Discourse Network Analysis. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia.* 9(2), 98-106. <https://doi.org/10.22146/jkki.55475>.
- [17] Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing (Tenth Edition)*. Elsevier.
- [18] Vazquez, C., Hervas, G., Rahona, J.J., & Gomez, D. (2009). Psychological Wellbeing and Health: Contribution of Positive Psychology. *Annuary of Clinical and Health Psychology.* 5, 15-27.
- [19] Yusuf, Umar. (2020). *Sabar Sebagai Psychological Strength untuk Mencapai Kesuksesan (Edisi Pertama)*. Siraja.
- [20] Zalta, A. K. & Chambless, D. L. (2012). Understanding Gender Differences in Anxiety: The Mediating Effect of Instrumentality and Mastery. *Psychology of Women Quarterly.* 36(4), 488-499. <https://doi.org/10.1177/0361684312450004>.
- [21] Safira, Gita, Damayanti D Temi. (2021). *Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh*. *Jurnal Riset Psikologi*,1(2),109-118.