

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia dikenal sebagai negara maritim dengan panjang garis pantai mencapai 108.000 km, salah satu yang terpanjang di dunia (Kementrian Kelautan dan Perikanan, 2025). Kehidupan masyarakat pesisir sebagian besar bertumpu pada laut, terutama melalui profesi sebagai nelayan. Namun, pekerjaan ini sangat dipengaruhi oleh faktor alam, cuaca, dan musim sehingga rentan terhadap ketidakstabilan ekonomi keluarga.

Badan Pusat Statistik (BPS, 2025) mencatat terdapat sekitar 2,3 juta rumah tangga nelayan di Indonesia. Ironisnya, sebagian besar nelayan masih hidup dalam garis kemiskinan. Laporan BPS menunjukkan bahwa lebih dari 25% rumah tangga nelayan tergolong miskin, dengan keterbatasan akses pendidikan, kesehatan, dan jaminan sosial.

Kondisi kerentanan ekonomi tersebut tidak hanya berdampak pada nelayan sebagai pencari nafkah, tetapi juga pada keluarga mereka. Istri nelayan sebagai pendamping hidup sekaligus pengelola rumah tangga seringkali menjadi pihak yang paling merasakan beban psikologis akibat ketidakpastian pendapatan dan resiko pekerjaan suami.

Selain menghadapi permasalahan ekonomi, istri nelayan juga dibayangi kecemasan mengenai keselamatan suami saat melaut. Risiko badai, tenggelam, dan kecelakaan di laut menjadi ancaman nyata yang menimbulkan kekhawatiran mendalam setiap kali suami pergi bekerja (Anwar, 2019).

Merujuk al-Qur'an, rasa takut akan kekurangan finansial, kelaparan, hingga kehilangan seseorang merupakan ujian yang diberikan Allah kepada manusia. Hal tersebut termuat dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram”. (QS. Ar-Ra'd ayat 28)

Dan Allah memberikan petunjuk bagi orang-orang yang hatinya tentram dengan tauhidullah dan mengingatNYa, sehingga menjadi tenang dengannya. Ingatlah dengan ketaatan kepada Allah dan mengingatNya serta dengan pahala dariNya, hati menjadi tenang dan damai (Quraish.2002).

Kecemasan yang dialami istri nelayan dapat dimanifestasikan melalui tiga aspek, yaitu fisik, perilaku, dan kognitif. Gejala fisik berupa sulit tidur, jantung berdebar, dan sakit kepala; aspek perilaku tampak pada gelisah, mudah marah, dan menangis; sedangkan aspek kognitif muncul dalam bentuk kekhawatiran berlebihan dan pikiran negatif (Rahmawati, 2021). Menurut penelitian oleh Rahman (2019), tingkat stres dan kecemasan di masyarakat pesisir cenderung meningkat seiring dengan perubahan iklim dan pembangunan infrastruktur yang tidak seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa ada kebutuhan untuk analisis mendalam tentang bagaimana keduanya memengaruhi dampak psikologis dan sosial yang dialami oleh keluarga nelayan, khususnya istri mereka.

Dalam konteks global, studi tentang kecemasan keluarga nelayan cukup terbatas, dan sebagian besar penelitian masih berkisar pada aspek ekonomi

dan keberlanjutan usaha nelayan. Padahal, dari sudut pandang psikologi, kecemasan yang dialami istri nelayan memiliki karakteristik unik yang perlu dikaji lebih komprehensif, termasuk dari aspek fisik, behavioral, dan kognitif (Putri & Yuliana, 2020).

Selain itu, kondisi di Nagari Batu Kalang sebagai wilayah pesisir yang bergantung secara ekonomi pada nelayan, menunjukkan bahwa tantangan yang dihadapi keluarga nelayan di daerah ini cukup signifikan. Data lokal mengungkap bahwa tingkat stres dan kecemasan yang dialami istri nelayan memiliki tren peningkatan dari tahun ke tahun, tetapi belum ada kajian ilmiah yang mengupas secara spesifik aspek-aspek tersebut (Dewi & Rosyid, 2022). Padahal, pemahaman yang mendalam tentang gambaran kecemasan mereka penting untuk pengembangan program intervensi yang relevan dan efektif.

Dalam kerangka kesehatan mental, kecemasan tentu berpengaruh pada aspek fisik dan perilaku, yang jika tidak dikelola dengan benar, dapat menyebabkan gangguan kesehatan jangka panjang serta menurunnya kualitas hidup. Menurut WHO (2021), kecemasan adalah salah satu masalah psikologis yang paling umum di seluruh dunia dan menjadi salah satu penyebab utama gangguan kesehatan mental. Jadi, kehadiran kecemasan pada istri nelayan di daerah ini perlu mendapatkan perhatian khusus sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga nelayan.

Wahyuni (2017) menemukan bahwa kecemasan istri nelayan meningkat signifikan pada musim paceklik. Namun, penelitian tersebut belum menguraikan secara detail dimensi fisik, perilaku, dan kognitif dari kecemasan

yang dialami. Sementara itu, penelitian Apriani dan Kusuma (2020) menunjukkan bahwa dukungan sosial serta religiusitas dapat menjadi faktor protektif dalam mengurangi kecemasan istri nelayan. Meski demikian, penelitian ini lebih menekankan pada coping mechanism, bukan pada gambaran komprehensif kondisi psikologis mereka. Penelitian lain oleh Hidayati, Fitria, dan Siregar (2018) menyoroti dampak profesi nelayan terhadap keluarga, terutama dalam bentuk stres dan tekanan emosional. Namun, aspek kecemasan sebagai fenomena psikologis spesifik belum menjadi fokus utama.

Selanjutnya, dengan melihat dari berbagai aspek fisik, behavioral, dan kognitif akan memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang karakteristik kecemasan yang dirasakan oleh mereka. Aspek fisik misalnya, terkait dengan gejala fisik akibat stres seperti sakit kepala, jantung berdebar, atau gangguan tidur, sementara aspek behavioral dapat meliputi perubahan pola perilaku sehari-hari. Ketika aspek kognitif diperhatikan, akan nampak gambaran tentang cara berpikir dan persepsi mereka terhadap kondisi yang dihadapi, apakah merasa takut, cemas berlebih, atau merasa tidak berdaya (Kusuma & Wulandari, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap “Gambaran Kecemasan Istri Nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan”.

B. Rumusan Dan Batasan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang dipaparkan diatas maka yang menjadi rumusan masalah penulis ini adalah: “bagaimana gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan?”.

2. Batasan Masalah

- a. Gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek fisik.
- b. Gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek kognitif.
- c. Gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek perilaku.

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan dan batasan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek fisik.
- b. Untuk mengetahui gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek kognitif.

- c. Untuk mengetahui gambaran kecemasan istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan dilihat dari aspek perilaku.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelas S. Sos. (Sarjana Sosial) dengan Prodi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, UIN Imam Bonjol Padang.
- b. Bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dan psikologi yang dapat mengaktualisasikan ilmu dan wawasannya terutama dalam mengatasi kecemasan.
- c. Penelitian ini diharapkan memberikan gambaran kecemasan bagi istri nelayan, khususnya bagi istri nelayan Di Nagari Batu Kalang Kecamatan Koto XI Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. Penelitian ini dapat dijadikan referensi evaluasi pada masyarakat agar lebih memperhatikan cara mengatasi kecemasan.